

# 屈光異常及配鏡須知



高雄長庚+



恆春旅遊醫院

遠距醫療眼科門診 護理衛教-01

## 壹、前言

眼角膜及水晶體可比喻為照相機之鏡頭，具有將外界光線準確地聚焦於視網膜上而成像之作用。如果聚焦不準確，就如同拍照時焦點沒有對好一樣，會使影像模糊，因聚焦不準確所造成的視力問題，稱為屈光異常。依聚焦狀況分為：近視、遠視、散光及老花眼等四大類。眼屈光科專門處理各種屈光異常、視機能障礙、複視、兒童弱視、驗配一般眼鏡及隱形眼鏡等相關問題，並對一般眼科疾病做鑑別診斷。

### 一、近視

(一)病因：影像聚焦於視網膜之前，大部分為眼軸過長，少數為眼角膜與水晶體屈折力過大，而引起近視。

(二)症狀：遠方視力模糊，近距離視力較佳，兒童看黑板或電視時會眯眼、吊眼、斜眼或歪著頭看，嚴重時需要靠近黑板或電視時才看得清楚。

(三)檢查流程：十五歲以下兒童須點睫狀肌麻痺劑後，儘量減低假性近視度數，再做視力矯正及相關的檢查。成年人則直接做視力矯正檢查。

(四)治療方法

1. 最強保護因子為戶外活動，每天有 2 小時戶外活動可有效預防近視；最危險因子為長時間近距離用眼，應注意看書、看電視及用電腦的習慣(照明度、看書距離約 30 公分、看電腦距離約 90 公分)，近距離用眼時間每 3 分鐘後往遠處眺望休息 10 分鐘。

2. 已經近視的兒童，一百度以下近視兒童上課座位如排在較前面，點用長效睫狀肌麻痺劑或配戴角膜塑形可抑制其度數之增加；近視度數一百者，可考慮配戴眼鏡，但無法抑制度數增加；可點用睫狀肌麻痺劑，以控制近視度數增加。點用近視藥物時，可能在陽光下有畏光症狀或近距離視力模糊，建議戴帽子、或使用太陽變色眼鏡，近距離用眼時可不戴眼鏡。

(五)合併症：高度近視 500 度以上會有較高機率出現飛蚊症、視網膜退化出血、網膜剝離、黃斑部病變甚至導致失明之嚴重合併症。

### 二、假性近視

(一)病因：睫狀肌過度痙攣，使水晶體折射力增加，產生類似近視狀態。

(二)症狀：視力時好時壞，多數發生於用眼過度兒童，也可能發生於耗眼力的行業，如：電腦操作者、秘書、會計、電子零件裝配及鐘錶裝配修理等。

(三)檢查流程：點睫狀肌麻痺劑後，近視度數會減輕甚至完全消失。

(四)治療方法：預防近視應注意看書、看電視及使用電腦的習慣(照明度、看書距離約 30 公分、看電腦距離約 90 公分)，近距離用眼睛時間每 30 分鐘後往遠處眺望休息 10 分鐘，同時須多從事戶外活動等。

### 三、遠視眼

(一)病因：影像聚焦視網膜之後，常因眼軸過短或眼角膜與水晶體屈折力過小所致。

(二)症狀：年輕時睫狀肌調節能力較佳，故足以將遠視焦點拉前至視網膜上，而使中或輕度的遠視病人看遠看近視力俱佳，但隨著年紀增長，調節力減弱，則出現近距離視力較遠距離視力模糊現象。嚴重的遠視病人，很可能在兒童期形成弱視，尤其單眼遠視病人，更易產生該眼之弱視。

- (三)檢查流程：做視力矯正之檢查，必要時得點睫狀肌麻痺劑後，放大瞳孔檢查。
- (四)治療方法：兒童在遠視可能造成閱讀困難或弱視，應配眼鏡矯正。產生弱視除需配鏡外，並配合弱視訓練治療。輕度遠視年輕時不必配鏡，但年紀增長後若現近距離閱讀疲勞之症狀，應配眼鏡矯正。
- (五)注意事項：大多數兒童之遠視會隨著年紀增加而降低度數。

#### 四、老花眼

- (一)病因：水晶體隨著年紀之增長調節力減弱，使近距離視力模糊。
- (二)症狀：一般人約年過四十，近距離閱讀時，會字體模糊且易疲勞，必須將書報拿得較遠，才看得清楚。
- (三)檢查流程：年齡大於四十歲者，須做調節力測量及閱讀視力矯正。
- (四)治療方法：配老花眼鏡、雙光鏡片或多焦點眼鏡。
- (五)注意事項：隨著年紀增加，度數也會增加，宜定期檢查。

#### 五、散光（亂視）

- (一)病因：角膜表面曲度不均勻，少數為晶體所致，多數為先天性角膜所致，與環境因素無關，一生中曲度變化不大，但仍有可能因後天創傷或角膜病變而影響角膜曲度及散光程度。嚴重的散光可能與圓錐角膜有關。
- (二)症狀：視力不良，嚴重者看物體產生雙影或扭曲，可能在兒童時造成弱視。
- (三)檢查流程：視力矯正，角膜曲度測量及傑克森交叉圓柱鏡（JCC 驗光）或散光圖形之檢查。
- (四)治療方法：兒童散光度數在一百五十度以上者，視學習情況決定眼鏡配戴與否，若兒童有弱視現象者，應整日配戴眼鏡治療弱視。

#### 六、弱視

- (一)病因：嬰幼兒腦部視覺區須接受外界清晰之影像刺激才能正常發育，任何引起影像模糊的因素都可使嬰幼兒之腦部視覺區發育不良，造成視力無法以任何鏡片矯正至 0.8 以上。引起影像模糊之因素有先天性白內障、角膜白斑、角膜裂傷後之斑痕、斜視、屈光異常（如高度遠視、單眼遠視、高度散光及高度近視）、先天眼瞼下垂等。
- (二)檢查流程：四歲以上兒童矯正視力低於 0.8，並無不可治癒(或矯正)之眼疾(如視神經萎縮)。
- (三)治療方法：6 歲以前是治療黃金期，須及早治療各種引起弱視病因，並配戴眼鏡及必要時遮蓋正常眼刺激患眼或其他弱視訓練法，給予矯正。
- (四)注意事項：愈早期治療效果愈佳，尤其是嚴重的弱視，一般而言，八至九歲後治療效果不佳。

### 貳、建議看診科別：眼科



遠距門診個案管理師-潘雅幸

諮詢電話:(08)8892704 # 1130