

**香港執業眼科視光師協會「最緊要護眼」講座**  
**解讀各年齡人士的護眼需要**  
**研究顯示兒童眼睛問題降低學習興趣、影響身心發展**  
**應於 3 歲起、6 歲前及早驗眼**

**[香港，2008 年 8 月 23 日]** 香港執業眼科視光師協會一向致力推廣護眼教育，於今天 (8 月 23 日) 更特別舉辦「最緊要護眼」講座，向市民宣傳正確的護眼知識，參與人數近 300 人，反應熱烈。講座分三個講題，分別講解驗眼需知、兒童及都市人的眼睛問題及護眼要法。當中，講座重點解述兒童學習困難與眼睛問題的關係，包括造成兒童抗拒閱讀、影響課堂及社交表現等，同時亦教育家長及兒童好好保護眼睛，迎接開學日。

**誤將學習不集中視作懶惰**

由香港執業眼科視光師協會主辦、新城電台協辦的「最緊要護眼」講座共分享三個題目，包括：「驗眼不只求度數」、「兒童學習靠雙眼」及「都市常見眼睛問題」。

香港執業眼科視光師協會會長林仲榮副教授在活動中表示：「兒童眼睛問題與學習息息相關，然而兒童有自己的觀感世界，對於自小已成習慣的視覺問題，未必會自知是問題，透過『綜合眼科視光檢查』可詳細了解眼睛的健康狀況。其實，我們發現老師或家長許多時候都會誤以為兒童學習不集中是出於懶惰，但經驗眼後才發現是眼睛問題，例如近視、遠視，甚至是雙眼調節力或聚合力不足，令對焦困難，以至影響學習進度。」

**外國多項研究指眼睛問題影響學習及社交**

兒童依靠眼睛接觸外界，以進行模仿及學習，多達 8 成學習過程需要透過眼睛接收；外國多項研究及有關調查均發現，不論學前幼童或在校學童，若出現眼睛問題均會影響學習表現，甚至社交。

美國 Russell Research 一份關於眼睛與學習的問卷調查，共訪問 500 位幼稚園至小學教師，當中發現 93%受訪教師認為不良視力影響學生學業成績，74%受訪教師親身觀察到兒童患有眼睛問題令學業成績退步。另外，調查亦發現教師認為眼睛問題對兒童身心均造成負面影響，如 82%受訪教師指視覺問題減低兒童學習意欲、70%認為視覺問題影響兒童自信，同時亦有 64%認為視力問題影響兒童參與運動及遊戲活動。

另外，美國加州大學聖地牙哥分校醫學院今年 2 月發表研究報告，指出一份為 70 名 3 至 5 歲兒童的調查中，發現學前兒童若有視覺問題，而未配戴合適的眼鏡，會影響其認知能力，如影響識字進度，減低其大腦、眼睛及手部的協調，更會影響言語能力。

### **兒童常見屈光不正或視覺功能問題**

兒童常見的眼睛問題如屈光不正、視覺功能問題及眼睛健康問題均可影響學習。常見的屈光不正問題有近視、遠視、散光，會令到兒童出現視力模糊，影響專注力；若未能發現問題源頭，老師與家長往往以為學童懶惰或學習散漫。

較難觀察的是視覺功能問題，包括斜視、弱視、看近效能等。患上斜視的兒童或會習慣側頭，甚或明顯喜愛使用某隻眼看東西或閱讀，斜視問題不但令兒童漸漸失去立體感，嚴重的更會令視力減退，形成弱視；同時由於斜視影響儀容，亦會影響兒童自信心及社交能力。而看近效能是指近看時雙眼需要的調節力和聚合力，若調節力、聚合力不足或兩者不配合時，兒童便會感到對焦困難，出現抗拒閱讀、專注力差的情況，甚至感到眼痛及頭痛。

### **視覺系統發育期前及早驗眼**

兒童初生時的視覺功能需要後天的培養才成熟，兒童於約 8 歲前正處於視覺系統發育期，眼球、腦部視覺區和連接兩者的神經系統均正處於發育當中，並逐步發展及建立視力、平面融合能力、立體感、遠近調節能力及眼睛轉動能力。此段時期的視覺系統對任何外來刺激都有反應，若及早發現眼睛問題作適當矯正，康復機會會較大。



香港執業眼科視光師協會 (APPO) 建議兒童於 6 歲前、3 歲開始每年定期接受「綜合眼科視光檢查」，讓眼科視光師會為兒童作病歷查詢，再進行視力及屈光檢查、視覺功能檢查 (包括雙眼協調、視野、立體視覺、色覺等)，以及眼睛內外健康檢查 (包括眼壓、眼睛內外如角膜、結膜、晶狀體、視網膜、視覺神經等)，為兒童及早找出影響視力和眼睛健康的源頭，預防眼睛問題對兒童學習或社交造成影響。

### **有關香港執業眼科視光師協會**

為提高香港市民對護眼的關注和認識，以及提供優質的護眼服務，「香港執業眼科視光師協會」於 1999 年正式成立，創立至今共近 70 名會員，當中超過 9 成半以上會員屬第一部份的註冊眼科視光師。該會一直秉承「護眼護視·至真至誠」的宗旨，積極推廣護眼意識，以及監察及提升業界的專業水平。欲索取更多關於眼睛問題的資料，可瀏覽「香港執業眼科視光師協會」網頁：[www.hkappo.org.hk](http://www.hkappo.org.hk)；或致電熱線：2333-3386。

~完~

此新聞稿由宏思公關代香港執業眼科視光師協會發佈。如新聞界有任何查詢，可致電宏思公關郭雪儀 (電話：2901 6897) 或盧靜敏 (電話：2901 6902)。