

# 眼科

## Q:

我今年40多岁，曾考虑要配戴隐形眼镜，却又担心会因疏忽造成严重后果。请问我这个年纪适合戴隐形眼镜吗？

## A:

隐形眼镜基本上是适合各年龄层的人士使用，40多岁才开始配戴并不是个问题。不过，使用者需采取各项保护措施，穿戴时只要多加小心，并保持良好的卫生习惯，就可以避免产生并发症。

隐形眼镜不应过度使用，即一天不超过八小时，晚上睡觉时不应配戴隐形眼镜。隐形眼镜容易造成眼干，所以在使用前先确保双眼湿润。

每片隐形眼镜都有一定的最佳使用期限，比方说即用即丢的隐形眼镜就有一个安全配戴的期限。为了避免在配戴时出现并发症，使用者应严加留意个人卫生情况。隐形眼镜应充分地清洗与消毒，以降低感染风险。

我们也应该了解到配戴隐形眼镜时会出现潜在问题，像是眼干、眼角膜擦伤、发炎、过敏、过度使用导致的综合症病情，以及眼角膜肿胀。干眼综合症通常是因隐形眼镜穿戴时间太长导致。

使用者会较容易出现眼角膜擦伤与糜烂（即在表面上出现小斑点）的情况，也会较为容易出现名为巨乳头性结膜炎的过敏症状。患者的双眼届时会对隐形眼镜敏感，眼睛发痒、发红，并出现不耐受的情况。

使用者也可能会出现细菌感染等严重并发症。这一类的感染力度强，严重的话，可能会导致双目永久失明。

长期使用隐形眼镜，或是一天长时间配戴隐形眼镜的人士是较容易出现这些问题。年龄在40岁以上的使用者，眼睛较为干燥，也较会得到隐形眼镜使用有关的问题，出现眼角膜糜烂与发炎的几率会比年轻使用者来得高。若使用不当，或没有维持严格的卫生标准，也会较容易出现感染等并发症。

如果使用者出现眼睛发痒、不适、发红，或者出现眼屎，这就表示使用者的眼睛对隐形眼镜出现过敏或不耐受反应，甚至是严重发炎。如果这些问题持续或是反复出现，使用者应找眼科医生检查双眼。

患者如果觉得戴眼镜不方便，也觉得隐形眼镜使用起来不舒服或出现问题，另一个方法就是接受屈光矫正手术。这种手术可以解决包括近视、散光、老花在内的屈光不正情况。

提问者年纪超过40，可能出现老化情况，看近物时会有困难。屈光矫正手术能纠正这种情况，减低患者使用眼镜阅读的需要。

目前最常见的屈光矫正手术方法包括激光矫正手术（LASIK）以及植入性接触镜手术（implantable contact lens surgery）。目前已接受屈光矫正手术的人有无数个，这个手术让他们大大地减低甚至解除他们对眼镜或隐形眼镜的依赖。手术科技日新月异，如今可以精准又安全地让患者恢复正常视力。若由经验丰富的屈光手术医生操刀，这一类的手术可以说是非常安全的，患上严重并发症的几率会比长期使用隐形眼镜来得低。

总而言之，您可以考虑配戴隐形眼镜，不过使用前应留意上述提到的各项问题与建议。**高峰**

### 洪柏强 医生

高级眼科顾问

Lang Eye Centre

