

# 上海市青少年健康知识网上竞答

## ——小学高年级组

### 近视防控

#### 一、单选题

- 1、动物肝脏能够起到保护视力的作用是因为富含 A  
A、维生素 A B、维生素 B  
C、维生素 C D、维生素 D
- 2、日常生活中看到遮盖一只眼睛的治疗方法主要针对哪种眼病 B  
A、散光 B、弱视  
C、近视 D、远视
- 3、散瞳验光后，以下做法不正确的是 C  
A、出门戴墨镜、帽子 B、减少长时间持续近距离用眼  
C、午间外出户外活动 D、避免玩电子产品
- 4、以下哪项不是红眼病的症状 D  
A、眼睛刺痒，疼痛 B、有分泌物  
C、流泪怕光 D、视力下降
- 5、儿童屈光不正不包括 D  
A、近视 B、远视  
C、散光 D、斜视
- 6、下列哪种颜色更有利于抗眼疲劳？ B  
A、红色 B、绿色  
C、黑色 D、紫色
- 7、为了保护视力，应尽量少吃以下哪种食物？ C  
A、蓝莓 B、蔬菜  
C、含糖饮料 D、肉蛋奶

8、眼睛与电视距离应不少于： C

A、1 米 B、2 米

C、3 米 D、4 米

9、连续用眼（ ），应至少暂停 10 分钟，让眼睛得到放松休息。 D

A、20 分钟 B、20-30 分钟

C、30 分钟 D、30-40 分钟

## 二、多选题

1、近视的人可能会出现以下哪些表现？ ABCD

A、喜欢眯眼、歪头看东西 B、看远处的红绿灯不清楚  
C、觉得眼睛很容易感到疲劳 D、要凑很近才能看得清电视

2、近视可能会带来哪些影响？ ABCD

A、配戴框架眼镜不方便进行运动 B、看东西容易累  
C、吃火锅时，眼镜容易蒙上一层雾气，影响视线 D、大学选专业受到限制

3、以下哪些食物对帮助保护视力没有益处 AD

A、碳酸饮料 B、富含蛋白质食物  
C、富含维生素食物 D、糖类

4、以下属于临床近视矫治的常规措施有哪些？ BCD

A、注意日常用眼习惯和卫生 B、使用低浓度阿托品滴眼液  
C、配戴框架眼镜 D、配戴角膜塑形镜（OK 镜）

5、以下哪些情况不适宜做眼保健操？ ABC

A、眼部急性炎症 B、眼睛红肿  
C、眼睛分泌物很多 D、眼睛疲劳

6、斜视的危害包括 ABCD

A、产生学习和运动的障碍 B、影响骨骼发育  
C、影响美观 D、影响心理健康

7、散瞳验光以后，应注意： ABCD

A、散瞳后可能会暂时的怕光，看近物不清楚 B、阳光强烈时，外出戴太阳镜或遮阳帽  
C、散瞳期间应减少日间户外活动 D、应减少近距离用眼

- 8、佩戴眼镜时，哪些做法正确 ABCD
- A、摘戴眼镜时，要用双手平行往前摘或往后戴      B、剧烈运动时避免戴眼镜
- C、不用衣服、纸巾擦拭眼镜      D、镜片上有划痕、污点应及时更换
- 9、高度近视不应该参与的活动是 ABCD
- A、坐过山车      B、蹦极
- C、潜水      D、跳水
- 10、导致近视发生的因素有哪些 BCD
- A、经常日间户外活动      B、长时间用眼不休息
- C、不正确的读写坐姿      D、沉迷电子产品

### 三、判断题

- 1、7 岁的学生裸眼视力若能看到 1.0，以后就不会近视。 ×
- 2、散瞳验光能确定真实的度数。 ✓
- 3、激光手术能够治愈近视。 ×
- 4、经常用力揉眼睛或趴在桌子上睡觉会造成或加重散光。 ✓
- 5、弱视是视力下降，戴了眼镜矫正也不能达到正常视力水平。 ✓
- 6、配戴 OK 镜可以白天暂时性地恢复正常视力。 ×
- 7、散瞳眼药水导致的短暂畏光、视力模糊和阅读困难等症状对眼睛没有危害。 ✓
- 8、眼睛发红，有异物感时暂时不宜做眼保健操。 ✓
- 9、使用散瞳类眼药水，需定期到医院复查。 ✓
- 10、不良的用眼行为习惯和用眼环境会导致近视的发生。 ✓