

甚麼是

隱形眼鏡？



香港理工大學眼科
視光學及放射學學系



衛生署



香港中文大學眼科
及視覺科學學系

甚麼是 隱形眼鏡

它是一塊經過特別設計、細小而薄、帶有弧度的膠片；放置於眼角膜前端，主要用作矯正視力之用。

隱形眼鏡 的用處

帶有顏色的鏡片可改變虹膜顏色。



矯正一般屈光不正，包括近視、遠視及散光等的視力問題。



在特別的情況下，隱形眼鏡可幫助治理眼角膜的疾病或損傷。



隱形眼鏡的種類

根據鏡片的原料及特點，隱形眼鏡可分為三大類：硬鏡、透氣硬鏡及軟鏡。

性質

建議每日之最長戴用時間

優點

缺點



硬鏡

- * 由亞加力膠片製成
- * 不透氣。氧氣主要透過隱形眼鏡下的淚水層供應給角膜，較容易引致眼角膜缺氧。

8
小時

- * 堅硬：不易變形、碎裂及磨損，非常耐用
- * 視力通常較軟鏡清晰
- * 價錢較軟鏡便宜
- * 護理較軟鏡簡單
- * 可用來矯正因角膜疾病或疤痕所引致的不規則性散光

- * 眼角膜較容易缺氧，嚴重時可引起水腫及感染等併發症
- * 較易滑離眼角膜，引致不適及視力模糊
- * 適應期比較鏡長



透氣硬鏡

- * 由透氧膠片製成
- * 透氧，氧氣透過隱形眼鏡供應給角膜

12
小時 → 14
小時

- * 視力通常較軟鏡清晰
- * 可用來矯正角膜疾病或疤痕所引致的不規則散光
- * 在眼角膜上較硬鏡穩定及戴用時較舒適

- * 較硬鏡脆弱、易磨損及變形，不及硬鏡耐用
- * 適應期比較鏡長
- * 使用鏡片「戴過夜」會增加角膜潰瘍的機會
- * 較硬鏡容易積聚污垢



軟鏡

- * 由吸水塑料製成
- * 透氧，氧氣透過隱形眼鏡供應給角膜

12
小時 → 14
小時

- * 柔軟，眼睛容易適應。適應期比硬鏡或透氣硬鏡短
- * 「即日」拋棄型軟鏡更換容易，並不會有消毒或污垢積聚的問題。「短期」較「即日」拋棄型軟鏡價錢便宜，但必須遵守一般清潔及消毒的護理程序。

- * 較容易被撕破
- * 徹底清洗較困難，與硬鏡或透氣硬鏡相比，較容易有淚水不足、敏感、積聚污垢及感染等問題
- * 使用鏡片「戴過夜」會增加角膜潰瘍的機會
- * 戴了後的視力通常不及硬鏡及透氣硬鏡清晰

矯視隱形眼鏡是透氣硬鏡之一種，目的是利用硬鏡將角膜的表面彎度改變，讓取下隱形眼鏡後，在一段時間內仍維持清晰視力，但眼角膜在失去壓力下，會慢慢回復其原來的形狀，視力亦因此而慢慢變得模糊，必須再戴上鏡片，藉以維持角膜彎度。矯視隱形眼鏡有「日間」或「晚間」配戴兩種的選擇。使用鏡片「戴過夜」會增加角膜潰瘍的機會。



矯視
隱形眼鏡

拋棄型

隱形眼鏡



隱形眼鏡亦可按其更換頻率，分類為拋棄型或不拋棄型。拋棄型隱形眼鏡是軟鏡之一種，透氧率高，每對鏡片可以是「每天」（即日）或「一星期至一個月」（短期）便要棄掉和更換新鏡，大大減低因污垢積聚而引起之眼疾及不適的機會。

如何選擇隱形眼鏡

選擇隱形眼鏡及其護理的方法都是一門專業的學問，而且亦並不是每一個人都適合配戴隱形眼鏡；有下列情況的人士便可能不適合配戴：

經常性

眼睛發炎
或一些
慢性
眼病患者



在滿是灰塵
的地方工作

眼睛敏感



眼乾



不能妥善
護理鏡片

隱形眼鏡直接配戴於眼角膜上，配戴或護理不當，都會影響眼睛健康，嚴重更會造成永久損害，甚至喪失視力；所以在選擇鏡片前，你必須約見眼科醫生或合資格註冊視光師，清楚瞭解自己的眼睛情況，及在專業意見下，正確選擇、使用及護理隱形眼鏡。

隱形眼鏡 的護理

無論你配戴那一類型的隱形眼鏡，必須適當護理鏡片：包括每天的清潔、沖洗，消毒及定期的清除蛋白程序，缺一不可。

步驟	程序	目的	步驟	注意事項
1	清潔	清潔鏡面的污穢：油脂、黏液和塵埃等附著物。	將鏡片置於清潔的手掌中，加上清潔劑，輕擦鏡片。	不同種類的鏡片應使用不同的清潔液。 必須清洗鏡片底面兩面。
2	沖洗	把會傷害眼睛的清潔液完全沖掉。	將已清潔的鏡片置於手掌中，加進生理鹽水，並用中指磨擦，沖掉所有清潔液。	不要用水喉水、蒸餾水、礦泉水或食用鹽水。
3	消毒	防止鏡片上沾有細菌。	沖洗後，鏡片應保存於儲存液中消毒。	不同類型的鏡片可選用不同的消毒方法，如軟鏡就有雙氧水消毒法或化學消毒法等。個別人士應與眼科醫生或專業視光師商討及選用一套適合的消毒方法。
4	清潔蛋白	清除沉積在鏡片上的蛋白質	每週一次，把已清潔及沖洗的鏡片浸於除蛋白溶液中。	除蛋白後之鏡片，必須再進行清洗及消毒程序，方可使用。

大部分由隱形眼鏡所引致的眼疾與配戴或護理不當有關，所以佩戴隱形眼鏡人士必須要嚴格遵從合資格註冊視光師或眼科醫生的指示，正確配戴和護理鏡片。

使用隱形眼鏡小貼士

眼睛是靈魂之窗，為確保眼睛健康，請您在合資格註冊視光師或眼科醫生指導下才配戴隱形眼鏡，並注意以下事項：

- 先用皂液清洗雙手後抹乾，才配戴及處理隱形眼鏡。
- 每次使用隱形眼鏡後，應以正確方法清洗及消毒鏡片。
- 存放隱形眼鏡的容器需經常保持清潔。
- 定期更換鏡片及儲存盒。
- 定期接受眼科醫生或合資格註冊視光師檢查眼睛，以確保眼睛健康及鏡片合適。
- 所有清潔溶液必須用完即棄，不可重覆使用。
- 不可自製生理鹽水。
- 不要胡亂將鏡片存放在未經消毒的溶液中，如水喉水、蒸餾水或礦泉水。
- 不要配戴太過舊或已破裂的鏡片。
- 在未經眼科醫生或合資格註冊視光師之指示下，切勿嘗試長時間配戴隱形眼鏡或戴著鏡片入睡，因為這樣會大大增加角膜感染或潰瘍的機會。

☆所有配戴隱形眼鏡人士，若感到眼睛有任何不適，應即時停止使用隱形眼鏡，並盡快找專業人士跟進。

如欲知道更多健康知識，請致電2833 0111 衛生署24小時健康教育熱線
(廣東話、英語及普通話) 或瀏覽衛生署健康地帶網頁<http://www.cheu.gov.hk>

鳴謝：視光師管理委員會 提供協助