

# 年紀大眼矇是正常？

驗眼時常聽到「老友記」表示，人老了看東西一定比年輕時差。究竟年紀大是否必然眼矇？香港大學2020年發布一份關於香港成人視障的普遍數據及原因之研究，發現只有約5%人「入五後」的視力不達標。除了受白內障、黃斑點退化、糖尿上眼及青光眼等常見眼疾影響，其餘約八成視力不達標均由屈光不正（度數）引致，即一副眼鏡已可改善情況。

雖然香港作為一個經濟發達的地區，大部分長者應不是因經濟負擔而未有驗配眼鏡，但上述研究結果其實與筆者平常為「老友記」驗眼時的觀察吻合，他們不懂得或不願意

佩戴眼鏡改善視力主要有4個原因。

1. 部分人的觀念錯誤，覺得眼睛有問題的人才需要戴眼鏡，故不想戴眼鏡，以免被朋友覺得自己老了、有老花了。

2. 覺得眼鏡架在鼻上不舒適，但現在很多鏡框已走輕薄簡約路線，比從前輕了很多。

3. 部分人沒有定期檢查眼睛的習慣，故不知道其視力問題可透過佩戴眼鏡改善。

4. 受過往佩戴眼鏡的不快經驗影響，因不能適應新眼鏡度數而放棄佩戴，但其實這與「老友記」和視光師的溝通有密切關係。清晰的溝通有助視光師根據佩戴者的「視力」和

「視覺」需要，通過臨床判斷調整度數。

第4點更牽涉到很多長者關心的漸進鏡片問題，一般人以為度數準確與否是能否適應新眼鏡的主要因素，但其實鏡框大小、鏡片度數分布設計等亦影響佩戴的舒適度和適應度。筆者遇過一位長者一隻眼睛的白內障較深，導致左右眼視力不平衡，故為她驗配漸進鏡時，要在度數上作出調整。

這亦說明為何筆者經常提醒長者，驗配眼鏡不能只驗度數，要給視光師綜合評估眼睛裏裏外外的狀況。除度數外，長者更可選擇具備阻隔紫外線的鏡片，以減低患上白內障和黃斑點退化的風險。「賽馬會流金匯」註冊視光師（第一部分）能夠使用診斷藥物為會員作綜合眼科視光檢查，可致電3763 1000查詢及預約。 作者為賽馬會流金匯註冊視光師