



香港眼科視光師學會
The Hong Kong Society of Professional Optometrists



2010年10月7日

33歲糖尿上眼 46歲雙眼僅能辨光影 拆解「第二號致盲殺手」糖尿上眼五大誤解及眼科視光師的角色

10月14日為世界視覺日。香港糖尿病患者數目持續上升，每十人便有一人患糖尿病，亦有年輕化趨勢。糖尿病更會引發糖尿上眼，嚴重可以致盲，但糖尿病患者對糖尿上眼存誤解，未意識到定期驗眼的重要性。

針對糖尿上眼日趨嚴重問題，香港大學李嘉誠醫學院眼科研究所、香港眼科視光師學會、香港執業眼科視光師協會及香港理工大學眼科視光學院特別舉行新聞發布會，拆解「第二號致盲殺手」糖尿上眼元兇以及五大誤解，希望減低患者出現視網膜病變，甚至致盲的風險。

隨著港人飲食習慣日趨西化，加上肥胖及缺乏運動，本港的糖尿病患者人數不斷攀升，以10%人口患糖尿病推算，現時本港的糖尿病患者達70萬人。國際糖尿聯盟（International Diabetes Federation）估計，2025年香港的糖尿病患者人數將達86萬（葡萄糖耐受性不良（IGT）人數更達93萬），此數字正為本港社會和醫護界響起警號。香港大學李嘉誠醫學院眼科研究所所長及講座教授黃世雄教授指出，本港糖尿病患者人數除不斷上升外，更有年輕化趨勢：「約20%新症為40歲或以下，相信是港人工作繁忙，不良飲食習慣和缺乏運動所導致。」

患糖尿病10年或以上 7成4難逃糖尿上眼

糖尿病令血管和神經系統容易受損，尤其是位於眼睛、腎臟及神經等部位較微細的血管，會引致多種併發症。糖尿病會導致視網膜微血管受損，俗稱糖尿上眼，其實是負責感光的視網膜因糖尿病引致眼底病變，影響視網膜吸收營養。微血管更有可能滲出血蛋白或滲血，又或令血管增生，影響視力，引致視力不穩定、白內障、青光眼、眼底病變、黃斑水腫、視網膜脫落、視網膜靜脈栓塞、玻璃體出血及纖維化等、最後更有機會失明。

黃教授解釋，任何糖尿病患者，不論有否控制飲食、服藥或注射胰島素控制病情，均有機會出現糖尿上眼，而且血糖及血壓控制愈差，出現糖尿上眼機會愈高。有香港研究顯示，22%患者確診糖尿病時已出現糖尿上眼。國際糖尿聯盟估計，74%患糖尿病十年或以上的患者也會有一定程度的視網膜病變。如果沒有接受治療，25%出現黃斑水腫的糖尿病患者會在三年內出現中等程度視力下降（moderate vision loss）。

糖尿病一旦確診 應即做眼科檢查

不幸的是，糖尿上眼在早至中期大多沒有徵狀，患者難以察覺。事實上，糖尿上眼為本港第二號「致盲殺手」，每年導致約200人失明。黃教授強調，若糖尿上眼已開始影響視力，很大機會不能逆轉，故預防才是最佳辦法。黃教授呼籲糖尿病患者，一旦證實患上糖尿病，便應盡早作糖尿



香港眼科視光師學會
The Hong Kong Society of Professional Optometrists



病視網膜病變檢查，及早發現及治療病變。若糖尿病患者證實已出現糖尿上眼，要最少每年檢驗一次，並應同時按家庭醫生指示積極控制血壓及血糖，減低出現嚴重糖尿上眼併發症的機會。糖尿病患者若未出現糖尿上眼，亦應按眼科醫生或眼科視光師建議，定期檢查。

糖尿上眼五大誤解

糖尿病視網膜病變檢查並不複雜，卻能有效及早辨識糖尿上眼的風險。但香港眼科視光師學會會長陳天欣小姐表示，過往因為不少糖尿病患者對糖尿上眼存有誤解，以致沒有定期接受有關檢查，誤解包括：

誤解一：我才剛剛發現患有糖尿病，暫不會出現糖尿上眼，可以不用立即做檢查

正解：不少II型糖尿病患者確診時，已患病一段時間。而且香港研究顯示，**22%**患者確診糖尿病時已出現糖尿上眼，所以一發現有糖尿病，便應盡早做眼睛檢查。

誤解二：我雙眼視野清晰，不會已患糖尿眼

正解：大部分糖尿上眼，在早至中期並無徵狀，多數病人並不察覺，當視力出現問題時已太遲，對視力做成的破壞不能逆轉。

誤解三：糖尿病患者毋需定期驗眼，只要保持穩定血糖水平便可，視覺模糊時才需要驗眼

正解：糖尿上眼早期不會令眼睛出現明顯的模糊或疼痛徵狀，當病變發展至後期，視力才會明顯受損，屆時視力可能已無法完全復原，更有機會變盲。

誤解四：若發現視覺模糊時驗度數及配眼鏡，已同時檢驗糖尿上眼

正解：糖尿病患者需要滴眼藥水放大瞳孔及拍眼底照，才能清晰觀察視網膜整體變化，及早發現病變，單單驗度數並不足夠。

誤解五：只服食糖尿藥便可以一併治療糖尿上眼

正解：糖尿藥只能控制血糖水平，當出現嚴重視網膜病變，血管受到破壞，便需要用激光或手術等方法治療。

糖尿病視網膜病變檢查

香港執業眼科視光師協會會長鄭偉雄先生表示，註冊眼科視光師會為患者做糖尿病視網膜病變檢查，整個檢查需時約30至45分鐘，眼科視光師會先進行視力及視覺功能檢查，然後檢查眼睛是否出現病變，包括滴眼藥水放大瞳孔及量度眼壓，最後再拍眼底相。眼科視光師會為糖尿病患者檢查有沒有出現白內障、不正常血管、視網膜有沒有出血、腫脹、脂肪沉澱或剝落，眼內玻璃體有沒有出血等。

鄭偉雄會長建議，糖尿病患者到眼科視光師接受眼科檢查時，應向眼科師光師講述糖尿病病歷、曾接受的治療、現時的血糖及血壓，以及眼睛近期出現的狀況。鄭會長續說：「患者在見眼科視光師之前，應該寫下打算向眼科視光師查詢的問題。另外，眼科視光師在檢查過程中需要為患者滴眼藥水放大瞳孔，患者屆時會短暫出現畏光及老花的症狀，如有需要可由一名家人或朋友陪同。」



香港眼科視光師學會
The Hong Kong Society of Professional Optometrists



與此同時，眼科視光師與家庭醫生緊密合作，為糖尿病患者提供糖尿病視網膜病變檢查以預防糖尿上眼。

33歲糖尿上眼 46歲雙眼僅能辨光影

曾任職公務員的陳世明先生於33歲時察覺雙眼出現飛蚊症狀，求診時才驚覺患上糖尿上眼。短短數年間，陳先生的視力急速退化，更出現眼壓太高及眼底出血。雖然醫生已為陳先生進行激光手術，但病情仍不斷惡化，更因糖尿上眼引致青光眼。如今陳先生已差不多失去所有視力，只能感受到一點光和影，亦失去工作能力，需終日留在家中及依賴家人照顧。陳先生表示：「醫生估計我大概於23歲時患上糖尿病，雖然我每日都會飲一公升汽水，並且不節制地進食肥膩食物，但卻從未想過自己會患糖尿病。記得第一次檢驗糖尿病指數時，已高達二十多度。」陳先生建議所有糖尿病患者一旦證實患上糖尿病，便應盡早作糖尿病視網膜病變檢查，否則引致糖尿上眼便後悔莫及。

香港眼科視光師經專業培訓 實戰經驗豐富

病人定期接受糖尿病視網膜病變檢查，讓眼科視光師及早準確發現問題，有助防止問題惡化。故此，作為市民視力健康把關者，眼科視光師的專業知識及準確的判斷，對糖尿病病人尤為重要。

香港理工大學眼科視光學院副學院主任林國璋博士指出，本港的註冊視光師分為四類，當中僅第一部分註冊的眼科視光師可以使用視光師管理委員會批准的藥物，以及為病人點滴眼藥水放大瞳孔或施以局部麻醉藥物，作進一步的檢驗。

香港理工大學眼科視光學院是本港唯一提供眼科視光學培訓的大學，該學院為學生提供四年專業的視光學培訓，當中更包括針對糖尿上眼檢查的訓練。目前本港744個第一部分註冊眼科視光師之中，當中700多人便是由香港理工大學所培訓。

一個好的眼科視光師，不但要熟習書本上的理論，還要有豐富的實戰經驗。林國璋博士指出，該課程在大學二年級時已提供放大瞳孔藥物訓練，及至大學三年班及四年班，更會安排學生到黃大仙聖母醫院及荔景社區結合保健中心，臨床實習為糖尿病病人進行檢查，內容包括為病人放大瞳孔檢查。

而該學院更有為期兩年的駐診眼科視光師計劃，安排部份學生畢業後在校內駐診，爭取更多臨床經驗。「我們的學生在四年的大學課程中，已經有一年半的時間實習，通過於診所的實習，我們的學生獲得很多為不同層面求診者檢查眼睛的機會，到畢業時，他們平均已為超過1000名病人檢查。相信他們一踏出校門，已經是合資格而且臨床經驗相當豐富的眼科視光師。」林博士說。

-完-