爱护眼睛有多么重要

预防“小眼镜”上升至国家战略

人们常说“眼睛是心灵的窗户”,在这个以爱护眼睛为主题的日子里,让我们都关爱一下自己的“心灵之窗”。

中国近视患者人数达6亿

中国到底有多少人患有近视?世界卫生组织此前的研究报告显示,中国近视患者人数多达6亿,青少年近视率居世界第一。中国已经成为世界第一近视大国。

更令人担忧的是青少年——全国儿童青少年近视情况调查结果显示,2018年全国儿童青少年总体近视率为53.6%,2019年为50.2%。

受疫情期间居家隔离、线上课堂等影响,2020年全国儿童青少年总体近视率较2019年有小幅上升。

另外,除了发病率高,国内儿童青少年中的高度近视比例也呈上升趋势。

根据国家卫健委发布的《儿童青少年近视防控适宜技术指南》,近视在600度以上就属于高度近视。而国家卫健委公布的调查数据显示,2018年全国高三年级学生高度近视占比达到21.9%。

这背后的一个巨大隐患就是,青少年一旦发展成高度近视,今后将会大大增加罹患各类眼部疾病甚至失明的风险。

预防“小眼镜” 关系国家未来

眼健康问题关系到青少年健康成长,也是关系国家未来的大问题。

近年来,防控近视已经被上升成国家层面的战略。

笔者梳理发现,从2018年以来至今的3年时间里,国家卫健委、教育部等相关部门已经多次出台文件,聚焦防治青少年近视。

例如,2018年6月,国家卫健委同时发布《近视防治指南》《弱视诊治指南》和《斜视诊治指南》三部指南。

同年8月,教育部、国家卫健委等八部门联合印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》。《方案》中提出降低近视率的目标——到2030年,6岁儿童近视率控制在3%左右,小学生近视率下降到38%以下,初中生近视率下降到60%以下,高中阶段学生近视率下降到70%以下。

2019年10月,国家卫健委疾控局又组织制定并印发了《儿童青少年近视防控适宜技术指南》。

今年,在已经公布的“十四五”规划和2035年远景目标纲要中又明确提及“有效控制儿童肥胖和近视”。

此后,在今年5月,教育部等十五部门又联合印发《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021-2025年)》。《方案》规定,使用电子产品开展教学时长原则上不超过教学总时长30%,原则上采用纸质作业。

今年9月1日起将正式实施的《未成年人学校保护规定》中更是提出,学校应当建立学生体质监测制度,发现学生出现营养不良、近视、肥胖、龋齿等倾向或者有导致体质下降的不良行为习惯,应当进行必要的管理、干预,并通知家长,督促、指导家长实施矫治。

远离近视 别忽视这些细节

近视严重危害儿童青少年健康,那么该如何预防近视呢?生活与学习中的这些细节需要重视:

1、非学习使用电子产品单次不宜超过15分钟,每天累计不超过1小时;通过网络学习30-40分钟后,应该休息或者远眺10分钟,使眼睛得到充分休息。

2、家中的书桌椅应该调整好高度,读书写字的时候保持“三个一”:手离笔尖一寸、眼离书本一尺、胸距书桌一拳。

3、尽可能选择大屏幕电子产品,优先次序为投影仪、电视、台式电脑、笔记本电脑、平板电脑、手机。

4、使用电子产品时,调节亮度至眼睛感觉舒适,不要过亮或过暗。

5、电子产品(如电脑)摆放时,应保证其屏幕上端与眼水平视线平齐。

6、不躺在床上或沙发上视屏学习。

7、视屏学习过程中,有意识地稍用力闭眼、睁眼,上下左右转动眼球,放松眼睛。

8、家庭照明不宜使用裸灯,即不能直接使用灯管或灯泡,应使用有灯罩保护的灯管或灯泡,保护眼睛不受眩光影响。避免书桌上放置玻璃板或其他容易产生眩光的物品。

9、如果眼睛出现干涩、异物感、有烧灼感、痒感、畏光、眼红、眼痛等症状时,应停止视屏行为。如症状不能缓解,必要时去医院就诊。

10、发现儿童歪头视物、频繁眯眼和挤眼等与近视相关症状时,应适时休息和运动,必要时去医院就诊。 (张尼)

陕西今年25.8万名考生参加高考

本报讯(记者 王何军)6月4日上午,省教育考试院召开高考考前新闻通气会,我省今年25.8万名考生参加高考。

据介绍,我省今年高考报名人数总计312919人,除通过春季高职分类考试招生已经录取的54752人,6月7日至8日将有25.8万考生在全省107个考区、256个考点、8941个考场参加考试。

据了解,4万余名工作人员参与高考组织工作,全省高考各项准备工作平稳有序。目前,全省教育部门、考试机构会同网信、公安、安全、工信、卫健、保密、通信管理、疾控等有关部门正在全力以赴,认真、严格落实好各项工作举措,努力实现“健康高考”“平安高考”“温馨高考”“诚信高考”目标。

“刷脸”进考场,开了一个好头

6月7日,高考将正式拉开帷幕。据报道,北京今年的高考考场与往年有些不同,考生首次施行“刷脸”进考场,不再是监考员一一对考生信息进行现场核对。(6月3日《北京青年报》)

每年高考期间,都有一些粗心的考生因忘带或丢失准考证耽误时间,甚至错过考试。北京市今年首次施行“刷脸”进考场,不仅节省查验准考证的时间,也能让考生轻松进考场,缓解应考的心理压力。

随着现代信息技术进步,许多地方教育考务部门对进考场前忘带或遗失了准考证的考生,已不再像以前冷冰冰地拒之门外,而是采取更人性化的处理方式,如一些省份的教育考务部门规定,考生如果忘带或者遗失准考证,可先进入考场应考,但前提是监考人员先验证考生的相貌,若与准考证存根上的照片相符方可进入考场,同时,考生还需要保证在下一场考试前,将准考证或补办的准考证送到考点相关部门验证。

北京施行“刷脸”进考场,同样是为避免考生因为忘带或遗失准考证而影响考试。不过,施行“刷脸”进考场,并不意味着对考生把关工作的松懈。考生虽然可以“刷脸”进考场,但是为防止“枪手”替考等作弊现象,监考人员仍要查验考生的准考证,确保人证合一。

高考“刷脸”进考场,为智能化考务工作开了一个头。在今后,高考准考证有望实现电子化,考生可以通过刷脸、按指纹等方式快速进入考场。对高考期间忘带或遗失纸质准考证的考生,可先通过电子准考证快速核对身份,并在考场配备打印设备,及时为考生打印出纸质准考证。此举,不仅能节约大量人力、物力等资源,也能让考生以轻松的心情参加考试,值得教育考务部门探索和尝试。

各地教育考务等部门应从广大考生的切身利益考虑,可以在准考证、考务制度各方面,与时俱进大胆改革,运用现代科技信息技术,进一步优化、简化考务环节和流程,从而减轻考生的心理压力,让他们尽量少受外部条件干扰,能够专心应考。 (丁家发)

直言录

6月5日,工人们在延安红街进行最后的装饰及收尾工作。

据了解,大型新型红色旅游项目——延安红街即将于6月12日开门迎客。该项目旨在通过全方位的特色文化赋能和智慧文旅的融入,为不同区域、层次和年龄的游客提供创新型红色教育、研学,陕北非遗民俗等优质文旅服务。 本报记者 鲜康 摄

我国数字经济核算统计标准出炉

据人民网北京6月5日电 6月3日,国家统计局公布了《数字经济及其核心产业统计分类(2021)》(以下简称《数字经济分类》),并于当日起正式实施。自此,我国数字经济核算有了统一可比的统计标准、口径和范围。

据有关负责人介绍,制定本次分类的目的,是为了贯彻落实我国关于数字经济和信息化发展战略的重大决策部署,科学界定数字经济及其核心产业统计范围,全面统计数字经济发展规模、速度、结构,以满足各级党委、政府和社会各界对数字经济的统计需求。

对于如何界定“数字经济”这一概念,国家统计局副局长鲜祖德介绍,《数字经济分类》以相关文件为指导,结合统计工作实际,将数字经济界定为以数据资源作为关键生产要素、以现代信息网络作为重要载体、以信息通信技术的有效使用作为效率提升和经济结构优化的重要推动力的一系列经济活动。

《数字经济分类》将数字经济产业范围确定为:数字产品制造业、数字产品服务业、数字技术应用业、数字要素驱动业、数字化效率提升业等5个大类。

“下一步,国家统计局将定期开展数字经济核心产业的核算工作,为各地区各部门贯彻落实‘十四五’规划《纲要》明确的数字经济核心产业发展目标提供数据支撑。同时,借鉴国内外有关机构在数字技术与实体经济融合发展方面的研究经验,基于《数字经济分类》,探索开展我国数字经济全产业的核算工作。”鲜祖德说。

土地出让收入征管职责划转

据经济日报消息 近日,财政部、自然资源部、税务总局和人民银行发布通知明确,为贯彻落实党中央、国务院关于政府非税收入征管职责划转税务部门的有关部署和要求,决定将由自然资源部门负责征收的国有土地使用权出让收入、矿产资源专项收入、海域使用金、无居民海岛使用金四项政府非税收入统一划转税务部门征收。

6月4日,记者从陕西省公安厅获悉,从即日起至9月底,我省将开展以全面清查收缴流散社会的非法枪支弹药、爆炸物品、仿真枪、弩等物品为内容的统一行动,为建党100周年和十四运会举办创造良好社会治安环境。
本报记者 鲜康 摄

新闻直通车

我省秋冬季空气质量整体改善

本报讯(记者 刘强)6月4日,省人民政府新闻办公室举办新闻发布会。据介绍,2020-2021年秋冬季(2020年10月1日-2021年3月31日),全省空气质量整体改善。

纳入国家汾渭平原考核的关中8市(区)重度及以上污染天数平均12天,同比减少3.1天;PM2.5平均浓度65微克/立方米,同比下降9.7%。8市(区)全部完成秋冬季PM2.5平均浓度国家要求的控制目标,除铜川市重污染天数超出控制目标1天外,其余7市(区)均完成秋冬季重污染天数控制目标。

南昌大学中国乡村振兴研究院成立

据中新网消息 南昌大学中国乡村振兴研究院6月6日揭牌成立,该研究院旨在服务国家与地方的乡村振兴和经济发展。

南昌大学党委书记喻晓社说,该校今后将聚焦绩效评估,乡村振兴公共政策和地方政府改革创新研究,乡村建设行动研究,乡村振兴示范点、干部轮训点、教学实践点“三点合一”的基地建设与研究,乡村旅游、农村食品开发和农村养殖产业服务等五个方向,努力为中国乡村振兴提供“评估、政策、乡建、基地、平台”五位一体的南昌大学方案。

《走进红色纪念馆》丛书出版

本报讯(实习记者 董欣)近日,记者从省文物局获悉,由省文物局牵头编撰的《走进红色纪念馆》(12册)丛书正式出版。

该书选取我省10个市有代表性的12家红色革命纪念馆或革命旧址,结合历史照片、地图、文字等史料,深度挖掘陕西红色文化和馆藏革命文物背后的故事,以图书形式再现了中国共产党不同历史时期在陕西的活动轨迹和奋斗历程。

十四运会游泳项目测试赛落幕

本报讯(赵昊)6月6日上午,随着男子1500米自由泳决赛结束,历时7天的“招商蛇口杯”第十四届全国运动会游泳项目测试赛暨东京奥运会补位赛落下帷幕。

超半数运动员达标全运会比赛效果理想

本次比赛共有502名运动员参加28个竞赛项目的角逐,其中,4名运动员达到东京奥运会A标的标准,299名运动员达到全运会参赛标准。

“除了目标是奥运会补位的一些老将外,剩下的运动员相对偏年轻化,他们的主要任务就是冲击全运会标准,因此从比赛结果来看,超半数运动员都达到了全运会的参赛标准。”技术官员沈宇鹏介绍说,对比以往的比赛来看,本次测试赛的效果比较理想。

顶尖系统+国际化执裁保障比赛顺利进行

游泳比赛对于电子计时计分设备要求高,为保障所有比赛项目的精确度,本次测试赛阶段采用欧米伽鲲鹏六型的计时计分系统,该系统也是近几年奥运会和世锦赛都在使用的系统。

技术官员沈宇鹏介绍说,经过几天的比赛,该系统的运行非常良好,几乎所有运动员都在触板时就能计算出成绩,同时,裁判也会对所有运动员使用盲点补录成绩的方式进行双重判定,一切都是按照国际泳联批准的奥运会A标赛事标准运行的。

强大的裁判阵容同样是比赛的关键因素,因为本次比赛承担着奥运补位赛的任务,按照国际泳联的要求,共有5名国际级裁判到场执裁,“这次一共有56名裁判员参与竞赛,除国际级裁判外,剩余裁判由国家级裁判和一级裁判组成。”沈宇鹏说。

总结测试经验保障正赛万无一失

十四运会游泳项目竞委会综合协调处处长许曼介绍说:“从比赛流程及结果来看,总体运行都比较顺利,运动员和裁判员对我们的竞赛组织、场馆运行、安全保障、通信保障反馈都比较好。”

“我们在这次测试赛中积累了大量办赛的经验,针对发现的不足会进行及时调整并设置应急预案,以保障正赛的万无一失。”许曼说。