

# 眼的调查报告

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1693610113696143.html>

范文网，为你加油喝彩！



眼的调查报告

## 眼的调查报告

在生活中，报告与我们的生活紧密相连，我们在写报告的时候要注意涵盖报告的基本要素。相信许多人会觉得报告很难写吧，以下是收集整理的眼的调查报告，仅供参考，欢迎大家阅读。

### 眼的调查报告1

进入小学四年级后，我发现我们班戴近视镜的学生人数逐渐增加。我的座位周围有李林泉、余韩冰和其他学生。看到我童年的玩伴郝浩，他现在在东方小学学习，听到他说他班上很多人近视。我从姨妈那里听说，他们年轻时，没有多少同学近视。这是为什么？考虑到这个问题，我开始了一项调查。

## 调查

我数了数近视的学生。我发现我们班有十多名学生戴近视眼镜，四年级其他班有近三分之一的学生近视。低年级近视学生较少，但高年级近视率较高。六年级每个班平均有20多名近视学生。在乡下，我六年级的哥哥说他班上只有几个近视的人。

## 分析

我调查了这些近视学生的家庭、学习和个人习惯。我发现我们班有五个人近视学得很好，四个人因为坐姿不正确而近视，两个人不做眼保健操，七个人因为过度看电视和玩电脑而近视。在农村地区，近视通常是由不正确的坐姿或过度使用眼睛引起的，有些营养跟不上它。在这些近视人群中，有些同学的父母一方或双方都近视。

## 结论

- 1.一些学生由于坐姿不正确而近视。
- 2.一些学生不做眼保健操，导致近视。
- 3.一些学生过度玩电视和电脑，导致近视。
- 4.有些学生遗传自父母的近视，过度使用眼睛，更容易导致近视。

## 建议

- 1、养成良好的学习习惯，不要在太强或太弱的光线下阅读；读、写、坐直。
- 2.不要长时间看电视或玩电脑。
- 3.养成做眼保健操的习惯。
- 4、加强近视预防宣传，保护眼睛，及时\*\*\*眼病。

## 眼的调查报告2

### 一、调查目的

这个学期的星期五我们学校举行了一次身体检查。报告单出来了，我发现我们班的同学都有近视眼。我给我们班的同学进行了一次小学生近视眼调查报告来调查我们班近视眼的主要原因。

### 二、调查方法

我拿了我们班同学的报告单进行了分类和总结，调查法，\*\*\*表说明法，访谈法，关察法，归纳法。

### 三、分析

大多数人都是平时不注意保护眼睛而导致近视的。不注意用眼卫生如看电视和上网时间太长等等。是现代儿童近视大增的主要原因。调查表明，学生近视的发生与其父母或兄弟姐妹有无近视有密切关系，高度近视基本上是由遗传造成的。父母或家族中有近视的儿童应该作为保护视力、预防近视的重点对象。

#### 四、结论

- 1、看电视的距离太近。
- 2、看电视的时间太长。
- 3、写作业的姿态不正确。
- 4、在光线太强或太弱的地方看书。
- 5、长时间在电脑前。
- 6、看激光。
- 7、不认真做眼保健操。
- 8、在车厢里看书。
- 9、不合理吃东西。
- 10、遗传因素。

#### 五、建议

为有效预防近视等眼病：一定要养成良好的用眼卫生，合理吃东西，锻炼身体，保鄣身心健康。保护好自己的眼睛！

我从四岁开始就戴上了眼镜，因为我的眼睛患了弱视和散光，从此，电视、电脑就与我划清了界限。即便如此，我在七岁时还是患上了近视。我的周围，患近视的同学很多，因此我很想弄明白他们又是何患上近视的。于是，我对小学生近视原因进行了调查。

#### 六、调查方法

- 1、我上网查阅资料，了解一般人是怎样患近视的。
- 2、我打电话给患近视的同学和朋友，问他们是怎样近视的。
- 3、我到绵阳市眼科医院咨询赵定中院长，小学生患近视的原因。

#### 七、分析

我在调查中发现，近视在12~18岁为高速发展期。小学生近视眼发病率为22.78%，中学生为55.22%，高中生为70.34%。每年，患近视的人数呈递增趋势，而且近视度数大增，上千度的近视眼都不是少数。学龄前儿童用眼不多，但患近视的比例也大为增加。

## 八、结论

- 1、学龄前儿童患近视主要是因为先天性眼球发育不健康导致，如弱视、斜视、散光等眼部疾病都很容易导致近视产生。
- 2、小学生近视主要是因为看电视和电脑时间过长；读书、写字时不注意距离与姿势，不注意光线与照明；不认真做眼保健操等因素导致眼部疲劳，而导致近视产生或加重。
- 3、中学生近视除了上述原因外，还因为学习任务重，压力大，功课多，户外活动少，导致用眼过度，加重近视。
- 4、遗传因素、环境污染和摄入营养成分的失衡也是患近视的重要原因。
- 5、患近视后未及时\*\*\*或不戴眼镜，加重近视程度。

## 九、建议

为有效预防近视等眼病：

- 1、要养成良好的生活习惯，合理饮食，不偏食，多吃含维生素c和维生素a，d的食物。
- 2、要纠正不良习惯，养成良好的用眼卫生，看书、写字时姿势要端正，光线要充足，坚持做眼保健操。
- 3、要尽可能少上网或看其他辐射性强的东西，不让眼睛长期处于疲劳状态。
- 4、要定期到眼科医院做检查，及时发现眼病，及时\*\*\*，听从医师的指导，逐步矫正视力或防止近视度加深。

## 眼的调查报告3

### 一、问题提出

现在的近视眼真多呀！近视是我们学生的一种常见的眼病，被国家列为重点防治的6种学生常见病之一。近年来中小学生的健康调查显示，我国人口的近视率越来越高。就拿我们班来说，一年级的時候只有4-5个人近视，而现在却有将近90%的人都近视。那么他们是怎么近视的呢？对此，我做了一次调查。

### 二、调查方法

- 1、查阅书籍、资料等，了解什么是近视。、

2、调查询问同学，了解产生近视的原因。

3、通过多种途径，了解目前青少年的近视状况。

### 三、调查情况和资料整理

信息渠道

涉及方面

具体内容

查阅书籍、资料等

什么是近视

近视视力缺陷的一种，患有近视的人能看清近处的东西，看不清远处的东西，近视是由于晶状体和视网膜的距离过长或者晶状体屈光力过强造成的。

调查、询问同学

产生近视的原因

1、课业负担过重；2、看电视、电脑、玩游戏机时间过长；3、书本离的太近；4、睡眠不足；5、写字看书姿势不对；6、灯光太弱或太强.....

多种途径

目前青少年近视状况

据20xx年全国学生体质健康调查结果统计，小学生的近视率为40%，初中为67%，高中竟达到了79%

### 四、结论

据调查，我国纯属近视国，13亿人中有12亿人近视。目前本班大多数人近视原因基本上可以归纳成以下几种：

1、上网时间长，而且不注意对眼睛的保护。

2、不做眼保健操。

3、不滴眼药水来解除眼疲劳，导致视力严重下降。

.....

## 五、建议

我在此劝大家一句，希望大家少上网，写字看书要有个好的坐姿，在光线合适的地方看书，给眼睛适当的休息和保护。

调查人：杨睿涵

调查时间：20xx年4月22日

## 眼的调查报告4

### 一、问题的提出。

随着年级升高，我的视力明显减退，班上的近视发病率也越来越高。到底有多少同学和我一样患上了近视呢？全校、全国呢？好奇心促使我对近视发病率进行了调查。

### 二、调查方法。

- 1、查资料，了解我班同学的视力变化。
- 2、观察平时同学的用眼姿势。
- 3、了解同学平均有多少时间看电视、用电脑。

### 三、调查情况和资料整理。

获得信息的渠道调查内容获得资料

上网小、中、大学生的近视率小学生23.4%、中学生47.3%、大学生74.9%

书籍、报刊中国人近视率共有四亿人

调查我班近视率50人里有21人不合格

### 四、结论

- 1、中国人近视率是全世界最高的。共有四亿人。
- 2、大学生近视率偏高。
- 3、眼睛是心灵的窗户，每个人都应该保护眼睛。

## 眼的调查报告5

你出去玩的时间多吗？不多。你每个课间都离开教室吗？没有。

在我国，近视率居高不下，低年级的孩子，十个中可能就有三个近视。

95%以上的近视几乎都不是天生的，而是被自己“惯”出来的，由于自己的不良行为习惯引起。浙江大学附属第二医院眼科中心（浙江大学眼科医院）视光部主任，\*\*\*全国综合防控儿童青少年近视专家宣讲团成员，浙江省儿童青少年近视防控专家宣讲团副团长，倪海龙说。

第26个全国“爱眼日”即将到来，“保护视力，从小做起”。呼吁社会各界都应该积极参与防控近视内容，共筑光明未来。

摄/吴志毅

昨日，杭州市教育局联合浙大二院眼科中心共同启动的“百场爱眼护眼和近视防控”活动走进杭州青蓝小学，激发孩子们爱眼护眼意识，养成良好用眼习惯。

倪海龙主任用四个生动的故事向同学们讲述了科学防控近视的重要性。

坐在小汽车里，眼睛就接触不到阳光了。不管阴天还是下雨，只要是日落之前都是可以的，每天至少要保证两小时的户外活动时间。简单来说，就是要多出去玩，掌握科学的方法，出去玩与学业并不会有冲突。

模仿是孩子的天性，也是一种学习方式，为人父母的你，是否整天用着手机，餐桌上捧着的不只是饭碗而是手机，当着孩子的面躺着斜着看电脑？

倪海龙呼吁，家长也要以身作则，更应该多一点陪伴，一有空就带孩子去小区、院子转一转。美好视觉，从娃娃抓起。

除了户外活动，一寸一拳一尺读写姿势、看近20分钟后要远眺20英尺暨6米外远方20秒以上的20-20-20护眼法则也是近视防控打好组合拳的重要方式。

钱江晚报联合浙大二院眼科中心与目立康一同携手近视防控公益路，守护儿童青少年光明未来。

点击上方视频就可收看倪海龙医生的精彩课堂。

近视防和控一样重要。当近视已经来临时，通过科学的方式有效控制和延缓近视的进展就显得尤为重要了。

高度近视可能会引起一些眼底部病变或潜在的风险发生，这种改变是不可逆的，伴随终生。

隐形眼镜相比传统的框架眼镜，视野范围更大，不容易出现周边变形的情况。由于（贴近）角膜，看到的物体像更接近真实。

硬性隐形眼镜（RGP隐形眼镜）建议到正规的医疗机构接受专业人员的验配检查，并需要定期复查，持续改善用眼习惯。

作为日本角膜接触镜行业的先行者和开拓者，目立康方面也表示，企业面对近视患病率日益上升的趋势，开发近视防控产品。对于角膜接触镜研发的创新、专注和坚持，倡导以患者眼睛健康为



第一考量的“安全哲学”，旨在为全球的眼保健专业人员提供全面的响应。

## 眼的调查报告6

随着社会的变迁(课业的增多)，小学生们肩上的担子越来越重，学习的时间也就明显增多。放松的次数多了，眼睛的负担(随之)越来越重。这不，还没毕业，我和一些同学都戴上了眼镜。(提出小学生近视已经成为普遍现象。)

那么，班上同学的近视人数到底有多少呢？为了解决这个问题，我对全班同学展开了一次全面的观察调查。这里是提出要调查的主题，应该\*\*\*成段。“叮铃铃——”上课铃响了，我的观察行动开始了。调查报告行文严肃，因此这句应该删除。首先，我是针对近视人数多少这个问题进行观察。趁老师转身在黑板上抄了一些复习题，趁此的机会，我环顾了四周。不禁一惊，发现有的同学都是眯着眼睛抄黑板上的题目，显然，这些同学都患了近视。除去那些抄别人题目的同学外，至少有15名同学患有轻度近视，约占全班同学的30%。紧接着，就要开始算已戴上眼镜的同学人数了，我粗略估算了一下，大概有10人都戴上了眼镜，其中300度的有1人，200度以上的有3~4人，100度以上的占戴眼镜总人数的50%。而那些视力达5.0以上的人数呢，却还没过半。

看了这些数字，你也许会感慨万千。那么你想知道随后，我又统计了我们班同学的用眼姿势情况统计吗？别急，听我一一道来。做作业时，我做了如下的观察与计算：1、按照规范的姿势，达到3个一标准写作业的只有不超过10人，还不到班级总人数的20%；2、握笔姿势错误，坐姿不正的同学大约有30多人，与规范姿势做作业的人数比是3：1；3、瘫在桌上写作业的人数大约有3个，占全班的5%。哦！怪不得有那么多同学患了近视呢！在以上两段中，作者通过了解和掌握第一手资料，摸清了情况。但调查报告行文严肃，不管是在情况叙述还是数字统计等方面，都必须客观实在，这点要引起作者注意。

通过这个调查结果表明，我认识到近视的烦恼已经牢牢缠上了我们这群在小学生群体中已经成为普遍现象。为了眼睛这里是点明调查结果，应该\*\*\*成段。通过这次调查，我发现只要矫正平日里的生活、学习习惯就能够避免近视，比如我们应该矫正自己的不良习惯，平时做作业、玩电脑、看电视的时间应定在每40~50分钟就休息片刻。做作业时应该做到三个一——手离笔尖一寸，眼睛离书本一尺，胸离桌子一拳。；在玩电脑时，应该与电脑屏幕保持一定的距离。不要将电视的亮度调得太高，以免眼睛受刺激。此外，日常生活中还应注意用眼卫生，不要用手搓眼睛等。本段应该将调查得到的材料经过定性、定量的分析概括，寻找出近视与日常学习、生活习惯的内在联系，然后再总结出具有价值的信息：只要矫正平日里的生活、学习习惯就能够避免近视！

同学们，为了明天的光明一起行动起来吧！

## 眼的调查报告7

调查,我国现有盲人500多万,低视力近千万人,尤其是在儿童及青少年当中,患病率极高。全国学生体质健康调研最新数据表明,我国小学生近视眼发病率为22.78%,中学生为55.22%,高中生为70.34%。更令人震惊的是,有份调查报告称,国内因高度近视致盲者已达30多万人。因此儿童及青少年近视的防治越来越为学生、家长及社会所关注。为什么患近视的学生越来越多?学生的眼睛到底是怎么近视的?仅仅是不良用眼习惯造成的吗?为了解小学生近视情况及引起近视的相关因素,我针对我们学校的部分同学作了一次调查。



## 一、调查问卷

1.你是不是近视？

A. 是的 B、不是

2.你是如何近视的？（不近视的可不答）

A、看电视过度 B、坐姿不端 C. 其它

3 你近视多少度？

A. 100以下 B. 500以下 C. 更高

## 二、调查分析：

导致眼睛近视的原因：大多数人都是平时不注意保护眼睛而导致近视的。研究表明，近视眼是人眼对当代环境的适应性改变，它的发生与发展与日益增加的近距离用眼活动的环境密切相关，与摄入营养成分的失衡密切相关。而不正确用眼，不注意用眼卫生（如看电视和上网过长等）是现代儿童近视大增的主因。

1 看电视距离太近

2 看电视的时间太长

3 所看电视的画面浓度太深

4 写作业时的姿势不正确

5 在光线太强的阳光下看书

6 在光线太弱的光下看书

7 长时间的在电脑前

8 不合理饮食

9 看激光

10 在车厢里看书

11 遗传因素

12 不认真做眼保健操

## 三、调查结果：

通过调查发现，在当今的中学生近视率不断上升，而中学生们对近视这一现象并不加以重视。甚至有人认为近视怎样，戴副眼镜不就得了。还对近视无所谓，错上犯错。许多人常将其归咎于不良的用眼习惯，如看书距离不当、光太暗、持久用眼等。但近年来的医学研究表明，饮食不均衡、睡眠不足、噪音等，也是诱发青少年近视的重要因素。

#### 四、建议

（一）看书时作姿要端正，光线要充足。读写要坐到离课桌一尺，胸离课桌一拳，眼离课本一尺。

（二）不要在坐车或行走的时候看书，不要躺下看书。读写1小时要远眺10分钟或到户外走动，调节眼睛肌肉。

（三）在课间十分钟坚持做眼保健操。

（四）尽可能少上网或看其他辐射性强的东西。注意作息时间的安排，不能让眼睛长期处于疲劳状态。

（五）不偏食，少吃辣的食品，多吃含维生素C和维生素A，D的食物。

（六）定期到眼科专医作检查，听从医师的指导，逐步矫正视力或防止近视度加深。

#### 五、体会

为有效预防近视等眼病：一要养成良好的卫生习惯，合理饮食，锻炼身体，保障身心健康；二要纠正不良习惯，养成良好的用眼卫生；三要定期到眼科医院检查眼睛，尤其是高度近视眼患者，及时发现眼病，以便早发现、早\*\*\*。视力关系着我们的一生，我们要爱护我们的眼睛，不让我们将来后悔！

### 眼的调查报告8

#### 研究问题

随着年级的上升，班上近视的同学越来越多关于近视眼的调查报告范文工作报告

听爸爸说：近视会给生活带来极大的不便。那么，他们为什么会成为四眼呢？我开始明查暗访  
信息渠道

询问近视的同学，提及他们近视的度数、用眼习惯和近视的后果等问题。

查阅书刊杂志，了解有关近视的原因、\*\*\*、预防等方面知识。

#### 调查结果

#### 结论得出

近视的原因多种，主要因为看书姿势不正确，用眼时间过长、受到辐射太大等原因造成近视。

眼睛是心灵的窗户，让我们共同保护眼睛，一起去探索世界吧。

## 眼的调查报告9

### 问题的提出

在我们班上，好多人都得了近视，我也是其中之一。为什么会近视呢？是什么导致了近视？最主要的原因是什么？我们应该怎么预防？为此，我进行了一次对本班同学近视情况的调查，并分析一下原因。

### 调查的方法

问问身边的长辈，怎样才能有效保护视力。

调查一下身边的同学，有哪些人近视，做个大概的估计。

### 信息渠道 涉及的方面 具体内容

长辈的口述有效保护视力的方法1、坐姿端正。2、不躺在床上看书。3、不多玩电脑，不多看电视

同学们的回答班中近视人数的估量我班近视人数，大约占了全班总人数的40%。

书籍、报刊、网络导致近视的主要原因遗传、看电脑、看书时间过长、压力过大、缺乏钙质、摄取过量精糖等都是造成近视的主要原因。

升入高年级，步入信息时代，那厚厚的眼镜也成了一种潮流。

我们已经不能再犹豫与延迟了，我们必须呼吁全世界要更加爱眼。

要知道眼睛是澄澈的明珠，眼睛是心灵的窗户。

## 眼的调查报告10

### 调查方法：

一、了解同学们有多少近视了？

二、了解一共有多少同学近视？

三、上网查询全中国一共有多少人近视？

### 调查情况和资料整理：

上网查询：中国一共有多少人近视？

具体内容：据调查，我国盲人500多万，低视力近千万人，尤其省是在儿童及青少年中，患病率极高。小学生发病率为22.78%。中学生为55.22%高中生为70.34%。

与同学交谈：近视原因

分析后以下几点：

- 1.写字姿势不对。
- 2.喜欢在微弱的光线下看书，喜欢躺着看。
- 3.看电视上网的时间太长。
- 4.不认真做眼保健操。
- 5.不爱护自己的眼睛。

自己调查：近视人数

总共15人。

解决方法：

- 1.控制上网看电视时间不超过1小时。
- 2.保护好自己的眼睛，不躺着看书，不在微弱的光线下看书。
- 3.认真做好眼保健操。
- 4.写字姿势要正确。

眼睛是心灵的窗户，我们要用眼睛学习知识，看美丽的世界，保护我们的眼睛是多么重要啊！

是我自己打出来的，绝不是抄袭，抄袭被雷劈死！

看在我这么辛苦的份上，加分！

## 眼的调查报告11

一：问题的提出：

眼睛是心灵的窗户，拥有了一双健康明亮的眼睛，外面五彩缤纷，千姿百态的世界才能一目了然，才能更好的学习，生活。但进入高中以来，我们班越来越多的同学戴上了眼睛，同学们的视力越来越差为什么会有这么多的人近视？为什么会引发近视？近视有哪些危害？又有哪些预防方法

？

仅仅是不良用眼习惯造成的吗？

二：调查目的：调查我校学生的近视情况，找出近视的原因、近视对个人的影响及其预防和\*\*\*方案。

三：，调查方法：

1. 通过网上调查和询问同学，老师，了解近视的主要原因。

2. 走访当地小学，初中，了解近视的发病率及学生中存在的问题。

四：调查结果：

1. 现象：全国学生体质健康调研最新数据表明，我国小学生近视眼发病率为22.8%，中学生为55.2%，高中生为70.3%。

2 近视的原因

专家分析，主要是四点原因：学生用眼过度；用眼不卫生；缺乏眼保健知识；饮食结构单一，缺乏眼营养。其中，63%的学生用眼时间过长，60%的学生不注意用眼卫生，50%左右的学生没有认真做好眼保健操，60%左右的学生缺少眼营养补充。

因此，近视的主要原因是看书学习，这是因为学生面临的学习压力较大，尤其是在高中生阶段有较多的作业和考试，导致了两长一短的现象，即每日学习时间长，一次连续作业时间长，睡眠时间短。

中学生眼球正处于生长发育阶段，调节能力很强，伸展性也较大。但是长时间的注视近物，视力负荷过重，致使眼睛得不到充分休息，是导致近视进展的主要原因。调查发现大部分同学的近视是始于高中阶段，或者是在高中时期，近视的程度变得更加深。所以同学们在学习的过程中一定要注意劳逸结合，适时放松眼睛，如眺望远方，做眼保健操等。

我们发现看电视和玩电脑对近视的影响也越来越大。如今生活水平高了，大家重视生活质量，家家户户都有电视机，现在的大学生的电脑普及率也越来越高。然而，这些电子产品给我们的精神生活带来富足的同时也给我们的健康带来了隐患。事实上，这些隐患是可以避免的，这就要求大家做到合理使用这些电子产品。

其他用眼不卫生情况包括使用不洁净的毛巾或手擦眼睛、走路、乘车时看书，在强光下看书写字等等。这些情况也不容忽视，因为它是20%的近视的引发因素。至于遗传方面的原因则要注意不能近亲结婚，近亲结婚加大了后代近视等疾病的发病机会。

3. 近视的危害：

近视对人造成一定的困扰，就调查显示，这些影响大部分表现在生活中。据资料显示，近视对生活具有如下危害：

视力低下，给生活带来诸多不便；

中高度近视，会导致眼球突出，眼睑松弛，影响容貌；

近视患者其白内障、青光眼的发病率明显高于正常人；

中高度近视，特别是高度近视容易引发玻璃体混浊、视网膜出血和脱离而致盲；

近视超过600度可产生一定的遗传因素，不但影响自己，而且会影响下一代，这是最可怕的。

人们也考虑到了近视对学习的影响，如一些专业对视力有着较为严格的要求：

单眼视力低于1.0者，不能录取理工类的海洋运输、船舶驾驶、民航航行管理业；

双眼视力低于1.0者，不能录取警校、\*\*\*官学校、精密仪器、海关专业；

单眼视力低于1.0者，不能录取医科、艺术类的舞蹈、音乐、电影、摄影专业；

单眼视力低于0.8者，不能录取体育专业等；对身心健康的危害：

造成营养不良，思维受到限制

对自己不自信，适应环境能力差

成为求知、求职、婚恋的绊脚石

深度近视会眼窝深陷，脸部变形

#### 4.近视的预防和\*\*\*：

##### （1）每天坚持做两次眼保健操。

虽然非近视的人数较少，但是非近视的人数天天做眼保健操的人数是近视的4倍，近视的同学大部分处于从未做过或是偶尔做过眼保健操的情况。这表明，做眼保健操对视力的确有着很明显的保护作用。眼保健操是根据中医学推拿，按摩的理论，通过经络穴位结合医学医疗组合而成。做操时，用手指末端在眼周围相关的穴位上进行自我按摩。从中医学的角度来说，这种眼保健操可以疏通眼部的经络，调和眼睛气血，所谓“目得血能视”；从现代医学的角度来认识，按摩能加速眼框周围的血液循环，改善眼部营养，使眼部肌肉得到放松，消除眼疲劳，从而达到预防近视的目的。如果做眼保健操马马虎虎，无异于隔靴搔痒，起不到应有的作用。做眼保健操时，洗净双手，两眼轻闭，手指甲不能留长，指端用力要均匀，以使按摩处有点酸胀的感觉为好，不能用力要均匀，以免损伤眼睛。当脸部（眼鼻处）皮肤上有毛囊炎、疖子，以及眼睛患有炎症时，应该停止做眼保健操。中小学有每天做眼保健操的规定，但是在大学做眼保健操完全是靠自觉。由于现在的大学生几乎每个人都配有电脑，若是不注意眼睛的保护则更加容易加大眼睛的近视几率和近视程度。

##### （2）看书时坐姿要端正，读书或写字时做到“眼离书本一尺远，胸离书桌一拳远，手离笔尖一



寸远。”

(3) 不要在坐车或行走的时候看书，也不要躺下看书。

(4) 尽可能少上网或看其他辐射性强的东西。注意作息时间的安排，不能让眼睛长期处于疲劳状态。

(5) 睡眠不足身体不仅容易疲倦，还易引起视力下降；要少吃含糖量高的甜食，

少吃烧烤类食物，不偏食、厌食。多吃对眼睛健康有益的食物，如富含硒元素的食物（动物肝脏、瘦肉、玉米、洋葱、大蒜、海鱼、淡菜等）、富含维生素A的食物（肝脏、牛羊奶、蛋黄）和富含维生素B1和尼克酸的食物（小麦、玉米、螺旋藻）。

五：总结：

近视应该防范于未来，所以每个人从小就应该养成好的用眼习惯。对于已经近视的就应该好好接受\*\*\*，控制其近视程度的加深。如今越来越多人近视，所以有必要加强全社会对近视的认识，在全社会普及健康用眼的知识。同时应该加大对近视的研究，寻找更好的\*\*\*方法，让近视患者早日获得好的视力。眼睛是心灵的窗口

## 眼的调查报告12

### 一、问题的提出

上五年级了，班级里戴眼镜的同学越来越多，照这样的速度发展下去，眼镜将会在整个班级“普及”了。近视给同学们的学习生活带了许多不方便，洗脸刷牙，吃饭行走，眼镜如同人身上的一个器官，怎么也离不开它了。同学们的视力为什么会下降？是否和平时学习生活习惯息息相关呢？

### 二、调查方法

1 看书

2 上网找资料

### 三 调查情况和资料整理

具体内容

信息渠道 涉及方面

网络 近视怎么形成及\*\*\*

近视眼发生的原因分内因和外因。内因主要有遗传因素和发育因素。近视眼有一定遗传的倾向，高度近视更是如此。正常情况下，至青春期眼球可发育正常，如过度发育即形成近视，这种近视一般到20岁左右即停止发展。如进行性发展可变成高度近视或病理性近视。从事文字工作和近距

离工作的人容易发生近视，尤其是青少年的眼球正处于生长发育阶段，调节能力很强，球壁的伸展性也比较大，用眼过度使睫状肌和眼外肌处于高度紧张状态是形成青少年近视的直接原因。因此重视视力卫生极为重要。包括注意改掉不良的用眼习惯，注意灯光照明，注意读书姿势，避免阅读时间过长，注意加强体育锻炼都能达到防治近视的作用。

书籍 怎么样会近视 大多数人都是平时不注意保护眼睛而导致近视的。研究结果表明，近视眼是人眼对当代环境的适应性改变，它的发生与发展与日益增加的近距离用眼活动的环境密切相关，与摄入营养成分的失衡密切相关。而不正确用眼，不注意用眼卫生（如看电视和上网过长等）是现代儿童近视大增的主因。

#### 四、 结论

1. 遗传因素：根据大量的调查资料，比较一致的结论是高度近视和遗传有关，中度以下近视则存在较大的分歧。高度近视的遗传类型，多数调查资料的结论是常染色体隐性遗传。因此父代与子代可以不同时出现近视。遗传又往往受客观环境，即生活条件的影响使之变异，增加了遗传的复杂性。

2. 环境因素：环境因素主要是近距离作业和不良的作业环境，这是最古老的学说，虽然至今仍然存在一些争议，但是从大量国内外有关调查报告看，已公认遗传与环境是近视眼形成的主要原因，并指出环境条件是决定近视眼形成的客观因素。但是，在近距离阅读或近距离工作的影响下，为什么能产生近视？对此还没有一致认识，主要有以下几种理论：

（1）调节学说：绝大多数近视是在青少年时代出现，由于青少年眼的调节力特别强，对近距离工作学习有高度适应性，所以看近也不易疲劳。但是睫状肌长时间过度紧张，睫状肌会发生疲劳甚至痉挛而出现调节性近视，不及时消除持续发展则可成为不可逆转的真性近视。或通过其他途径影响到眼球轴的延长。

（2）辐辏学说：近距离工作使用调节时，也需要两眼同时内转的辐辏功能加强，由此可以导致眼肌对眼球加压，而引起眼球轴的延长。

（3）环境适应学说：幼儿时期眼球小，多数呈现远视，随着年龄增长眼球增大达到正视状态。在这一发育过程中近距离阅读过多，眼球为适应这种调节需要而成为近视。这一学说受到许多反对，但是在发育期可塑性很强，对近视发展具有重要影响已是共识。

其他学说不作介绍，需要再提一下的是诸如照明光线、阅读姿势、对比度、字小模糊、距离太近和阅读时间长等外部因素都能影响以上因素的作用。

3. 营养体质学说：从一些资料分析到，微量元素镉、锑和锌等的缺乏和体质的薄弱也可影响到近视的发生，但是这些因素是通过什么途径影响近视则各有说法。

总之，从以上可以看出近视是有许多因素可以引起，既有外部因素，又有内部体质因素的相互影响，而非某单一因素而成。

#### 眼的调查报告13

##### 一、问题的提出

升入五年级以后，随着学习任务的加重，班上近视的同学越来越多。于是，我们几个同学为了解小学生近视情况及引起近视的相关因素，针对我们学校的部分同学作了一次调查。

## 二、调查方法

- 1.查阅有关眼睛近视的书籍，阅读报刊，上网浏览，了解近视眼的现状和造成原因。
- 2.调查本校同学的用眼习惯。
- 3.通过多种途径调查造成近视的原因。

## 三、调查情况和资料整理

信息渠道

涉及的方面

具体内容

书籍、报刊

我国小学生

近视的现状

全国学生体质健康调研最新数据表明，我国小学生近视眼发病率为22.78%，更令人震惊的是，有份调查报告称，国内因高度近视致盲者已达30多万人。因此儿童及青少年近视的防治越来越为学生、家长及社会所关注。

近视原因调查(本校同学)

不良用眼习惯

1.看书距离不当。2.在强光或弱光下看书。3.持久用眼等。4.边走边或在公交车上看书。5.看电视时间过久等。

上网

引起近视的

其他因素。

近年来的医学研究表明，饮食不均衡、睡眠不足、噪音等，也是诱发青少年近视的重要因素。

建议

## 怎样预防近视

(一)看书时坐姿要端正，光线要充足。读写要坐到离课桌一尺，胸离课桌一拳，眼离课本一尺。

(二)不要在坐车或行走的时候看书，不要躺下看书。读写1小时要远眺10分钟或到户外走动，调节眼睛肌肉。

(三)在课间十分钟坚持做眼保健操。

(四)尽可能少上网或看其他辐射性强的东西。注意作息时间的安排，不能让眼睛长期处于疲劳状态。

(五)不偏食，少吃辣的食品，多吃含维生素c和维生素a，d的食物。

(六)定期到眼科专医作检查，听从医师的指导，逐步矫正视力或防止近视度加深。

## 四、结论

为有效预防近视等眼病：一.要养成良好的卫生习惯，合理饮食，锻炼身体，保障身心健康;二.要纠正不良习惯，养成良好的用眼卫生;三.要定期到眼科医院检查眼睛，尤其是高度近视眼患者，及时发现眼病，以便早发现、早\*\*\*。视力关系着我们的一生，我们要爱护我们的眼睛，不让我们将来后悔!

## 眼的调查报告14

### 一、调查目的

问题的提出我们看到我们班有越来越多的同学近视了，眼睛是心灵的窗户，我们想了解近视的同学们对眼睛的重视程度。

### 二、调查方法

1.调查近视的同学们，并记录。

2.上网查找资料

3.设计调查表

4.制作统计\*\*\*

5.查找资料

6.撰写研究报告

### 四、调查情况与资料整理

我们调查了本班11位近视的同学，以下是我们的调查问卷。

你为什么近视看书看电视写字玩电脑天生你觉得戴眼镜方便吗方便还好不方便你什么时候戴眼镜  
幼儿园1年级2年级3年级4年级5年级你戴眼镜后有保护措施吗?有无

## 五、结论

1)这是我们的调查结果你为什么近视?

看书(3)，看电视(2)，写字(2)，玩电脑(3)，天生(1)。

你觉得戴眼镜方便吗?方便(2)，还好(1)，不方便(8)。

你什么时候戴眼镜?幼儿园(1)，一年级(无)，二年级(1)，三年级(1)，四年级(4)，五年级(4)。

这说明：我们班同学对眼睛还算重视。我们班同学四，五年级戴眼镜的人快速增加。

2)中国中小学生近视发生率已高达60%位居世界第一。

下面，我们教大家减少近视的办法：减少近视的主要关键是预防。预防近视没有可靠的捷径，主要关键还是要在发育年龄期间注意培养良好的卫生习惯和建立合格的环境条件。

具体措施已成老生常谈，归纳有以下几点：

1.要保持足够的阅读距离：阅读距离要保持在40公分以上，现在儿童(尤其在有了一些近视以后)都习惯于近距离看东西，当距离低于30公分时，眼睛就要使用4D以上调节，极易引起调节痉挛给发生近视提供“方便”。阅读书写的姿势也很重要，一定要保持坐位，禁止躺着和行走时阅读。

2.适度的阅读时间：持续近距离阅读连续时间不要超过50分钟，根据年龄在中途还应该给以短暂休息时间，给以向远方注视的机会。安排家庭作业要均匀，不要集中。

3.充足的光线：学习阅读时的照明不可暗淡也不能过强而眩耀刺眼，学校教室平均采光系数不低于1:6，桌面最低照度要高于50勒克斯低年级要高于高年级，对一些专科教室要有更高的要求。家庭照明光线要来自左前方，不直射眼睛，以产生均匀光线的磨砂灯泡或日光灯泡为好。

4.目标物要清楚：阅读物字体大小和清晰程度要符合标准，学校主要是黑板质量，要保持黑色无反光，粉笔和黑板擦不会把黑板变成灰色。

5.建立防治机构，做好定期检查，及时指导纠正。

6.每天饮用绿茶。茶可改善机体造血功能，能增强人体的免\*\*\*能力，减少辐射影响。多吃一些新鲜的蔬菜和水果，可以预防角膜干燥、眼干涩、视力下降甚至夜盲症等眼病。如果出现眼睛不适，经过长时间休息都不能解除症状者，则需及时到医院检查。

## 六、收获与感想

经过这次活动，使我们明白了保护眼睛有多么重要，如果我们戴上了眼镜，会给我们带来诸多的不便，请大家爱护眼睛。

### 小学生近视眼调查报告6

这个学期的星期五我们学校举行了一次身体检查。报告单出来了，我发现我们班的同学都有近视眼。我给我们班的同学进行了一次小学生近视眼调查报告来调查我们班近视眼的主要原因。

#### 调查

我拿了我们班同学的报告单进行了分类和总结，调查法，\*\*\*表说明法，访谈法，观察法，归纳法。

#### 分析

大多数人都是平时不注意保护眼睛而导致近视的。不注意用眼卫生如看电视和上网时间太长等等。是现代儿童近视大增的主要原因。调查表明，学生近视的发生与其父母或兄弟姐妹有无近视有密切关系，高度近视基本上是由遗传造成的。父母或家族中有近视的儿童应该作为保护视力、预防近视的重点对象。

#### 结论

1看电视的距离太近。2看电视的时间太长。3写作业的姿态不正确。4在光线太强或太弱的地方看书。5长时间在电脑前。6看激光。7不认真做眼保健操。8在车厢里看书。9不合理吃东西。10遗传因素。

#### 建议

为有效预防近视等眼病：一定要养成良好的用眼卫生，合理吃东西，锻炼身体，保鄣身心健康。保护好自己的眼睛！

### 眼的调查报告15

调查之后怎么样写相关的调查报告呢？各位，我们看看下面的有关近视眼的调查报告，请看：

#### 有关近视眼的调查报告

##### 一、课题的提出：

据调查我国现有盲人500多万，低视力人近千万，尤其是在儿童及青少年当中，患病率极高。全国学生体质健康调研最新数据表明，我国小学生近视眼发病率为22.8%，中学生为55.2%，高中生为70.3%。为什么会有这么多的人近视？仅仅是不良用眼习惯造成的吗？近视，与年龄有关系吗？

##### 二、调查方法：



1. 查阅有关书籍，了解普通人是怎么近视的。
2. 调查询问同学，了解他们是怎么近视的。
3. 通过多种途径，了解学校一共有多少人近视了。
4. 了解近视可能会引发的并发症

### 三、调查情况和资料整理：

学校共有56个人近视。

我国的近视率已接近30%，小学生22.8%患有近视，初中近视率猛增到55.2%高中生70.3%人戴上眼镜，大学生近视比例高达80%。

近视成因较多，据我们猜想，造成近视的因素有：遗传因素，环境因素，如被灰尘或污水刺激导致近视，个体因素，营养体质因素和睡眠因素。导致学生近视的主要原因是作业做的太晚，使睡眠不足，过度地看电视、玩电脑，摄入大量的糖和蛋白质。

眼球各部分较小，晶状体大小基本正常，前房浅。高度远视眼眼球小。视\*\*较小、色红、边缘不清、稍隆起，类似视\*\*炎或水肿，但矫正视力正常或与以往相比无变化，视野无改变，长期观察眼底情况无变化，称为假性视\*\*炎。现在小学生近视率很高。虽然近视存在某种的遗传因素，但更重要的是外界因素的影响。目前除了配戴眼镜外，没有更有效的\*\*方法，唯有持久地开展预防措施。中学生极高的近视率和现行的教育制度虽然有一定的联系，但更多的是因为用眼习惯而导致近视的发生。近视预防的重点也在于养成良好的用眼习惯。近视的危害从其近视的程度来讲分为轻度、中度、高度、超高度近视四类。轻度近视一般在300度以下，这时的近视很多是假性近视和真假混合性近视。家长应该着重防止近视往高度发展。中度近视一旦控制不住，发展成高度近视（600度以上）就会带来一系列的问题：日常生活不便，升学、参\*\*、工作都会受到限制，还会诱发眼部疾病、遗传给下一代。高度近视一旦控制不住，发展成为超高度近视（1000度以上），视网膜随时可能脱落??

### 四、结论

通过对调查的分析，我发现近视的原因有：

- 1.看电视距离太近；
- 2.看电视的时间太长；
- 3.所看电视的画面浓度太深；
- 4.写作业时的姿势不正确；
- 5.在光线太强的阳光下看书；
- 6.在光线太弱的光下看书；

7.长时间的坐在电脑、电视前；

8.不合理饮食；

9.在车厢里看书

10.遗传因素

11.不认真做眼保健操

12.从整体来看，作业负担较重的同学占大多数，作业负担随年级的升高而加重。

13.无论是哪个年级在做作业时都没有好好的让眼睛得到休息；而在校休息时间又一次随年级的增高呈递减趋势。

14.抗疲劳眼药水与眼保健操都是对眼睛有\*\*\*作用的，但却没有引起同学的高度重视。

15.近视人数虽然远远高于非近视人数，但不佩戴眼镜的人却占有相当一部分比例。这表明同学们对近视的问题还不够重视！

16. 其中的因素，像：姿势不对、用眼不当之类的毛病，我们可以努力克服、改正；像灯光太暗或太强之类的，我们可以调节；像防护不当、用药不当之类的，我们可以尽量避免；??我提出了以下几点建议：

1、 每日坚持远眺、坚持眼保健操和课间操，并积极参加文体活动。

2、 学习时要有充足的光线，光线要从左侧方向来。不要在光线不足和耀眼的阳光和强灯光下看书写字。

3、 看书时作姿要端正，读书或写字时做到“眼离书本一尺远，胸离书桌一拳远，手离笔尖一寸远。”不要睡在床上或边走路边看书。更不要歪头偏身趴在桌上读书写字。

4、 不要在坐车或行走的时候看书，也不要躺下看书。每天坚持做两次眼保健操。

5、 不要长时间使用视力，每学习50分钟后，应当休息10分钟。

6、 看电视的次数不要过多，时间不要过长，要控制在1小时以内。距离不要太近。至少隔两米远。

7、 尽可能少上网或看其他辐射性强的东西。注意作息时间的安排，不能让眼睛长期处于疲劳状态。

要记住眼科医生给大家的劝告：要养成良好的用眼习惯：看书、上网、看电视不要连续超过一小时，不要在太强太暗的光线下看书，一定要注意自己的写字姿势，坚持作眼保健操很重要??。

为有效预防近视等眼病：一要养成良好的卫生习惯，合理饮食，锻炼身体，保障身心健康；二要

纠正不良习惯，养成良好的用眼卫生；三要定期到眼科医院检查眼睛，尤其是高度近视眼患者，及时发现眼病，以便早发现、早\*\*\*。眼睛是心灵的窗户，我们一定要好好爱护它。从我国近视人口数量看出，我们国家的近视的人口很多，这些人中有三分之一是中小学生，充分体现我们中小学生对眼睛不爱护，才会近视的，我希望我们大家一点要爱护眼睛让3亿这个数字成为历史，让更多人打开这张不近视的“窗户”。

#### 关于小学生近视问题研究调查

1、每天作业多长时间？

a. 2小时以内 b. 2—4小时 c. 4小时以上

2、中间是否休息眼睛？

a. 是 b. 否

3、每天上网、看电视多长时间？

a. 2小时以内 b. 2—4小时 c. 4小时以上

4、在校休息时间是否休息眼睛？

a. 是 b. 否

5、是否滴抗疲劳眼药水？

a. 是 b. 否

6、是否认真做眼保健操？

a. 是 b. 否

7、是否近视？

a. 是 b. 否

（请近视的同学回答以下问题）

8、从什么阶段开始近视？

a. 小学低年级 b. 小学高年级 c. 初中

9、近视后是否配戴眼镜？

a. 是 b. 否

更多 实用文体 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/93_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发