

# 隱形眼鏡大小事

108.7.8

## 隱形眼鏡說明

不論彩色隱形眼鏡或一般隱形眼鏡，其主要用途為視力矯正，且皆屬於醫療器材管理；因隱形眼鏡會直接配戴於眼角膜上，如果使用不當，可能會導致眼睛出現問題，因此需正確使用，以避免眼睛傷害。

## 隱形眼鏡配戴前注意事項

配戴隱形眼鏡須經眼科醫師驗光配鏡取得處方箋，或經驗光人員驗光配鏡取得配鏡單，並定期接受眼科醫師追蹤檢查。

有過敏體質（過敏性鼻炎、皮膚炎、氣喘等）、眼睛曾受傷、乾眼症嚴重或常有眼部症狀，如易長針眼、易有分泌物、眼瞼或眼皮易紅腫的民眾，配戴隱形眼鏡前，最好先經眼科醫師評估。

## 隱形眼鏡正確選用

在選購隱形眼鏡前要認明包裝上的「醫療器材許可證字號」，才是經衛生福利部查驗登記核准之產品。

## 配戴隱形眼鏡時正確使用注意事項

### 1. 基本的衛生管理

取用及卸除隱形眼鏡前，需徹底洗淨雙手。

### 2. 配戴前應先檢查鏡片是否有破損、刮痕、污垢等異常

### 3. 不要使用發現異常的鏡片

### 4. 隱形眼鏡更換頻率及配戴時間，應遵照產品使用說明書所示時間，不要逾時配戴

### 5. 隱形眼鏡清洗與保養

日拋型隱形眼鏡，無須清潔與保養，應於每日配戴後將隱形眼鏡取下丟

棄。非日拋型隱形眼鏡，依不同種類隱形眼鏡，使用不同隱形眼鏡藥水，確實做到清洗、消毒與保存。

## 配戴隱形眼鏡時的安全須知

### 1. 不可戴著隱形眼鏡睡覺

戴著隱形眼鏡睡覺會造成眼球缺氧，降低其新陳代謝或增加感染風險，所以睡前一定要記得把隱形眼鏡摘下。

### 2. 不可與他人共用隱形眼鏡

因每個人的角膜弧度不盡相同，不合適的隱形眼鏡可能造成角膜傷害，而共用隱形眼鏡則可能感染疾病。

### 3. 不要將髒污遺留在隱形眼鏡上

畫眼部粧容時，其細粉或殘粧若不小心沾到隱形眼鏡，應立刻摘下隱形眼鏡重新清潔再配戴。

### 4. 勿於游泳或潛水的時候配戴隱形眼鏡

游泳或潛水的時候，眼睛有進水疑慮，且水中微生物可能會造成眼睛感染。

### 5. 不可用自來水沖洗隱形眼鏡

自來水當中存在許多微生物，有可能會造成眼部感染，建議使用專用的清潔液，減少感染風險。

### 6. 該更換的時候應更換

隱形眼鏡有一定的更換頻率，請依照產品使用說明書所示時間，更換隱形眼鏡。

### 7. 根據眼睛分泌物、鏡片狀況，使用去蛋白酵素液

### 8. 配戴後須定期由眼科醫師追蹤檢查

### 9. 遇有眼睛不適症狀應立刻就醫診治

## 隱形眼鏡使用後

隱形眼鏡因無法自然分解，產品使用後，請投入垃圾桶，切勿丟棄於馬桶或水槽，以免致環境問題。

## 戴隱形眼鏡的風險

在正確使用隱形眼鏡時，仍然有造成眼睛傷害的風險，隱形眼鏡鏡片使眼睛氧氣供給量降低，可能造成角膜上皮受傷、角膜潰瘍、角膜炎或角膜新生血管等症狀。當眼睛感到疼痛、異物感或任何不適，應立刻停止戴隱形眼鏡，並儘速諮詢專業眼科醫師。

## 隱形眼鏡 Q&A

### Q1 我想知道隱形眼鏡的用途

隱形眼鏡主要用途為矯正視力的醫療器材，是小而薄的人工塑膠鏡片，直接放置在角膜上並矯正屈光不正，如：近視、遠視和散光。

### Q2 隱形眼鏡和眼鏡有那些優點和缺點？

隱形眼鏡與眼鏡最大的不同點在於其直接與角膜表面接觸，所以戴上隱形眼鏡的視野和裸眼是一樣寬廣，而戴眼鏡因眼睛的角膜與鏡片距離比較遠，所以視野邊緣會扭曲，若左右眼視差過大的不等視，配戴眼鏡容易感到眼睛疲勞，改戴隱形眼鏡則能改善。然而隱形眼鏡是直接貼合眼球表面，因此容易損傷角膜或是感染細菌等，所以合適的鏡片護理是必要的，才能保障角膜組織的安全性，另外也需定期至眼科檢查確保眼睛的健康。

### Q3 有哪些隱形眼鏡可以矯正視力？有什麼區別？

用於矯正視力的隱形眼鏡可分為硬式與軟式兩種隱形眼鏡。

硬式隱形眼鏡的鏡片，覆蓋面積較小，每次眨眼的時候，可以把新鮮氧氣帶入角膜，材質本身幾乎不含水，配戴後不會吸收眼睛本來的淚水，不易造成乾眼症，其光滑的鏡面材質較不容易吸附髒污，但硬式隱形眼鏡材質的關係，鏡片表面不會隨著眼睛改變形狀，所以配戴起來較有異物感，需要一段時間的適應期。

軟式隱形眼鏡是含有水分的材料製成，容易服貼在眼球表面，配戴舒適度較高，鏡片直徑比角膜大，配戴時會覆蓋到眼珠以及外部的輪狀部，長期配戴眼睛容易缺氧，導致產生新生血管。拋棄型隱形眼鏡，依不同拋棄週期可區分為：日拋型、週拋型、月拋及季拋型...等，除了日拋型之外皆需要進行每日日常的清潔消毒，以免眼睛感染。

### Q4 要如何能避免戴隱形眼鏡所引起的眼睛疾病及注意事項呢？

即使已經選用合格且合適自己眼睛的隱形眼鏡，若忽略日常護理或錯誤使用，會使隱形眼鏡發生細菌滋生的情況，因而導致眼睛發生異常。因此睡覺前一定要取下鏡片，每日自我檢查眼睛是否健康，觀察眼睛是否有紅腫、怕光或有異物感等異常癥狀，戴上隱形眼鏡後是否與平時一樣清晰，若有發生異常，應立即至眼科進行檢查。

Q5 為什麼配戴隱形眼鏡，還需要定期檢查眼睛呢？

就如身體檢查一樣，為預防眼睛發生問題，隱形眼鏡配戴者最少每半年定期進行視力及眼睛狀況的檢查。

Q6. 配戴隱形眼鏡前需要注意什麼？

於配戴隱形眼鏡前，必須徹底洗淨雙手並擦乾雙手，方可接觸隱形眼鏡。若有化粧的習慣，應在化粧前先戴上及在卸粧前先摘下隱形眼鏡。

Q7.於卸粧或進行臉部護理前，需先卸除隱形眼鏡嗎？

於卸粧或進行臉部護理前，配戴者應先摘下隱形眼鏡，然後才進行卸粧及塗抹護膚品。因為護膚、卸粧等產品有可能會掉到鏡片表面，長時間之下會刺激雙眼，引起眼睛不適。

Q8. 為什麼保養隱形眼鏡時需要搓洗鏡片？除了要搓洗以外還需要注意那些呢？

由於空氣髒污、眼睛分泌物都容易堆積在鏡片上，僅浸泡清潔液，是無法將沾染在鏡片上的髒污去除，除非是配戴日拋型隱形眼鏡，不僅一律要搓洗，更要定期去蛋白質，才能預防細菌感染。

Q9. 我想購買彩色隱形眼鏡作為美粧打扮用，是否應該諮詢眼科醫師？

由於彩色隱形眼鏡是直接與角膜接觸，為確保眼睛配戴隱形眼鏡時的健康及安全，在購買前應經由眼科醫師檢查眼睛狀況是否適合配戴隱形眼鏡，經由眼科醫師或驗光人員驗光配鏡，並諮詢正確的配戴方法及護理程序。如果在使用過程中感覺不舒服，應立即停止使用，並諮詢眼科醫師。

#### Q10 配戴彩色隱形眼鏡是安全的嗎？

正確的選購，彩色隱形眼鏡非一般化粧品，歸屬於醫療器材管理，選購時應檢視產品包裝具「醫療器材許可證字號」，才是經衛生福利部查驗登記核准之產品。

正確的使用，配戴彩色隱形眼鏡，務必遵照產品使用說明書指示之配戴方法、卸取方法、配戴時間、更換頻率、清潔保養方式及注意事項。

正確的選購及正確的使用，才能保障眼睛的健康安全。

#### Q11 配戴彩色隱形眼鏡會影響視野嗎？

雖然配戴彩色隱形眼鏡會改變眼睛外觀顏色(虹膜)，但因為鏡片上的光學區並無色素分布，所以並不會影響看到的視野及顏色。