眼轴变长，近视就一定加深？

眼科专家结合门诊时经常遇到的问题一一澄清

求证辟谣

“视力下降就是近视了吗”“孩子的眼轴变长了，是不是近视也增加了”“只要戴上近视眼镜，度数就会越来越高”……每逢假期，上海各大医院眼科都会迎来就诊高峰，很多家长带着视力不佳的孩子前来，向医生咨询各种有关视力健康的问题。

随着越来越多的人关注视力健康，一些错误的近视防控观点也在流传。对此，上海市儿童医院眼科主任乔彤结合门诊时经常遇到的问题，一一澄清。

在第26个“全国爱眼日”期间，上海九院眼科医生在上海虹桥站举行义诊，并作护眼知识宣讲。
本报记者 孟雨涵 摄（资料照片）

误解一：视力下降就是近视

不少家长发现孩子有“看不清远处”“眯眼看东西”等情况时，就认为孩子近视了。但在眼科医生看来，“视力下降”只是一个笼统的概念。孩子视力下降可能是屈光不正引起的，但也存在其他原因，比如部分颅脑外伤、全身性的疾病等，也可能导致视力下降。

乔彤提醒，屈光不正也不等同于近视。因为屈光不正包括近视、远视、散光等3种情况，它们都可能导致孩子的视力下降。所以要判断孩子视力下降的具体原因，务必前往正规医院进行科学的屈光检查，判断孩子具体是怎样的屈光状态，然后根据屈光状态进行治疗。

误解二：眼轴变长意味近视加深

“越来越多的家长知道了‘眼轴’，看到孩子眼轴变长，哪怕屈光度数没有增长，也很焦虑，因为目前部分机构称‘眼轴是衡量近视变化的唯一标准’，这种理解其实很偏颇。”乔彤说，眼轴与近视度数的关系是门诊中经常遇到的疑问，部分家长甚至为孩子眼轴变长而情绪激动。

其实，通过散瞳验光得到的屈光度数是评估孩子近视程度最真实的指标，而眼轴只能作为辅助性指标。而且，目前各医院以及眼科机构测量得到的“眼轴”，是通过光学设备测量角膜顶端到视网膜的距离，不能完全准确地还原孩子的眼轴长度。

具体来看，眼球就像一个球体，目前的测量手段主要关注其前后长度，而对眼球水平宽度的测量较少。孩子在成长发育期，如果眼球是“均匀放大”的（前后径和水平径同步增长），那么屈光状态可能保持不变。在这种情况下，眼轴增长是正常的生理发育，不代表近视加深。

此外，近视的成因很复杂。如果是由于角膜弯曲度太大（曲率性近视）引起的高度近视，即便度数很高，眼轴长度也可能在正常范围内。而且，受眼压、体位等生理因素影响，眼轴在24小时内会有微小波动。

所以，家长看到孩子眼轴变长，不用过度焦虑，应结合正规的屈光度检测结果，听取医生的专业分析。

误解三：佩戴眼镜后度数会增加

当孩子出现屈光不正时，不少家长对“是否佩戴眼镜”心存疑虑，更有人担心“佩戴眼镜后，度数会越来越高”而拒绝让孩子戴眼镜。乔彤笑称，这是眼镜背了一个世纪的“黑锅”。

具体来看，眼镜的作用是矫正屈光不正，帮助视力出现问题的人群能够看得更清楚，不因为屈光不正而影响生活、学习、工作；并不是戴上眼镜了之后，近视度数才会加重。

“打个比方，这就相当于我们要去南极旅游，发现南极很冷，我们必然会穿上羽绒服保暖，而不是因为穿上了羽绒服，所以南极会变得更冷。”乔彤说，她在接诊时，经常给家长用这个比方来解释眼镜的作用。

与此类似，还要澄清“戴上眼镜就能治愈屈光不正”的观点。乔彤说，这就好比“羽绒服只是帮助我们适应南极寒冷的环境，但不能帮助人体本身发热”。眼镜能帮助部分人群弥补屈光不正的缺陷，但不能让缺陷消失。

也正因为此，市场上有不少号称能够“治愈”或“逆转”屈光不正的设备、产品等，其实是偷换概念，忽悠消费者。它们中有一部分可能在短时间内会影响屈光不正的程度，让人产生“视力变好”的错觉；但实际上，它们都无法从根本上改变屈光不正的情况，既不能“逆转”近视，更不能“治愈”近视。

误解四：成年后近视度数不再加深

在生长发育期间，孩子的屈光度数会有一定的变化。通常来说，18岁后，人的视力会相对稳定。因此，绝大多数激光矫正屈光不正的手术会在18岁以后进行。而且，能否进行激光矫正，还要经过正规医院的全面评估。

但乔彤提醒，随着生活习惯的变化，包括长时间使用电子产品、熬夜、工作压力增加等，会导致部分成年人的近视度数继续增长，哪怕三四十岁了，近视度数都可能加重。此外，部分疾病也会影响视力。

所以，如果成年后出现视力急剧下降，包括近视度数突然异常变化，都有必要前往正规的眼科机构进行检查，找到导致视力下降的原因，对症下药。

同时，为了减少电子屏幕等对视力的影响，即便成年了，也要注意用眼卫生。最简单的一条就是牢记“3个20”：每用眼20分钟，向20英尺（约6米）以外的地方眺望至少20秒。总之，注意用眼卫生、保护视力是一个终身的概念。

本报记者 任翀

留言板

规范非机动车的路桩难住行人 机场通道管理可不能只堵不疏

近日，有市民反映轨交10号线虹桥1号航站楼站无障碍电梯出口处人行步道被路桩阻挡，行李、童车等无法通行。

记者走访发现，路桩是为规范非机动车停放而设置的，但留给行人的通行宽度仅约40厘米。在1号口扶手电梯旁设有可手动开启的无障碍通道，宽度约105厘米，但因为视线被遮挡等原因，乘客不易发现。

该新闻引发众多网友热议，希望有关部门能设计出更合理的动线。

热心：既然新设了路桩，就该在无障碍电梯口张贴醒目告示，配上箭头，省得大家白跑一趟。

Leo：建议地铁运营方和机场管理方建立“动线同步机制”。遇到施工、改道等情况时，双方及时同步调整指引，别让乘客白绕圈。

背包客：我上次拎两个箱子也在这儿懵了。建议在手机地图App里把这个“坑”标出来，直接导航引导走手扶电梯，科技时代得用智能方式补上物理导引的缺漏。

张师傅：相关部门不能光管堵（拦车），也得管疏（导人）。类似点位应该全城排摸，别总等被市民投诉了再响应。

老周：建议在出口处增加语音提示，多一句提醒，少一堆麻烦。

爱遛弯的徐伯伯：很多问题都是管理思维替代了使用思维。建议地铁站每月设一天“站长接待日”，让站长亲自推轮椅、拉行李走一遍出入口，体验比开会更有用。

小柚：推婴儿车最怕遇到这种“断头路”。能不能在官方公众号或小程序里加入“无障碍出行查询”功能？输入起终点，自动推荐真正可行的无障碍路线。

猴头：浦东机场磁悬浮站的无障碍电梯也设在很远的地方，非常不方便。龙阳路出站时如果是用卡乘坐的，要先下自动扶梯下楼刷卡出站，再乘坐无障碍电梯下去。我因为手腕受伤搬不动行李箱，脚还能走，如果坐轮椅，龙阳路站这个无障碍电梯实在不方便。

本报记者 李嘉珺 整理

建言 投稿 报料 求助
扫码参与互动

保利发展耀启城市级文化盛会

“阿拉上春晚”，绘就“保利好生活”新图景

1月24日，在魔都文化艺术地标——上海东方艺术中心，一场极具温度的千人城市级文化盛会精彩启幕。据了解，上海超过60个社区的保利业主共同参与，特邀多位艺术家倾情助阵，与多才多艺的业主们同台共绎精彩，优秀节目更将获得直通悉尼国际舞台的机会……这便是保利发展上海公司携手保利艺术教育和保利物业联合呈现、属于“阿拉自己”的业主共创春晚。

当城市的烟火与文化的星光交相辉映，央企保利躬身践行，以城市级文化盛会为媒，绘就“保利好生活”的新图景徐徐展开。事实上，保利发展深耕上海23载，汇集文化主语者与行业顶尖资源，一直对业主精神文化生活高度投入并持续赋能。

回顾2025年，从“和乐中国”到“行走的课堂”，从“非遗进社区”到“航天研学行”，保利上海正在构建一个更加开放、多元、深入的文化服务体系，让文化成为链接社区、温暖人心的重要纽带；在烟火日常，保利更是把“宠业主”提到了战略高度，引入“保总热线”“设计师面对面”“保利CLUB式生活中心”等多元路径，通过物业服务、社群运营等点滴细节，串联邻里温情，打造有归属感、有人文温度的品质社区，让“保利好生活”浸润生活日常。

保利上海首届业主春晚 让世界看见“阿拉的光”

新年伊始，一场别开生面的业主春晚在上海东方艺术中心火热启幕。当晚，保利上海的业主们集体“出道”，与保利艺术大师伙伴们载歌载舞，共谱美好生活新章。

超燃，与保利业主共创。回顾首届保利上海业主春晚，经历两个月筹备，覆盖60多个社区、15万业主，7天近50个节目报名，经过激烈的大众投票、专家评审、组委会指导、彩排演练等环节，最终20余个节目脱颖而出。超燃的规模及热度，印证了保利业主对此次共创春晚的认可与青睐。

超飒，与艺术传奇同场。从本届业主春晚的参演人员组成来看，既有保利室内乐团、保利大雅联合学生管乐团、保利青年艺术家等专业艺术团体，也有国际芭蕾舞艺术家敖定雯等一流艺术资源助力，更有覆盖60余个社区、保利业主全情投入呈现的精彩文艺节目……在曾回响郎朗的琴声、奏响维也纳与柏林爱乐的史诗、萦绕彩虹合唱团的创新韵律的上海东方艺术中心，他们选择与传奇同场。

超赞，世界舞台入场券。基于保利强大的文化艺术资源，本届业主春晚中的优秀节目，还有机会直通“保利—澳洲悉尼盛会”。可以说，这不仅仅是一次表演，更是一张通往世界舞台的入场券，保利上海业主的艺术才华，需要被世界看见。

这一夜，上海东方艺术中心这座艺术殿堂盛纳邻里温情，每一帧都是喜悦的模样，每一幕都是社区的荣光。由保利上海、保利物业、保利文化共同打造的保利业主春晚，是一次邻里温情与社群活力的呈现，也是一次与业主共创、与城市共生的践行，更是以保利好服务践行“保利好生活”的生动注解。

以多元文化赋能 持续焕新保利美好生活

保利发展深耕上海23载，坚持通过艺术文化与社区生活深度链接，以文化艺术浸润业主日常生活。回顾2025年，保利发展上海公司在文化生态建设中，以用心和创新呈现了一系列高能级文化活动，为社区文化氛围、社群运营打造等软实力建设增添了亮色。

“和乐中国”之质美东方、守艺海派。结合本土特色，保利发展上海公司提出2025年“和乐”主题，以“非遗东方”“博物东方”“质美东方”三大主线为脉络，推出一系列内涵丰富、形式新颖的文化活动。从跨越千年“古今问天”到匠心传承、质鉴非遗，再到丰富多彩的现代社群活动，于自然中传承东方智慧。

“行走的课堂”之小足迹大世界。孩子们跟着保利的步伐，从小世界走向大世界。在花木时光里·空山基先锋艺术展，昼夜光影变幻的赛博盛宴，成为激发孩子想象力的乐园；在上海航天科普基地，保利业主家庭化身“中国古代科学家天团”，开启一场横亘古今的航天探索之旅；在“冰雪奇缘、梦幻之旅”魔都限定真冰场上，乐滑之梦资深教练团队亲临现场指导，为保利小业主们提供专业、安全的“冰雪第一课”……

随着一系列高品质文化活动的持续落地，在沪上多个保利社区引发强烈反响。保利上海践行保利发展多年来“文化地产”理念，正构建一个更加开放、多元、深入的文化服务体系，让文化成为连接社区、温暖人心的重要纽带，持续焕新保利美好生活。

保利式『宠业主』 全维度浸润『保利生活圈』

除了以高品质文化活动浸润社区，在烟火日常，保利上海更是把“宠业主”提到了战略高度，通过“保总热线”“设计师面对面”“保利CLUB式生活中心”等多元路径，将对业主的“宠爱”贯穿“入住前、入住中、入住后”的全周期，通过物业服务、社群运营等点滴细节，串联邻里温情，将“宠业主”落到实处，获得业主们的认可。

“保总热线”直面业主心声。业主的心声，不止于普通工作人员，保利上海高管也是业主的倾听者。为快速响应和解决业主诉求，特启动了保利上海高管热线，保利发展上海公司领导班子亲自挂帅聆听客户心声，通过热线直面业主的声音，细心聆听业主的诉求，践行“30分钟快速响应、24小时内出解决方案”的响应处理机制，实现问题处理全流程闭环管理。

“端菜计划”设计师面对面。为让业主在入住前就可以提前感知未来的家，保利上海将准业主参与社区共建工作前置，在保利上海旗下新开项目推出设计师见面会，作为保利上海在设计端与客户沟通的长效机制。

在保利·光合上城，以“境见生活的哲思”为主题的设计师见面会，准业主跟着设计师沉浸式实景品鉴，走进样板间，触摸好房子的温度，感受未来生活的样子；在保利·世博天悦，252平方米偶数层样板首次对外开放时，设计师沙龙全面上演国际滨水生活预交付前的“设计坦白局”；在保利·虹桥和著，工程师化身“家园向导”，带领业主深入示范区，从归家动线的流畅设计，到地砖铺贴的毫米级精度，参观多元空间打造的全龄邻里新聚场……

“保利CLUB式生活中心”提前运维。为让业主提前感知保利社区多样生活——在项目交付前，通过开放日、沙龙等活动，让业主参与其中，参观生活中心，提前搭建“保利生活圈”。

在保利·天奕，1500平方米的奕club为浦东开创了全球前沿的生活新风尚，示范区打造五感沉浸式洄游动线，以策展概念创造新颖有趣的购房体验，将未来社区服务前置体验；在保利·外滩启park77，保利物业团队与业主面对面交谈，耐心解答疑问，认真记录建议，让“好服务”在对话中迭代升级，共创未来美好社区生活；在保利·世博天悦，“YUE TIME'S CLUB”主理人社群沙龙邀约5位不同领域的生活家，共建主理人社群，标志着社区运营从提供设施与服务的1.0阶段，迈向激发主体参与、共创生活内容的2.0阶段。

“阿拉上春晚”2026保利上海业主春晚已圆满落幕，它不仅是一场心中有光、笑中带泪的集体记忆，也不只停留在那个星光璀璨的温暖夜晚。它是一次邻里温情与社群活力的呈现，更是一次保利上海与业主共创、与城市共生的有力践行。它清晰向世人展示了“保利好生活”图景之上，多方合力、共同参与、多元共创的城市文化建设新模式。

文化是城市的灵魂，更是保利与城市共成长的纽带。未来，保利上海将继续通过更多元的活动、更优质的产品、更温暖的服务，为上海市民打造更具质感、更富文化底蕴的保利好生活，持续与上海这座城市共同生长，共赴美好。