

傳媒報導

日期：2017年6月29日（星期四）

資料來源：信報 – 健康生活 – C2 標題：遠視、近視、老花、散光

作者：第一部分註冊視光師陳文彬

參考網址：[請按此](#)

坊間對眼睛狀況有很多流傳，患近視就沒有老花？遠視即是老花？老花會無限度加深？看東西散開就是散光？這也是驗眼時長者常問的問題，筆者藉此一一為大家解釋。

一．近視與老花

無論是近視、遠視、或沒有度數的人，過了四十歲後就可能漸漸出現老花，原因是眼內的晶體慢慢失去彈性，以致看近時不能聚焦看清。筆者通常以關節來比喻，年紀漸長變得不柔軟是無可避免的，老花是同樣道理。例如有些人患約二百度近視，在沒有配戴眼鏡下，其清晰位置大約在 40-50cm，正是一般人看近的閱讀距離；有老花看近時拿下眼鏡，反而覺得清晰，就如同把老花隱藏了，這就是有些人覺得有近視就沒有老花的原因。

二．遠視與老花

遠視當然不等於老花，遠視、近視是指眼睛看遠的狀況。一般而言，眼球長度較短，就會形成遠視；眼球生得過長就是近視，近視加深就是因為眼球變長了。有遠視的人，如沒有配戴眼鏡，在看遠景時晶體要刻意調節才能看清。年輕時不覺得有問題，當四十歲後晶體調節能力減弱，問題就出現了，所以有遠視的人更覺老花早出現。有些人矯正遠視和老花一樣，要使用凸透鏡，所以混淆了遠視和老花。

三．老花度數的誤解

老花的深淺視乎眼睛剩下多少調節能力，據統計約六十歲後晶體的調節能力所剩無幾，所以看近時要全靠鏡片輔助。老花度數跟閱讀距離掛鉤，愈近所需要的度數愈深。所以如果閱讀距離不變，老花度數就像封了頂。

四．散光

一般散光成因是眼球（角膜）形狀不夠圓，看東西就模糊。但留意，只要度數（遠視、近視、老花、散光）沒有糾正，就會影像朦朧，看得不清晰。隨年齡增長，眼球（角膜）形狀也會有所改變，以致散光度數出現變化。

老花出現後可選擇配戴漸進鏡，多款不同設計的漸進鏡均針對視力環境的需要，如室內漸進鏡主要針對在辦公室內多用電腦和處理文件的人仕，而近年一些個人化設計的漸進鏡，令配戴者更易適應和感覺舒適。為迎接人口老化帶來的挑戰，賽馬會流金匯提供一站式身心健康管理及支援服務，包括全面的眼科視光檢查服務，詳情致電 3763 1000。

-- 完