

从几百到近万元不等，号称能护眼防近视的“大路灯”值得买吗？

号称能护眼防近视的“大路灯”值得买吗？

近期，“落地护眼灯”受到家长群体的追捧，因其形状酷似街边的路灯，也被称作“大路灯”。记者走访发现，大路灯的价格从几百元到近万元不等，还有一些大路灯号称其“能护眼”“防近视”。大路灯是否真的能防近视？如何从改造灯光的角度帮助孩子防控近视？防控近视还有哪些值得注意的？



大路灯(左侧两款)体积较大、照明范围广。(新华社)

大规模商用！AI翻译来了

翻译行业正在经历一场由人工智能驱动的深刻变革。

4月24日，2025中国翻译协会年会在辽宁大连开幕。此间发布的《人工智能与翻译报告》指出，AI翻译技术已从实验室走向大规模商用，其应用场景覆盖跨境商贸、文化交流、教育医疗等多个关键领域。

截至2024年底，中国主营“机器翻译”或“人工智能翻译”的企业数量增加至1545家，同比增长706家。与此同时，人工智能翻译技术广泛嵌入多模态场景应用产品，智能翻译设备如雨后春笋般涌现，引领翻译行业迈向智能化、场景化新高度。

人工智能技术推动下，中国翻译教育也迎来全面升级，形成了“翻译+技术”的复合型人才培养模式。高校纷纷开设翻译技术课程，培养既懂语言又懂技术的复合型人才。同时，部分高校开始将翻译专业与计算机科学与技术、人工智能专业进行跨专业融合，开展双学位项目。

AI翻译有哪些优势？带来了哪些积极影响？

——显著提升翻译效率，并拓展应用场景。

在跨境电商领域，实时翻译系统助力商家快速生成多语言产品描述，缩短了全球市场响应时间；在国际会议和直播场景中，语音识别与实时字幕生成技术有效消除了语言障碍，提升了跨语言交流的流畅性。

——助力文化传播与国际交流。

AI翻译助推中国影视、文学和游戏内容的全球传播。通过自动化字幕和本地化服务，中国网络文学和短视频在海外获得广泛认可；通过多语言数据库和实时翻译系统，具有中国特色的AI翻译促进了国际经贸合作和文化互鉴，提升了中国的国际影响力。

——推动技术创新与行业基础设施升级。

开源翻译应用的普及，显著降低了中小企业的技术门槛，使其能够开发定制化的翻译工具，增强了行业生态的包容性和创新活力。同时，装备多语种人工智能技术的语言服务企业为中国出海企业提供高效解决方案，助力企业在短时间内完成高质量的多语言内容输出。

尽管人工智能为翻译行业带来了显著机遇，但其应用过程中也暴露出技术局限性、语种支持能力不均衡、文化适应性不足、伦理争议及职业冲击等挑战。

报告认为，随着技术伦理框架的完善与跨界合作的深化，AI翻译有望在消除语言障碍的同时，为人类文明的多元共生提供更包容的解决方案。翻译行业需通过完善行业标准、强化人才培养与国际合作等措施，把握机遇，应对挑战，推动行业高质量发展。

(余俊杰)

看似“高大上”实为通用灯具

大路灯普遍具有以下特征：“个头大”，高度通常在两米左右，重量一般在20千克左右；照明范围广，光线可以覆盖书桌和周围地面；价格普遍在千元以上，有的甚至高达八九千元，远远高于普通台灯。

记者发现，在宣传上，这类产品普遍称对孩子眼睛有好处、能防控近视。“光多照1米，分多涨10分”“开学逆袭985”……一些产品宣传其有利于孩子学习，令家长们心动不已；“儿童青少年总体近视

率67%”“孩子在用的普通台灯可能伤害他们的眼睛”……部分商家则贩卖“近视焦虑”，让家长们对普通台灯充满“怀疑”。

有的家长受误导，认为只要买贵的灯就可以防控近视。广州消费者林女士表示，大路灯的宣传广告让人感觉很“高级”，孩子每天晚上在家都要看书学习几个小时，为了孩子的视力，多花点钱也值得。

大路灯究竟是什么灯？广东省中山市质量计量监督检测所灯具室主任黄敏表示，大路灯其实就

是可移动式通用灯具，属于我国强制性CCC认证产品范畴，其安全、电磁兼容项目须符合相关国家标准的要求。

与传统的桌面台灯不同，大路灯采用上下双光源设计。中山大学中山眼科中心屈光与青少年近视防控科主治医师许吉萍表示，大路灯有一个直接照向书桌的光源，同时还将光线照向天花板，相当于把台灯和顶灯合成了一个灯，让室内阅读环境整体变亮。

大路灯的三大焦点问题

问题一：

大路灯可以防控近视吗？

许吉萍表示，目前尚无直接的临床证据证明大路灯对近视防控有显著效果，而且室内灯光只是近视防控工作中很小的一部分。根据《近视防治指南(2024年版)》，近视的影响因素包括遗传因素以及环境因素，后者涵盖近距离用眼、户外活动、读写习惯、采光照明等。

此外，有的大路灯还涉嫌违规进行医疗效果宣传，称产品可以“改善视网膜血液循环”，从而达到“抑制眼轴过快增长从而控制近视”的效果。专家表示，灯具不属于医疗器械，产品具有医疗效果的宣传不可信，所谓的“黑科技”“疗效”难以验证。

问题二：

买大路灯越贵越好吗？

谈及消费者普遍关心的价格

问题，雷士照明品质与售后总监黄敏德介绍道，虽然灯的照明亮度和使用寿命与价格存在一定关联，但并非绝对的因果关系。灯具的原材料涵盖支架、芯片、荧光粉材料、胶水、线材等多个部分，从理论上来说，使用可靠性更高、品质更优的原材料，会大幅增加生产成本，进而使产品售价上升。价格并非衡量灯具品质的唯一标准，消费者不能单纯以价格高低来判断灯具的好坏。

问题三：

大路灯一定优于普通台灯吗？

至于光线和近视之间的关联，目前，一项针对1840名学生进行的随机对照研究发现，在教室灯光为模拟太阳光光谱环境下学习的学生，三年后近视发生率较少，这说明模拟太阳光光谱的灯具对防控近视有一定帮助。许

吉萍表示，部分厂家的大路灯也模拟了户外光的光谱特性，但实际效果因厂家而异，而且其他护眼台灯和顶灯也能达到类似效果。

受访专家指出，无论购买大路灯还是普通读写台灯，都有几个关键考量维度。黄敏德表示，家长务必留意产品是否明确标注执行国家标准GB/T 9473—2022《读写作业台灯性能要求》。在灯具的性能参数方面，要特别关注灯具的光谱特性，尽量选择光谱特性接近太阳光的灯具。

还有几项重要参数不容忽视。“为孩子购买的灯具，桌面照度应达到500勒克斯(lux)以上，显色指数需达到95以上。此外，产品还需满足防眩光、低蓝光、无可视频闪等要求，全方位为孩子营造舒适、健康的读写照明环境。”黄敏德说。

近视防控不能只靠灯

专家建议，要客观理性地看待灯具和近视防控之间的关系，全方位、多维度进行近视防控。

购买了合适的灯具是否意味着防控近视一劳永逸？对此专家认为并非如此。许吉萍表示，儿童近视防控并非只受光线这一单一元素的影响，个人学习生活环境、用眼习惯等多种因素共同作用于视力健康。

从近视防控医学来说，最主要

的防控因素其实是“一增一减”。许吉萍介绍，“一增”是增加户外活动，建议每天累计接触自然光的时间达到两小时以上，每次15分钟以上。除了环境灯光改造，还需要做更多的“增量”，如多进行户外活动、保持正确的读写姿势等。

“一减”是减少孩子近距离用眼。专家表示，近距离用眼不仅仅是看电子设备，很多家长误以为孩子不看手机就不会近视，其

实儿童在看书、写字、画画、弹钢琴、下棋甚至玩积木时都可能近距离用眼。总的来说，近距离用眼的时间要尽量少，用眼距离要尽量远。

近视增长变缓或者预防近视，不是单一维度就可以完全做到的，改造环境灯光只是其中很小一部分，防控近视是一场需要家长和孩子全方位努力的“持久战”。

(胡林果、徐弘毅)