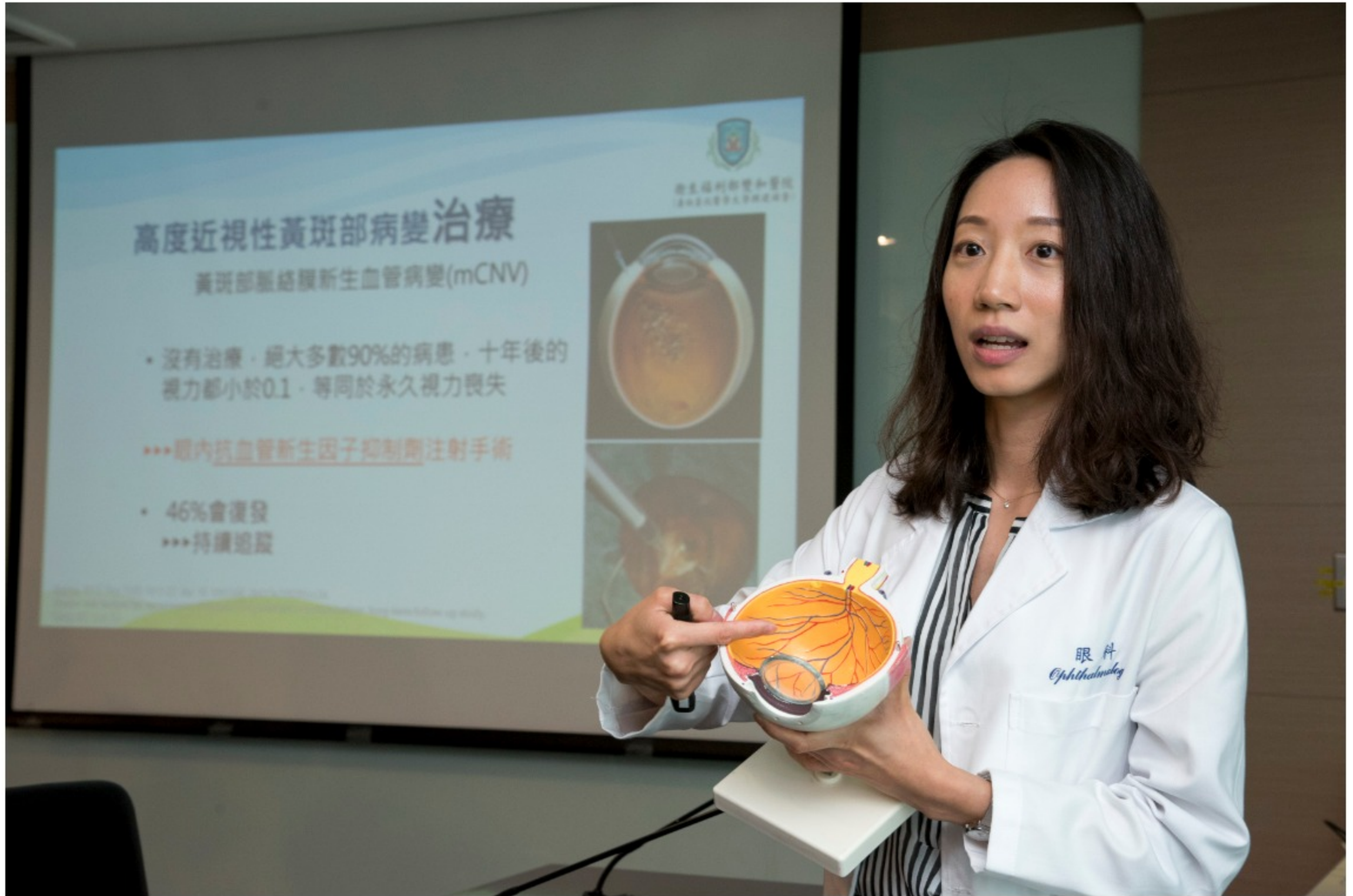


近視族注意！小心「眼」過勞

發佈日期：107/05/10



(圖：雙和醫院眼科王詩文醫師說明高度近視的併發症狀)

一名59歲邱女士，雙眼近視度數超過一千度，造成視力逐步惡化，進而前往雙和醫院眼科就診。經檢查發現右眼產生黃斑前膜，左眼罹患「高度近視性黃斑部病變」，產生近視性黃斑部脈絡膜新生血管病變(mCNV)，雙眼視力都降至0.2以下，影響生活甚鉅。日前接受左眼眼內抗血管新生因子抑制劑注射手術治療，而日後右眼也將接受黃斑前膜移除手術，目前病人仍須定期回診追蹤，確保視力不再惡化。

雙和醫院眼科王詩文醫師指出，「高度近視性黃斑部病變」已成為65歲以上視力喪失的主因之一，目前治療方式以開刀、注射手術穩定病情。邱女士左眼的「高度近視性黃斑部病變」，採用抗血管新生因子抑制劑注射手術，手術簡單、時間短、恢復時間快，從眼白直接注射，整體過程只需十分鐘，定期回診追蹤，確保視力不惡化。

此疾病也會發生在20~30歲的青壯年人口。國內外研究指出，台灣22%成年人是600度以上的高度近視，其中有5~10%可能會發生近視性黃斑部脈絡膜新生血管病變(mCNV)，若沒有治療，絕大多數90%的病人，十年後的視力都小於0.1，等同於永久視力喪失。王醫師強調，600度以上高度近視的民眾，建議應每年接受視網膜檢查，若有視力模糊、線條扭曲、飛蚊症增加或看見如閃電般的閃光，則應盡快接受眼科視網膜科醫師的檢查。若罹患「高度近視性黃斑部病變」，則應依據醫師的指示接受手術治療或定期追蹤。

近年隨著3C科技發展迅速，人手一台手機、平板，讓用眼過度的機率大幅增高，也讓高度近視比例節節攀升，長時間看手機、平板會導致高度近視，易誘發各類眼疾的產生，如青光眼、白內障、黃斑部病變等併發症。王醫師建議，預防近視與度數的增加，就成年人而言，要從基本的生活習慣開始著手，有效的方法是坐姿正確、避免用眼時間過長、多看遠方，以及規律的生活作息；18歲以下的青少年族群，要盡量減少近距離用眼，每30分鐘休息10分鐘，多去戶外遠眺，並依據眼科醫師指示接受長效型散瞳劑或角膜塑型片控制治療。