

眼乾多問題

長期佩戴隱形眼鏡人士，步入中年後多有眼乾問題，加上佩戴不合適牌子、時間過長或衛生不足，可引致影響繼續佩戴隱形眼鏡以下不良情況：

- 角膜點狀染色 (punctate staining)
- 結膜充血 (conjunctival hyperaemia)
- 角膜感染 (corneal infection)
- 角膜變形 (corneal distortion)
- 角膜水腫 (corneal oedema)
- 角膜血管增生 (neovascularisation)

如發現佩戴隱形眼鏡有不良情況，應及早約見視光師跟進，改善眼睛問題。

了解病人視物需要

視光師替病人準確檢查度數後，不一定建議配足老花度數的，會了解病人工作需要、生活習慣及適應能力，作出度數上的調整，例如患者經常要近距離閱讀，處理細字體文件，近距離的老花矯正最為重要；如患者主要負責電腦工作，或平日只看大字體包括超市購物，打麻雀、看餐牌，則較着重中距離老花矯正；而初戴者亦可佩戴較輕度數以減低因不適應而引起暈眩或影像虛浮。

建議度數 符合需要

了解病人需要後，視光師在基本度數上，加上建議度數，方便病人選配適合隱形眼鏡。

「現時漸進式隱形眼鏡分為軟鏡和透氣硬鏡，軟鏡以月棄和日棄鏡為主，一對鏡同時擁有遠/近視、散光及老花度數，病人只需戴一對鏡便可矯正以上視力問題。而優化了漸進式隱形眼鏡光學區，毋須分為上半部是遠/近視，下半部是老花度數，病人只要看前直望，便看到清晰影像。」吳說。

不過到底怎樣才算最適合病人需要，都要試戴後才知道。「我們在量度角膜弧度和裂隙燈檢查後，會提供合適度數的隱形眼鏡試片供病人試戴，然後到外面走走

看不同距離物件，閱讀，看電腦等等，評估是否適合。

「初期試戴，眼睛需要適應，很多人未能即時順利對焦或感影像虛浮。有時需要試戴不同牌子和多個度數組合，需時頗長。」吳說。

現時有多個品牌的漸進式隱形眼鏡，有不同的鏡片設計、物料、基弧及度數，視光師會因應患者需要提供合適鏡片。現時漸進式隱形眼鏡已有採用矽水膠物料，可增加透氧率 (DK值)，同時減少鏡片水分蒸發及附着蛋白質，戴得較舒服，一般病人較受落。

點配話你知

漸進式隱形眼鏡



養和醫院視光師 吳少娟



人到中年視力漸退化，其中老花眼最是擾人，特別是本身佩戴隱形眼鏡矯正近視或散光人士，有了老花眼後看近物極辛苦，戴老花眼鏡嗎又怪難看，真的不知怎算好。

幸好近年有漸進式隱形眼鏡，有屈光問題人士一副眼鏡便能走天涯。但如何選配適合的漸進式隱形眼鏡大有學問，今期就由養和醫院視光師講解當中要點。

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：陳承峰

點解有老花眼？

養和醫院視光師吳少娟說，人的眼睛有自動對焦系統，焦點可以在極短時間內變遠變近。但當年齡漸長，晶體和睫狀肌退化，對焦速度便開始減慢，而且因為晶體彈性不足，致無法看清楚近物，「有些人退化得快，有些人退化得慢，一般三十歲後期感覺對焦速度慢，近物朦朧，四十歲後漸見明顯，到了大約四十三、四十四歲，很多人都會無法忍受，尋求視光師協助。」

這種因為年紀大而無法看清楚近物的視力問題，稱為「老花」。有早期老花人士，初開始時大約有二十五度，只要稍為將近物例如書本、雜誌推遠，或將燈光亮度調光，便能看清。

但對於一些經常要處理文書、閱讀細小字體、近距離視物人士，例如教師、會計人員，輕微老花都影響工作，這類人士便需要配老花眼鏡。

昔日老花要戴有框老花眼鏡或有框的漸進式眼鏡才能矯正。



三方法 應付老花

有近視眼的老花人士除了選配漸進式隱形眼鏡，還有以下三種方法對付老花：

1. 佩戴矯正遠視隱形眼鏡，後加老花有框眼鏡。
2. 利用單眼視覺理論 (monovision)，為非主力眼減配近視度數，以抵銷老花度數，主力眼的度數要配足。
3. 漸進式隱形眼鏡，再配合單眼視覺理論，加強看近清晰度。

現時有漸進式隱形眼鏡，幫助老花眼人士看清楚遠近景物。

視光師 點幫你？

因老花問題見視光師要求驗眼，視光師會怎樣幫忙呢？

吳少娟說，如果是預約驗眼人士，本身戴隱形眼鏡的，會預先請病人早一晚停止戴隱形眼鏡，讓眼睛休息，驗眼時會更準確；如果病人未有預約而是直接到達現場要求驗眼，視光師會請他們脫下隱形眼鏡休息二十至三十分鐘，然後才開始驗眼。

「驗眼時，視光師會檢查視遠景物的度數，即是否有遠視、近視及散光。當清楚掌握後，才開始檢查視近物度數，即是否有老花度數。」吳說。

很多人會問，不是檢查老花度數便可以嗎？吳少娟解釋，病人本身的遠、近視及散光度數，會影響選配合適老花眼鏡度數；如不理會原來的度數，直接加上老花度數，病人不一定會看得清楚。

主力眼度數要配足。



視光師必須先驗近視度數，然後驗老花度數，才夠準確。

驗眼時，視光師會了解病人平日的視力需求，例如看餐牌、打麻雀。



經常閱報、瀏覽智能電話人士，視力要求較高。



圖為漸進式隱形「硬鏡」。

