信息名称： 教育部办公厅 国家卫生健康委办公厅 国家疾控局综合司关于防控儿童青少年高度近视的通知
信息索引： 360A17-08-2026-0009-1 生成日期： 2026-09-24 发文机构： 教育部办公厅 国家卫生健康委办公厅 国家疾控局综合司
发文字号： 教体艺厅函〔2026〕38号 信息类别： 体育卫生与艺术教育
内容概述： 教育部办公厅 国家卫生健康委办公厅 国家疾控局综合司关于防控儿童青少年高度近视的通知

教育部办公厅 国家卫生健康委办公厅 国家疾控局综合司关于防控儿童青少年高度近视的通知

教体艺厅函〔2026〕38号

各省、自治区、直辖市教育厅（教委）、卫生健康委、疾控局，新疆生产建设兵团教育局、卫生健康委、疾控局：

为进一步落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》（教体艺〔2018〕3号）《教育部关于全面推进健康学校建设的指导意见》（教体艺〔2026〕3号）等文件要求，推动各地、学校和家庭持续践行健康第一教育理念，坚持多病同防、同因共管，采取有效举措，切实防控儿童青少年高度近视，现就有关事项通知如下。

一、科学认识高度近视

高度近视通常是指近视度数大于等于600度或眼轴长度大于等于26毫米的屈光不正状态。儿童青少年近视程度一旦发展为高度近视，可能会演变成病理性近视，增加发生视网膜脱离、黄斑病变、青光眼、白内障等并发症风险，造成不可逆的视力损害，是致盲性眼病的主要原因之一。即使选择做近视激光手术也仅能矫正屈光状态，无法逆转已拉长的眼轴，无法根治高度近视引发的眼底病变，术后仍需终身防护与定期检查。部分高度近视有遗传倾向，若父母双方均为高度近视，子女近视风险可能增加。

二、主动预防高度近视发生

（一）保障用眼环境。各地教育部门要加强中小学校教学设施条件保障，指导落实教室、宿舍、图书馆（阅览室）等采光照明要求，使用符合国家标准要求、有利于视力健康的照明设备。中小学校定期维护采光照明设施，结合实际采购高度和学生身高、发育相匹配的可调节式课桌椅，减少教学过程中电子产品使用时长，为学生提供符合用眼卫生要求的学习环境。

（二）增加户外活动。中小学校严格落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时，推行“课间15分钟”，按照规定开齐开足体育与健康课程。有条件的中小学校可在上下午各安排一次不少于30分钟的大课间体育活动。

引导已近视的学生进一步增加户外活动时间。

（三）加强日常护眼。中小学校通过健康教育、班团会等形式教育学生注重日常护眼，每次近距离用眼20分钟，抬头远眺6米外不少于20秒，鼓励通过经常性远眺等方式放松眼睛。保持“一拳一尺一寸”（即眼睛与书本距离应约为一尺、胸前与课桌距离应约为一拳、握笔的手指与笔尖距离应约为一寸）的正确读写姿势，不躺着、趴着或在摇晃的车厢内阅读、学习。坚持规范做眼保健操。

（四）掌握近视底数。各地教育部门要加强学校视力监测经费、仪器设备等服务保障，组织本地区中小学校严格落实中小学生每学年1次健康体检和每学期2次视力监测，全面掌握学生近视底数，准确报送视力监测主要信息。中小学校按规定设立卫生室或保健室，按标准配备校医或保健教师，保障中小学生视力监测工作正常开展。疾病预防控制机构加强对中小学校视力监测等近视防控工作的技术指导培训。

（五）跟踪重点对象。中小学校密切关注在健康体检或视力监测中未近视学生的远视储备量和低中度近视学生视力变化情况，重点关注每年近视度数增长超过50度或眼轴长度增长超过0.2毫米的学生。

（六）校家医协同防控。中小学校教育引导学生在家保证充足睡眠、劳逸结合，不在寒暑假等假期过度使用电子产品，合理膳食、均衡营养，控制糖分摄入，多吃高蛋白食物，注意补充维生素和钙、锌等微量元素。中小学校及时向家长反馈健康体检或视力监测发现的学生近视度数增长过快等情况，提醒家长带孩子到医疗机构进行全面眼健康检查，遵照医嘱采取科学的防控措施延缓近视发展，定期复查，科学矫正视力，根据近视发展情况及时调整防控方法和手段。

三、重视高度近视日常干预

（一）深化宣传教育。各地教育、卫生健康、疾控部门要加强对防控高度近视的宣传教育，指导学校、综合医院、专科医院、妇幼保健机构、疾病预防控制机构等通过形式多样的视力健康科普宣教活动，用通俗易懂的语言宣传科学防控高度近视的知识和方法，帮助学生、家长了解和掌握高度近视的危害性与防控要点。

（二）建立视觉健康档案。医疗机构、中小学校为高度近视的学生建立视觉健康档案，规范记录眼轴长度、眼底检查、矫正视力等信息，及时发现高度近视并发症风险并进行针对性干预。

（三）定期随访复查。家长要做好孩子高度近视后的防控工作，至少每半年带孩子到医疗机构进行1次全面的眼健康随访检查，重视孩子视力保护与健康，关注孩子视力变化，如出现突然加重的黑影遮挡、闪光感、视物变形以及视力骤降等异常情况，要及时就医。

（四）强化日常防控。鼓励中小学校酌情安排已高度近视的学生在教室光线适宜、视线良好的座位就坐。学校和家长共同教育引导已高度近视的学生主动缩短连续近距离用眼时长，减少连续使用手机、平板电脑等视屏类电子产品时间，增加远眺频次与时长，充分放松眼睛。注意眼部卫生，防止感染，避免用力揉眼。可通过护眼日记记录每日户外活动时长、用眼负荷以及眼部是否有不适感等情况，检（复）查时主动向医生说明感受和情况。引导家长为已高度近视的学生选用非球面、高折射率的薄镜片，不配戴镜框过大的眼镜。

（五）避免剧烈运动。已高度近视的学生在日常体育锻炼中要注意避免可能对眼球和头部有直接冲击或明显震荡的剧烈运动，不宜参加蹦极、跳水、潜水等易使眼压发生剧烈变化的运动，建议参加户外跑步、骑行、游泳或乒乓球、羽毛球、网球等球类运动，可在运动时佩戴合适的防护眼镜，防止眼外伤。

（六）加强关心关爱。各地教育部门要指导中小学校面向已高度近视的学生加强心理健康教育和关心关爱，帮助他们正确认识眼健康状况，增强信心，积极应对高度近视带来的影响。

教育部办公厅

国家卫生健康委办公厅

国家疾控局综合司

2026年9月20日

扫一扫分享本页

发布日期：2026-10-20 来源：教育部 下载 收藏 责任编辑：尹瑜瑜

相关阅读

教育部等三部门部署防控儿童青少年高度近视

党政机关 政府网站找错 网站声明 网站地图 联系我们

版权所有：中华人民共和国教育部 中文域名：教育部.政务

京ICP备10028400号-1 京公网安备11010202007625号 网站标识码：bm05000001