

高度近視患者應注意哪些事項？

[發表醫師] :護理指導 醫師(眼科)

[發布日期] :2005/12/26

一般人近視眼到二十歲以後就會?定下來，可是對於某些高度近視患者，尤其是遺傳性高度近視者，甚至到了二十五歲，度數仍繼續再加深，目前一般認為造成高度近視的因素包括：

一、先天性遺傳：即病態性高度近視，患者往往在幼兒時期即視軸相當長，長大後甚至度數會超過二千度，因為是遺傳所致，所以目前無有效方法可阻止其繼續加深。

二、後天環境因素：主要是後天用眼習慣不良，閱讀姿勢不正確及營養不均衡、運動不夠、生活作息不正常引起的。此類患者近視多在一千度以內，鮮少超過一千五百度者，預防之道應從小養成良好的護眼習慣，注重眼睛之保健。

高度近視患者因視軸拉長，故視網膜變薄，除了視網膜剝離機會增加外，另外可能產生的病變還包括：玻璃體混濁、黃斑部變性、網膜脈絡膜萎縮、後鞏膜葡萄腫等，目前並無明顯有效方法可避免這些病變之發生，患者應該至少每半年到眼科作眼底散瞳檢查，若有早期病變如裂口，先予以雷射治療，以阻其惡化至視網膜剝離。另外平時多補充適量的維生素 A、C、E，也許多少有所助益。當然避免眼球的外傷及劇烈爆發性運動也是必須的。萬一不幸視力突然變得很差或看東西扭曲變形，可能視網膜已剝離，應立即到各大醫院找視網膜專家診治。

而高度近視患者若想擺脫眼鏡，可考慮作準分子雷射近視手術，一般作完度數應可?定，不致於加深回去，但前題是術前度數就已經?定下來了，所以本手術只適用於二十歲以上度數?定者，還有其他的限制，應該術前與手術眼科醫師充分討論，另外雖然作完已經?有度數了，但是別忘了你的視網膜仍是高度近視的視網膜，每半年的定期眼底檢查仍不可少。

還有一種所謂的「角膜塑形術」就是利用戴硬式?形眼鏡來將角膜壓平，以達降低近視度數的效果，此法因須持續配戴才有長期效果，一但停戴，度數又會恢復，而且多利用夜間睡覺時配戴，似乎違反戴?形眼鏡的原則，目前在眼科界爭議頗大，建議近視三百五十度以下及低散光者才會有較滿意的結果。

註 本篇文章已刊登於 奇摩眼科衛教文章

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。