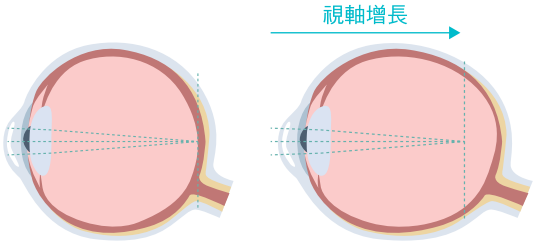
什麼是近視？



正視眼球　　近視眼球

在童年時期，近視主要因為眼球過長。影像聚焦於視網膜前方，導致看遠的景物模糊。

遺傳是其中一個導致近視的因素；若父母均有近視，子女患上近視的風險亦會較高。環境因素而言，缺乏戶外時間，過長的閱讀時間或過近距離的閱讀，均可能增加患近視的風險。

為什麼有需要控制近視加深？

一旦孩子患上近視，度數可能會逐年增加。深度近視，即600度近視或以上，或眼球長度多於26毫米會增加各項眼疾的風險，包括提早患白內障、黃斑退化、視網膜脫落及青光眼等。



白內障　　近視性黃斑病變　　青光眼

近視不僅是**屈光問題**，
而且會**影響日後眼睛健康**。
因此，控制近視刻不容緩！

近視可預防嗎？

兒童要保持良好閱讀習慣及適當視距。如兒童踏入近視前期(75度遠視或更少)，患上近視的風險便會大大增加。研究指出，增加戶外時間可減低患近視的風險。因此，讓孩子多些戶外活動吧！近年研究亦顯示，現有的控制近視方案（包括控制近視眼鏡片及阿托品）亦適用於近視前期的兒童，可以延緩近視發展。



了解更多資料或預約，
請聯絡香港理工大學眼科視光學診所:

查詢：	https://polyu.hk/FkIBM
電話：	(852) 2766 5225
地址：	香港理工大學 A034室 眼科視光學診所
網頁：	https://www.polyu.edu.hk/so/
網上預約：	https://ocwb.polyu.edu.hk

Scan QR Code for English Version



近視控制與預防





THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY 香港理工大學
眼科視光學院 SCHOOL OF OPTOMETRY

Version: 06/2026

控制近視的選擇



近視可以控制嗎？

現今有**多種控制近視的方法**，
臨床研究證實可延緩近視加深和眼球增長。

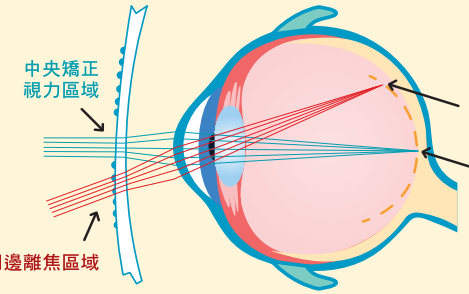
方法 1
控制近視眼鏡片



- 主要透過周邊光學離焦設計，抑制眼球過度增長
- 非入侵性，相對較安全
- 矯正視力並同時控制近視



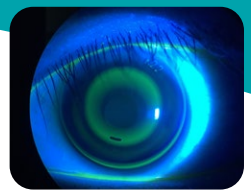
周邊光學離焦鏡片示意圖



中央矯正視力區域：
具備供清晰看遠的度數

周邊離焦區域：
讓周邊光線聚焦在視網膜前方，
從而發出訊號抑制眼球增長

方法 2
角膜矯形術



- 特別設計的硬性高透氣隱形眼鏡供晚間睡眠時佩戴
- 在使用期間暫時改變角膜形狀並矯正視力
- 白天可不用佩戴眼鏡（需視乎療程效果）
- 眼角膜形狀改變後，可抑制眼球過度增長
- 需嚴格遵守使用指示，保持良好衛生習慣並定期覆診以降低風險



方法 3
軟性控制近視隱形眼鏡





- 特別設計的軟性隱形鏡供日間佩戴
- 矯正視力並同時控制近視
- 以光學方法抑制眼球過度增長
- 需嚴格遵守使用指示，保持良好衛生習慣並定期覆診以降低風險

方法 4
眼藥水





- 不同濃度的阿托品（Atropine）眼藥水
- 須由醫生處方
- 以藥物方法控制近視
- 視乎使用劑量，畏光和近物模糊是常見的副作用
- 日間仍需佩戴眼鏡或隱形眼鏡以矯正視力

注意：每種近視控制方法的成效因人而異。請諮詢眼科視光師以選擇適合你子女的近視管理方案。