

國民中學學生視力保健實驗研究

陳政友

國內學生近視問題，亟待提出一有效的防範與改進措施。有感於此，乃進行本研究，調查引起近視的因素，分析可能改善的方法，並進行實驗，以評估其在國中學生視力保健上的效果。

本研究採調查及實驗兩部分，追蹤七十三學年度入學之國中一年級學生1,447名，其中實驗組856名，對照組591名，以網膜檢影法測量學生眼屈折狀態，以問卷調查及家庭訪視來收集學生背景資料，並進行三年的實驗介入，研究結果發現：(1)全體研究對象兩眼屈折狀態有明顯隨年級升高而逐年向近視方向惡化的現象，畢業時近視罹患率已達76%。(2)國中階段，入學時原屬近視的學生其視力惡化的程度要比原屬正視的學生要嚴重。(3)國中一年級時近視發生率約為48%，而至畢業時近視累積發生率高達70%左右。而女生近視的發生率高於男生，國中三年的近視累積發生率，女生約為男生之1.5倍。(4)影響國中學生近視發生的主要因素是「性別」、「在家做功課時間」及「學業成績」；而影響國中學生近視惡化的主要因素是「性別」及「是否看清板書」。(5)對照組學生不論在視力惡化程度或近視發生情形都顯著的較實驗組學生嚴重，尤其在三年級課業壓力重時更有明顯的差異，以國中三年的近視累積發生率來說，對照組就較實驗組高出16%，這證實整體性學校視力保健計畫能有效遏止國中學生視力的惡化及近視的發生。

關鍵字：近視、追蹤研究、準實驗設計、國中學生、屈折狀態、學校視力保健計劃。

壹、前言

人類的經驗與知識大部分是經由視覺獲得，視力的好壞影響學生學習甚鉅。近年來，台灣地區由於社會的變遷，環境及升學等諸多因素，視力不良成爲學生最重要的健康問題。

各級學校學生視力不良罹患情形，由許多學術、教育、衛生等單位相繼調查發表，如周道香¹⁶、許明木²²、林隆光¹⁸等人曾以幼稚園兒童爲對象；柯良時⁸、那玉^{9,10,11,12}、林隆光曾以國民中、小學學生爲對象；那玉^{8,11}及林隆光¹⁸等人曾以高中、高職學生爲對象；賴泉源²⁰、柯良時¹⁹等人曾以醫學院學生爲對象從事視力調查研究。這些研究都顯示：自幼稚園至大專院校學生視力不良的罹患比率不僅隨年級之升高而增加；且隨年代逐年日趨嚴重。以教育部³所發表的資料來看，七十三學年度高中(職)以下各級學校學生視力不良比率，台灣省國民小學爲16.79%、國民中學爲44.45%、