

「家長對兒童近視的關注及處理調查」新聞發布會
05 19, 2011

Publication: The Sun

Section/Page: A 18

子女近視家長七大誤解

家長對近視七大謬誤

- 近視只與遺傳有關，有近視屬正常
- 中學時近視才加深得快
- 子女眯起眼睛看東西，或他們投訴看不清楚東西時，才需要帶孩子驗眼
- 只要眼睛看到事物已代表視力正常
- 配眼鏡時，應配一副度數較淺或遲些才佩戴眼鏡，可減慢近視加深的速度
- 深近視不會增加患有嚴重眼疾，如青光眼、白內障等的風險
- 即使有深近視，只要長大後進行激光矯視便沒有問題

資料來源：香港執業眼科視光師協會

香港執業眼科視光師協會的調查發現，普遍家長存有「近視七大謬誤」，包括認為子女眯起眼睛看東西時才需要驗眼、配眼鏡時應配比實際度數較淺的眼鏡，以減慢近視加深速度、即使有深近視將來進行激光矯視便沒有問題。協會指出此均屬錯誤觀念，家長愈遲正視問題，會影響子女的眼睛健康。

香港執業眼科視光師協會指出，不少家長對近視均存有謬誤，家長應定期帶子女進行眼科檢查，保持子女的眼睛健康。



協會會長鄭偉雄指出，曾有一名六歲小童，左、右眼分別有五百五十度近視及五十度遠視，他一直倚賴右眼視物，家長以為他視力正常。半年後其近視已加深至八百度，因家長太遲才帶兒子驗眼，令他出現弱視及斜視情況。經治療後弱視得以改善，但雙眼的近視已分別加深至九百度及二百度。

三歲起應定期檢查

鄭建議，家長於兒童三歲起便應定期進行全面的綜合眼科視光檢查，減少近距離視物，並應每二十分鐘用眼後，休息二十秒及遠望二十呎距離以外的物件，保持此習慣便可避免近視加深。

該會內務副會長曾振邦表示，除遺傳外，經常長時間近距離閱讀、上網、打機等，均會引致近視。兒童在七至十二歲期間，其近視平均每年可加深八十一度，當兒童需眯起眼睛視物時，近視或已達二、三百度。他又指，當兒童出現「鴛鴦眼」，表面上視物沒有問題，但當他們長時間倚賴淺度數的眼睛視物，會影響眼睛發育，削弱視覺立體感。

激光矯視亦難復原

曾續稱，適當度數的眼鏡可助眼球焦點正確落在視網膜上，若眼鏡度數不足或延遲佩戴，反令度數加深得更快。他指，近視者眼球會被拉長，近視愈深，眼內組織愈薄愈會增加視網膜脫落的風險，加深患青光眼、白內障危機。現時流行激光矯視並無法令眼球回復原狀，亦無助減低患眼疾的風險。

楊太九歲女兒楊衍唯現有一百多度近視，及二百度散光。楊太直言，曾要求女兒長時間閱讀後需定時休息，不過誤以為激光矯視可矯正所有問題，於是「由得佢」，結果近視及散光都加深。



兒童如長時間閱讀及玩遊戲，會增加近視機會。

「家長對兒童近視的關注及處理調查」新聞發布會 05 19, 2011

Publication: Apple Daily

Section/Page: A 14

家長忽視幫兒童驗眼

【本報訊】家長對子女視力問題存在誤解，有調查發現九成受訪家長認為，孩子眯起眼睛視物或投訴視力不清時才需驗眼，但視光師指出，如兒童要眯起眼睛才看清楚東西，已有一定近視度數，不少家長首次帶孩子驗眼時，兒童的近視已達 300 度；近年兒童多用電腦也容易加深近視，宜定期驗眼。

香港執業眼科視光師協會去年底委託香港大學民意研究計劃，訪問超過 1,500 名子女就讀小學的家

長，發現逾半數受訪者的子女都有視力問題，最多是近視，其次是散光。

眯眼才驗眼已太遲

調查發現家長有七大誤解，包括九成受訪家長在子女投訴視力不清或看東西時眯眼睛後，才帶子女驗眼；42% 家長認為毋須為子女定期驗眼；18% 家長誤以為孩子應佩戴較淺度數或較遲才戴眼鏡，有助減慢近視加深。甚至有 33%

家長認為即使深近視，也可在長大後才接受激光矯視。

該會副會長詹振邦指出，如待子女看東西不清楚才驗眼已經較遲，不少首次驗眼的兒童已有 300 度近視；近年電腦普及，兒童多玩電腦遊戲，也容易加深近視。其實近視一般在 5 至 15 歲時出現，7 至 19 歲時加深速度最快，但由於部份兒童患有弱視，如及早檢查有助矯正弱視，建議兒童三歲起接受全面視力檢查。

Publication: Ming Pao Daily News

Section/Page: A 26

遲發現「鴛鴦眼」 6歲童斜視無法醫

【明報專訊】「睇到呀」等同無近視？左眼近視高達 550 度的 6 歲小童，因右眼視力良好，家長一直未發現其近視問題，更因此令左眼出現斜視，無法根治。香港執業眼科視光師協會一項調查發現，九成家長認為要小朋友投訴看不清楚才帶他們驗眼，但視光師提醒，很多小朋友有視力問題亦不懂表達，看不清才求醫，問題或已變得嚴重。

九成家長待小童投訴方求醫

一名 6 歲小童接受母嬰健康院的視力普查，發現有「鴛鴦眼」，獲轉介至專業視光診所求醫，家長才發現他左眼近視達 550 度、右眼遠視 50 度。香港執業眼科視光師協會會長鄭偉雄說，兩眼視力差異大其實會有重影問題，但因小童不懂表達，無及時求醫，身體自動調節依賴右眼，變相令左眼出現斜視。雖然求醫後弱視情況得以矯正，但斜視已無法根治，令家長後悔莫及。協會去年做問卷調查，訪問超過

1541 名家長，發現不少家長對近視有誤解。其中，九成家長認為要小孩投訴看不清楚，才需要驗眼；八成家長不知道或認為深近視不會增加患嚴重眼疾的風險；33% 認為孩子即使有深近視，只要長大後做激光矯視就無問題；18% 認為戴較淺度數的眼鏡或較遲戴眼鏡，可以減慢近視加深的速度。

宜 3 歲開始視光檢查

協會提醒，深近視的人患上視網膜脫落、白內障及青光眼等嚴重眼疾的危機較常人高出 2 至 4 倍，內務副會長詹振邦解釋，近視度數愈深，眼球就會愈長，眼內的組織如視網膜會被扯薄，增加患嚴重眼疾的風險，「很多家長以為小朋友即使有深近視，長大後做激光矯視即可，但其實手術只可解決屈光問題，無法令已拉長的眼球回復原狀」。協會建議，家長應在子女 3 歲開始，定期做綜合視光檢查，及早發現及處理眼睛問題。



9 歲的楊衍唯在短短兩個月內，近視加深 100 度，現時有接近 400 度近視及近 300 度散光。楊太相信種種的近視和她愛好閱讀有關：「她書不離手，經常躲在房間及廁所偷偷看書，一天看逾 5 小時。」
(余卓華攝)

「家長對兒童近視的關注及處理調查」新聞發布會 05 19, 2011

Publication: Oriental Daily News

Section/Page:A10

小童近視 家長七大謬誤



小學生加入四眼一族已愈來愈常見，但家長對近視仍是一知半解。香港執業眼科視光師協會的調查發現，普遍家長存有「近視七大謬誤」，包括認為子女眯起眼睛看東西時才需要驗眼、配眼鏡時應配比實際度數較淺的眼鏡，以減慢近視加深速度、即使有深近視將來進行激光矯視便沒有問題。協會指出此均屬錯誤觀念，家長愈遲正視問題，會影響子女的眼睛健康。

兒童如長時間近距離閱讀及玩遊戲機，會增加近視機會。
(資料圖片)

協會會長鄭偉雄指出，曾有一名六歲小童，左、右眼分別有五百五十度近視及五十度遠視，他一直倚賴右眼視物，家長以為他視力正常。半年後其近視已加深至八百度，因家長太遲才帶兒子驗眼，令他出現弱視及斜視情況。經治療後弱視得以改善，但雙眼的近視已分別加深至九百度及二百度。

鄭建議，家長於兒童三歲起便應定期進行全面的綜合眼科視光檢查，減少近距離視物，並應每廿分鐘用眼後，休息廿秒及遠望廿呎距離以外的物件，保持此習慣便可避免近視加深。

該會內務副會長詹振邦表示，除遺傳外，經常長時間近距離閱讀、上網、打機等，均會引致近視。兒童在七至十二歲期間，其近視平均每年可加深八十一度，當兒童需眯起眼睛視物時，近視或已達二、三百度。他又指，當兒童出現

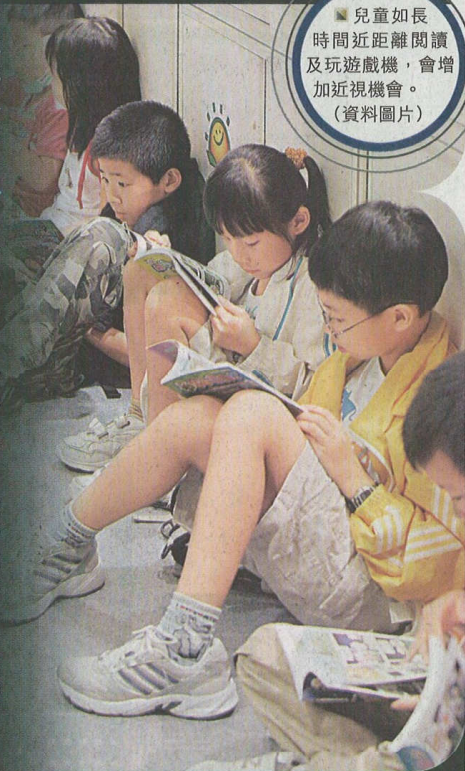
「鴛鴦眼」，表面上視物沒有問題，但當他們長時間倚賴淺度數的眼睛視物，會影響眼睛發育，削弱視覺立體感。

激光矯視無助減患眼疾

詹續稱，適當度數的眼鏡，可助眼球焦點正確落在視網膜上，若眼鏡度數不足或延遲佩戴，反會令度數加深得更快。

他指，近視者眼球會被拉長，近視愈深，眼內組織愈薄，愈會增加視網膜脫落的風險，加深患上青光眼、白內障的危機。現時流行激光矯視並無法令眼球回復原狀，亦無助減患眼疾的風險。

楊太的九歲女兒楊衍瞳現有三百多度近視，及二百度散光。楊太直言，曾要求女兒長時間閱讀後需定時休息，不過誤以為激光矯視可矯正所有問題，於是「由得佢」，結果近視及散光都加深。



家長對近視的七大謬誤

- 近視只與遺傳有關、有近視屬正常
- 中學時近視才加深得快
- 子女眯起眼睛看東西時，或他們投訴看不清楚東西時，才需要帶孩子驗眼
- 只要眼睛看到事物已代表視力正常
- 配眼鏡時，應配一副度數較淺或遲些才佩戴眼鏡，可減慢近視加深的速度
- 深近視不會增加患有嚴重眼疾，如青光眼、白內障等的風險
- 即使有深近視，只要長大後進行激光矯視便沒有問題

資料來源：香港執業眼科視光師協會



香港執業眼科視光師協會指出，不少家長對近視均存有謬誤，家長應定期帶子女進行眼科檢查，保持子女的眼睛健康。
(陳錦輝攝)



香港執業眼科視光師協會

「家長對兒童近視的關注及處理調查」新聞發布會 05 19, 2011

Publication: Sing Pao Daily News

Section/Page: A 13

家長誤解 耽誤子女 兒童視力問題勿忽視

早前一個內地超級肥仔來港尋醫，惹來唔少網民討論。其實港童咪又係同樣面對超重問題？唔單止肥胖，香港啲小朋友係「四眼仔、四眼妹」嘅比例更係冠絕全球。最弊就係唔少家長雖擔心子女近視問題，但就因為對近視認知不足及存有誤解，以致錯失子女矯正近視嘅黃金機會，甚至為子女錯配或遲配眼鏡，隨時反而令子女近視更深。

度數過淺隨時加深3成近視

早前一個調查顯示，9成家長待子女睇眼或投訴先驗眼，近半家長更以為配眼鏡時驗度數已能全面檢查子女嘅眼睛。香港執業眼科視光師協會將公布外國研究，指出配淺眼鏡度數，隨時令小童近視度數加深3成。學童喺成長階段近視度數可迅速增加，若未能及時矯正，可喺2 - 3年內加深200 - 300度近視，唔少眼科視光師都表示曾跟進多個相關個案。若患有深近視，仲會增加日後患嚴重眼疾，如青光眼、白內障嘅風險。所以話，小朋友嘅視力問題，唔單止唔可以忽視，仲要正確咁正視。

Publication: Headline Daily

Section/Page: P 26

九成家長甚糊塗 子女睇視方驗眼

本港兒童近視問題嚴重，但家長仍對子女視力問題存在誤解。一項調查發現，九成家長認為小童睇起眼睛或投訴看不清楚時，才需要驗眼。有視光師表示，家長應在子女三歲開始進行綜合眼科視光檢查，及早發現問題。

本報記者

為了解家長對學童近視問題的關注程度及其處理方法，香港執業眼科視光師協會去年訪問了一千五百多名子女就讀小一至小六的家長。調查發現，半數受訪者的子女眼睛有屈光問題，其中近視佔最多，其次為散光。九成受訪家長認為小童睇起眼睛或投訴看不清楚，才需要驗眼。此外，四成二的受訪者認為毋須定期帶子女驗眼；八成人認為深近視不會增加患嚴重眼疾的風險。

香港執業眼科視光師協會內務副會長詹振邦表示，調查反映家長對近視的

認知不足。因當子女睇眼看東西或投訴看不清楚時，已有一定的近視度數，或眼鏡度數不合適，問題可能已經存在一段時間。不少父母首次帶子女進行綜合眼科視光檢查時，赫然發現近視已達三百多度。他又指，近視一般在七歲至十九歲度數加深最快，建議家長應每年帶子女接受檢查，及早察覺問題，矯正近視，避免病情惡化。

視光師籲每年驗眼

香港執業眼科視光師協會會長鄭偉

家長7大誤解誤子女近視加深
定期檢查及早矯正減患嚴重眼疾風險
專家對兒童近視的關注及處理調查，新聞發布會



■執業眼科視光師協會建議家長，應每年帶子女驗眼。

雄副教授指，家長亦忽視子女鴛鴦眼的問題，曾遇到一名左右眼分別有五百五十度近視及五十度遠視的鴛鴦眼小童，一直依賴度數淺的眼睛閱讀，其家長以為孩子日常閱讀正常，太遲才帶他驗眼，結果因而引致弱視及斜視。

「家長對兒童近視的關注及處理調查」新聞發布會
05 19, 2011

Publication: am730

Section/Page: P28

九成家長誤為小朋友看不清才需驗眼

視光師：深近視易患眼疾

香港有不少學童需要配戴眼鏡，以改善視力問題，雖然普遍家長關心子女視力轉差的情況，在處理上卻存有誤解，九成受訪家長誤以為小朋友要睇起眼睛看東西，或投訴看東西不清楚，才需要驗眼，錯失為子女矯正近視的黃金機會，有視光師表示，深近視會增加患嚴重眼疾的風險3倍，包括有可能出現視網膜破裂及脫落，即使年輕亦有患病的風險。

香港執業眼科視光師協會於去年10至11月間，訪問1,541名育有就讀小一至小六子女的家長，發現半數受訪家長的子女有屈光問題，當中近視最多(37%)，其次是散光(25%)。74%家長認為港人近視屬正常或普遍；八成家長不知道或認為深近視，即600度或以上近視，亦不會增加患嚴重眼疾的風險，很多家長更認為只要戴眼鏡或隱形眼鏡，即使有深近視也並無太大問題。

九成人以為小朋友要睇起眼睛看東西，或投訴看東西不清楚，才需要驗眼，四成認為配眼鏡時驗度數，已能全面檢查孩子的眼睛。該協會內務副會長詹振邦(圖)表示，這都反映家長對近視存有誤解。他稱，有一項對7至12歲學童的研究發現，近視度數平均每年加深81度，不少學生2至3年間，近視加深200至300度；而近視度數愈深，眼球會愈長，眼內組織被拉扯得愈薄，增加出現退化及併發症的機會，如視網膜破裂、退化及脫落，甚至增加患青光眼、白內障的風險。

詹振邦指出，當發現子女看東西不清楚時才驗眼，已經較遲，甚或雙眼的近視度數不一，令小孩容易依賴度數較淺的眼睛閱讀和看東西，影響眼睛發育，令度數加深，甚至出現弱視，建議家長應每年定期帶子女驗眼改善視力問題，並要教導小朋友護眼知識，例如在足夠光線下，用正確坐姿閱讀等。



香港學童患有近視

普遍家長對近視的誤解	
錯誤	正確
近視與遺傳有關	遺傳只屬原因之一，外在環境因素包括近距離閱讀
中學時近視才加得快	踏入小學，學童功課量增加，可能因此加深近視
子女睇眼東西時，才需驗眼	睇眼東西時已有一定的近視度數，故應定期驗眼
眼睛看到事物代表視力正常	可能出現「鴛鴦眼」(一隻眼睛度數淺，另一隻眼睛度數深)
配一副度數較淺的眼鏡可減慢近視加深速度	眼鏡度數不足，反加深近視度數

資料來源：香港執業眼科視光師協會

Publication: Hong Kong Daily News

Section/Page: A 08

子女睇眼看物或投訴看不清始驗眼 九成家長對近視誤解

【新報訊】香港兒童近視比率為全球之冠。一項調查發現，九成受訪家長表示，子女睇起眼睛或投訴看不清，才會帶子女驗眼。一名患有近視及遠視「鴛鴦眼」6

歲小童，靠度數淺的眼睛閱讀，首次驗眼時兩眼相差600度，差距在半年後更增至900度。

逾半小學生視力欠佳

香港執業眼科視光師協會去年底訪問了1,541名子女就讀小學的家長，逾半數指子女有視力問題，最多是近視(37%)，其次散光(25%)、遠視(8%)和弱視(1%)。調查又發現，家長對近視存在誤解，九成家長誤以為子女睇起眼睛或投訴看不清，才要驗眼；49%認為毋須定期帶子女驗眼；近兩成家長誤以為子女配度數較淺或較遲才戴眼鏡，可減慢近視加深速度；39%誤以為近視與遺傳有關；33%以為子女深近視，長大後可做激光矯視便沒問題。

協會內務副會長詹振邦表示，當家長發現子女看不清時才驗眼，已經較遲，可能有鴛鴦眼，令小孩只依賴度數較淺的眼睛閱讀，影響眼睛發育，令度數加深，甚至出現弱視。

協會會長鄭偉雄指出，一名左右眼分別有350度近視



■9歲楊衍瞳(左)雙眼近視及散光分別有100度差距，近視在兩個月加深100度，與她長時間閱讀及看電腦有關。

及80度遠視的鴛鴦眼小童，直至6歲，家長才帶她首次驗眼，雙眼已相差600度，半年後近視更飆升至825度，兩眼相差900度。

深近視患眼疾風險高

9歲半楊衍瞳自3歲時兩眼200度與300度散光，到6歲才發現有50度近視，3年間近視加深250度，今年1月發現近視在兩個月加深100度。

協會指，600度或以上深近視者，患嚴重眼疾風險高3倍。激光矯視無法將已拉長的眼球改變，不會減低患嚴重眼疾風險，建議家長應每年定期帶子女驗眼。



■執業眼科視光師協會調查發現，家長對近視普遍存在誤解。