

幾耐要驗眼一次？ - 太陽報

甚麼年紀的人才需要驗眼？眼科視光師建議任何年齡人士均要定期驗眼，就算自我感覺視力正常，眼睛狀況良好，也是有驗眼的需要；因為一些眼睛毛病，透過驗眼過程可於早期被發現。

不要以為眼睛毛病多數發生在老年及中年人身上，年輕人也有可能出現。一位20歲的女大學生，雖然有二百多度近視，但她覺得自己雙眼健康，去驗眼是為了看看近視度數有否增加；眼科視光師為她做放瞳孔驗眼底檢查，發現右眼視網膜右下方，有微細的穿窿，呈退化的現象，於是建議轉介眼科醫生作跟進，而視網膜問題需要接受治療修補。

減少面對屏幕

視網膜穿窿初期，患者未必感覺到眼睛異樣，假如未有及早發現，漸漸會影響視力，看景物會忽然出現閃光或飛蚊症，隨着日積月累，更會出現黑影，嚴重者甚至視網膜脫落，可以致盲。視網膜穿窿問題，現今醫學未能證實引致的原因，但是減少面對電腦及手機屏幕，都是保護雙眼的好方法。

至於定期驗眼要相隔多久便要進行一次？要視乎年齡及眼睛狀況來決定，18歲以下的小童及少年，視力正常，最少每年驗眼一次，假如有近視或散光，則最少半年一次；18歲以上成年人，視力正常，最少每兩年驗眼一次，假如有近視或散光，就最少每年一次。當然，眼睛有問題人士，例如弱視患者，則更需要加密驗眼，建議每兩至三個月檢查一次，保障眼睛健康。

Fit型Sun知

鄭綺文

香港角膜矯型學院

香港角膜及隱形眼鏡學會財政

香港理工學院視光學專業文憑

香港理工學院視光學（榮譽）理學士

香港理工大學哲學碩士

