

近视青少年视力保护的健康教育干预效果分析

任莉霞

兰州市第一人民医院 730000

【摘要】目的 探讨近视青少年视力保护的健康教育干预效果。**方法** 收集 2024 年 2 月至 2024 年 12 月期间接收的 126 例近视青少年视力保护案例，随机分为常规组与宣教组各 63 例，常规组运用常规护理，宣教组运用健康教育，分析不同护理后患者视力改善状况与护眼习惯依从性情况。**结果** 宣教组在视力控制有效率为 95.24%，常规组为 77.78% ($p < 0.05$)；在护眼习惯配合度上，宣教组为 92.06%，常规组为 71.43% ($p < 0.05$)。**结论** 近视青少年视力保护中采用健康教育，可以有助于提升青少年眼部保护健康意识与行为，保证视力控制有效性。

【关键词】 近视；青少年；视力保护；健康教育；效果

【中图分类号】 R778

【文献标识码】 A

【文章编号】 1000-8470 (2025) 02-169-02

目前，近视青少年视力保护的健康教育工作正在逐步开展，但仍面临一定挑战。部分学校和社区已开始通过健康教育课程、宣传活动和视力检查，向青少年普及视力保护的重要性。然而，整体开展仍不够广泛，尤其在偏远地区和一些教育资源匮乏的地方，相关教育还未深入人心。此外，虽然部分学校有定期的视力检查和预防干预，但缺乏系统性的、个性化的教育方案。现有的健康教育形式多为单一的讲座或资料发放，缺少互动性和持续性，难以全面提升青少年的健康用眼意识。因此，整体而言，近视青少年视力保护的健康教育仍需要更加全面、个性化和持久的推进。本文采集 126 例近视青少年视力保护案例，分析运用健康教育干预后的效果，具体如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

收集 2024 年 2 月至 2024 年 12 月期间接收的 126 例近视青少年视力保护案例，随机分为常规组与宣教组各 63 例。常规组中，男：女=37：26；年龄从 13 岁至 16 岁，平均为 (14.27 ± 2.07) 岁；宣教组中，男：女=39：24；年龄从 13 岁至 16 岁，平均为 (14.86 ± 3.12) 岁；两组患者在基本年龄、性别与病情有关信息上不存在明显差异，有对比研究意义。

1.2 方法

常规组运用常规护理，宣教组运用健康教育，具体如下：首先，干预的第一步是对青少年进行初步评估，收集关于近视发展程度、生活习惯、学习环境和家族历史等数据，帮助确定他们的不同需求。针对轻度近视的群体，重点进行视力保护和预防教育；对于中度和重度近视群体，则侧重于如何避免视力进一步恶化，并强调健康生活方式的重要性。其次，干预内容应根据近视程度和生活环境进行定制。通过多媒体教育形式，如动画、视频、互动应用等方式，向青少年展示眼睛的功能、近视的成因和视力保护的具体措施，以此吸引他们的注意力并提升参与度。与此同时，结合实际的活动，如户外观察、视力游戏和眼部保健操等，帮助青少年通过亲身实践了解并落实健康用眼的方法。此外，针对青少年的心理特点，健康教育干预还应注重行为改变，通过设定行为契约和奖励机制，鼓励青少年积极遵守健康用眼的行为规范。建立同伴支持小组和进行心理辅导，帮助青少年在学习压力大时，选择健康的应对方式，减少视力过度使用的情况。与此同时，家长和教师在视力保护教育中的角色也至关重要。通过家长研讨会和视力保护讲座，为家长提供教育指导，帮

助他们在家庭中创造有利于视力健康的环境；教师则可以通过培训，促使他们在课堂环境中采取措施，如定期安排户外活动、调整光线等，帮助学生养成良好的用眼习惯。此外，干预方案需要通过持续的反馈机制进行优化。定期监测青少年的视力变化，收集学生和家长的反馈意见，依据评估结果调整干预措施，使教育内容更加贴合受众需求。借助先进的技术手段，如智能监测眼镜和在线教育平台，为青少年提供个性化建议和实时视力监测服务，进一步增强其视力保护的意识和主动性。

1.3 评估观察

分析不同护理后患者视力改善状况与护眼习惯依从性情况。视力改善情况中分为视力提升、视力稳定与视力下降，其中视力控制有效率为视力提升与视力稳定的比例之和。护眼习惯配合度分为完全配合、基本配合与不配合，其中依从率为完全配合与基本配合的比例之和。

1.4 统计学分析

使用 SPSS22.0 进行统计分析。计数数据用 $n(\%)$ 表示并进行卡方检验；计量数据用 $\bar{x} \pm s$ 表示并进行 t 检验， $P < 0.05$ 表示结果具有统计学意义。

2 结果

2.1 患者视力控制有效率情况

见表 1 所示，宣教组在视力控制有效率为 95.24%，常规组为 77.78% ($p < 0.05$)。

表 1：患者视力控制有效率估结果 $[n(\%)]$

分组	n	视力提升	视力稳定	视力下降	视力控制有效率
宣教组	63	45 (71.43)	15 (23.81)	3 (4.76)	95.24%
常规组	63	31 (69.21)	18 (28.57)	14 (22.22)	77.78%

注：两组对比， $p < 0.05$

2.2 患者护眼习惯配合度情况

见表 2 所示，在护眼习惯配合度上，宣教组为 92.06%，常规组为 71.43% ($p < 0.05$)。

表 2：患者护眼习惯配合度结果 $[n(\%)]$

分组	n	完全配合	部分配合	不配合	护眼习惯配合度
宣教组	63	41 (65.08)	17 (26.98)	5 (7.94)	92.06%
常规组	63	23 (36.51)	22 (34.92)	18 (28.57)	71.43%

(下转第 172 页)

护理人员每日分析患者的运动耐受力，针对性地制定合适科学的运动内容，并给予执行，通过主动或被动关节活动训练，可增强肌肉，循序渐进改善患者的日常生活能力，促进患者康复。

本次研究中，干预后，在握力、Barthel 指数上，研究组

表 1: ICU 转出握力、Barthel 指数 ($\bar{x} \pm s$, n=41)

组别	ICU 转出握力 (kg)		Barthel 指数 (分)	
	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	11.56±3.25	19.47±3.45	13.61±2.13	46.68±8.13
对照组	11.37±3.21	14.18±2.37	12.78±2.07	34.17±8.07
T 值	0.2663	8.09261	1.7893	6.9927
P 值	0.7907	0.0001	0.0773	0.0001

表 2: 炎性指标 ($\bar{x} \pm s$, n=41, d)

组别	ICU 入住时间	住院时间	呼吸机使用时间
研究组	9.61±1.15	15.37±4.13	5.68±2.13
对照组	12.17±2.01	19.68±7.48	8.47±2.67
T 值	20.5720	3.2299	5.2304
P 值	0.0001	0.0018	0.0001

参考文献：

[1] 耿艳霞, 陈栋, 蒋华, 等. 电针联合早期活动在 ICU 有创机械通气患者早期肺康复中的疗效观察 [J]. 中国中医急诊, 2022, 26(11):2034-2037.

[2] 孙广晓, 陈勉, 洗丽娜, 等. 早期肺康复训练在有创机械通气患者中的应用效果 [J]. 海南医学, 2023, 28(5):851-853.

(上接第 169 页)

注：两组对比， $p < 0.05$

3 讨论

本研究结果中，近视青少年视力保护的健康教育干预，能够显著提高视力控制率和优化护眼习惯配合度，原因在于多个方面的综合作用。首先，健康教育干预通过个性化的教育内容和针对性措施，帮助青少年理解近视的成因和危害。教育不仅停留在理论知识的传授，而是通过互动式的多媒体教学、实地活动和情景模拟等方式，使青少年在参与中深化对健康用眼的理解和认识^[1]。其次，干预过程中注重培养青少年的健康行为习惯，如正确的坐姿、合理的用眼时间、户外活动的增加等。通过行为契约和奖励机制，干预将理论转化为实际行动，促使青少年将健康用眼规范融入到日常生活中^[2]。家长和老师的支持是这一过程的重要保障。家长在家庭中加强监督，教师在学校里实施科学的作业和课外活动安排，帮助青少年形成长期有效的护眼习惯。此外，干预方案的持续性和个性化也是关键因素。视力保护不是一次性任务，

(上接第 170 页)

和技术，良好的维护医疗器械和设备，调动工作人员的积极性，保证设备可正常使用^[5]。

综上所述，在精细化管理中实施质量管理工具，对医院管理工作中存在的不足予以指出，并找寻问题和解决方法，制定管理方案，将医疗服务水平提升，同时提高患者对医疗人员的认可和满意情况，并在实施中找寻不足，及时更改管理方案，持续进行循环管理，保证医院管理质量。

参考文献：

[1] 李腾, 杨柳. 质量管理工具在医院精细化管理中的应

的评分高于对照组， $P < 0.05$ ；在 ICU 入住时间、住院时间、呼吸机使用时间上，研究组短于对照组， $P < 0.05$ 。

综上，电针+早期活动在 ICU 有创机械通气患者早期肺康复中的疗效明显，可缩短呼吸机使用时间，降低住院时间，促进患者早日康复，值得临床推广。

[3] 曾妃, 金小娟. 早期活动策略在 ICU 机械通气患者中的应用研究 [J]. 中华急诊医学杂志, 2019, 26(2):211.

[4] 周兴强, 徐治波, 李汶静, et al. 早期肺康复训练对有创机械通气重症肺炎患者的影响 [J]. 遵义医学院学报, 2022, 39(5):503-507.

[5] 宫婷, 费伟, 关娟, 等. 每日镇静唤醒和早期功能锻炼护理策略对 ICU 有创机械通气病人的应用效果分析 [J]. 蚌埠医学院学报, 2023, 42(7):987-989.

[6] 俞萍, 任国琴, 陆小敏, et al. 早期活动与康复计划在 ICU 机械通气患者中的应用 [J]. 护士进修杂志, 2024, 6(2):161-164.

[7] 黄海燕, 王小芳, 罗健, 等. ICU 机械通气患者早期四级康复训练效果 [J]. 护理学杂志, 2022, 31(15):1-5.

而是一个长期、持续的过程。通过定期的视力检查和反馈机制，干预能够及时调整措施，并根据青少年的视力变化做出精准干预^[3]。

总而言之，健康教育干预不仅提供了知识支持，更通过行为引导、家校合作以及个性化的方案，有效提高了青少年的视力控制能力和护眼习惯的配合度，进而优化了视力健康管理。

参考文献：

[1] 陈玉明, 陶芳标, 伍晓艳. 不同健康教育方式对儿童青少年近视防控作用的研究进展 [J]. 中国健康教育, 2024, 40(2):140-143, 148.

[2] 徐湘辉, 张颖, 徐凯, 等. 多形式化健康教育结合心理疏导在近视准分子激光手术中的应用效果 [J]. 中国基层医药, 2024, 31(9):1405-1409.

[3] 邵婷, 李林峻, 徐凯, 等. 聚焦解决模式联合强化健康教育用于激光近视手术患者的效果观察 [J]. 中国基层医药, 2024, 31(8):1223-1227.

用效果分析 [J]. 中国继续医学教育, 2023, 9(17):42-44.

[2] 王静成, 车永茂, 蔡滨等. 推广应用质量管理工具的实践与体会 [J]. 中国卫生质量管理, 2021, 25(5):47-49.

[3] 谭君, 李红, 胡兰萍等. 全面质量管理工具在血透中心护理质量持续改进中的效果研究 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2022, 4(14):74-75.

[4] 张骞峰, 李小民, 刘萍等. 基于等级医院评审标准的医院质量安全管理长效机制 [J]. 江苏卫生事业管理, 2019, 28(6):45-47.

[5] 王晓岩, 刘菲, 姜悦等. 运用精益六西格玛管理方法提高病案首页数据质量 [J]. 中国病案, 2023, 19(8):23-25.