

最近，“近视眼从 800 度降到 100 度”的短视频上了热搜，不同身份的主播演示了各种“恢复视力”方法，它们都有用吗？调查显示，绝大多数视频都是伪科普。更糟糕的是，这些严重误导公众的内容之所以在互联网“横行霸道”，与平台的纵容和助力不无关系。

“近视从800度到100度” “伪科普”屡上热搜

国家卫健委：警惕近视能治愈的虚假宣传



近视无法逆转



从视频看，宣称能将高度近视变成低度近视的视频大致能分为两类：一类是博主演示“恢复视力方法”：有的博主表示，可以通过穴位按摩，“逆转”近视；有的则转动眼球并配合远近距离交替聚焦，称能治疗近视。另一类则是各种视力训练视频，博主称，通过观看这些视频，就能降低近视度数。

似乎为了证明这些“恢复方法”的权威，从博主的介绍看，它们都大有来头：有的是“飞行员视力恢复训练”，有的来自某日本医疗机构，还有的称演示者是“武医掌门”。但从公开信息看，没有资料能证明这些说法。

中国科学技术协会通过公众号“科学辟谣”指出，网传相关内容实为伪科学。具体来看，近视通常涉及眼球的结构变化，特别是眼轴长度的增加。在眼球发育过程中，眼轴始终保持增长，直至稳定下

来。这种增长通常是永久性的，无法通过远眺、转转眼球、压迫眼睑等一般手段将它缩短。而眼球中的组织，如巩膜（眼球的外层）在近视的过程中可能会被重塑，这种重塑也不可逆。在目前的医疗条件下，没有哪种医疗手段能真正逆转眼轴。

多名三甲医院的眼科医生表示，在网传部分“视力训练视频”中，有的没有出处，有的其实是针对散光、弱视等不同眼部疾病的训练视频，并不是针对近视；而且，是否能观看这些视频、如何观看等，需要医生根据不同患者的实际情况确定；如果跟着视频“训练”，反而可能影响视力。对于部分通过按压穴位、远眺等方式“恢复视力”的说法，医生表示，它们与眼保健操类似，有助于舒缓眼部疲劳、预防近视，但无法逆转近视。此外，国家卫健委发布的《儿童青少年近视防控健康教育核心信息》特别提醒，要警惕近视能治愈的虚假宣传。



社交平台竟然助推“伪科普”



既然“近视眼从 800 度降到 100 度”是假的，那为什么会登上热搜榜呢？调查显示，社交平台难辞其咎。

本次热搜主要来自微博，在话题“# 近视眼从 800 度降到 100 度的过程 #”下，不同账号发布了各种内容，既有已经被辟谣的伪科普，也有部分专业人士做的真科普，内容良莠不齐。

但平台似乎并不区分伪科普和真科普，一味推广有热度的内容。

例如，在多条演示存在误导的“恢复视力方法”视频下方，出现

了平台提醒：“您好，恭喜您的视频荣登视频飙升榜……”

可见，平台的“算法”没有审核发布内容真伪，只是从人气出发进行推广，还通过官方留言的形式，提醒发布者这类内容受欢迎。以上不问青红皂白、颠倒黑白的做法，显然为伪科普在社交平台的盛行提供了土壤。

至于那些发布者，似乎也从平台的“算法”中尝到了甜头。有一名博主在该话题下发布了“转动眼球”视频，很快得到平台肯定，表示该视频进入了飙升榜。但在视频

留言中，很多网友指出，博主的介绍不正确，比如高度近视者转动眼球反而不利于健康。或是迫于网友压力，该博主澄清表示，其发布的内容是“借着热搜词条分享的护眼操，不要误以为做了就可以从 800 降到 100”（相关介绍）并没有权威性”……这也从一个侧面暴露出博主是为了蹭热点而发布相关内容。

显然，要改变这一现象，不仅要约束博主、主播的行为，还要改一改平台的话题设置和推广激励机制，更要督促平台对伪科普说“不”。

（来源：上海辟谣平台、科学辟谣）

一周辟谣

河南要求1米8以上 男青年报到？

河南省文旅厅：假的

据河南交通广播，继哈尔滨文旅火爆之后，河南文旅也格外努力，不仅凌晨两点还在平台更新短视频，还花样翻新地邀请全国网友前往河南旅游。

1 月 13 日，有网友晒出标注为河南省文旅厅发出的“要求身高 180cm 以上单身未婚男青年到当地文旅局报到”的相关短信内容引发热议。

网友晒出的短信截图内容为：“【河南省文旅厅】通知：各市满 18 周岁身高超过 180CM 的单身、未婚男青年积极返城，携带身份证去当地文旅局报道，积极配合当地派遣工作，为我省旅游文化工作添砖加瓦，望收到通知的人员抓紧时间返城。”从网上晒出的短信截屏来看，记者留意到，不少网友所晒短信截屏为同一张图片。1 月 13 日，河南省文旅厅相关工作人员对此回应称：“假的！”

“56人吃了 瑞金脐橙中毒”？

警方通报 4 起典型案例

据“江西网警”微信公众号消息，江西公安网安部门积极响应公安部“打击整治网络谣言”工作部署，公布四起典型案例。

2023 年 12 月 26 日，网民周某针对某地“订婚强奸案”在某短视频平台发布了一则视频进行“评论”。周某为博人眼球、吸引流量，变身“新闻评论员”，在未经核实的情况下，仅凭个人想象，恶意捏造不实信息，借社会热点事件进行炒作。公安机关依法对周某予以行政拘留处罚，并责令其删除不实视频。

2023 年 12 月 31 日，网民肖某利用手机拍摄现场视频发布在某短视频平台。视频配文称“重大交通事故，四人受伤，两人抢救，开车不喝酒……”经核实，该起交通事故系一轿车不慎与三轮车发生刮蹭，导致三轮车上两人受轻微伤，轿车及三轮车司机均未饮酒。公安机关依法对肖某予以行政处罚处罚，并责令其删除不实视频。

2024 年 1 月 6 日，网民温某编造内容为“2024 年 1 月 6 日发生在瑞金脐橙重毒事件造成 56 人吃了瑞金脐橙中毒事件”的视频并发布在某视频平台。该网络谣言扰乱公共秩序，对赣南脐橙声誉造成严重负面影响。公安机关依法对温某予以行政拘留处罚，并责令其删除不实视频。

2024 年 1 月 11 日，网民张某某为泄私愤，故意编造谣言视频发布在某短视频平台，视频内容为“江西省赣州市寻乌县澄江镇的交通乱收费，交一千块钱就可以骑走，但是交警队不开发票”。公安机关依法对张某某予以行政拘留处罚，并责令其删除不实视频。

警示台

教育部：“希望杯”等属于“黑竞赛”

寒假将至，为守护广大学生及家长健康安全，教育部校外教育培训监管司、公安部刑事侦查局、国家消防救援局消防监督司、中国消费者协会秘书处共同提示：寒假期间，校外培训机构不得违规组织开展学科类培训。

“大师赛（DSS）”“希望杯（XWB）”“华杯赛（HBS）”等均属违规举办的“黑竞赛”。所有竞赛结果均被禁止作为中小學生招生入学依据和考试加分项目。不法分

子散布“竞赛获奖，助力升学”谣言、贩卖焦虑、非法敛财，属严重违法违规行为，教育部门将会同有关部门严厉打击。

参加非学科类培训的广大学生及家长要通过全国统一的“校外培训家长端”App 选课、缴费、退费及投诉。一次性缴费不应超过 3 个月或 60 课时及 5000 元上限，要签订《中小学生校外培训服务合同（示范文本）》，切实避免“退费难”“卷款跑路”等风险。

一些不法分子通过伪造政府部门公文或以培训机构名义，诱导学生及家长添加 QQ 号或加入 QQ 群，以校外培训退费名义实施电信网络诈骗。为此，再次向广大学生及家长提醒，正规退费流程一般以原路退还的形式退至本人缴费账号，凡退款时附加购买商品或支付费用条件的，都是诈骗！如有疑问，可及时拨打 110 或有关培训机构主管部门电话求证、求助。

（来源：新华社等）