眼睛健康Q&A系列

非處方眼藥水

坊間隨處可以買到形形色色的非處方眼藥水，
眼科視光師提提你選擇和使用步驟上有什麼地方要注意。

謝崇熙 Jimmy

理大眼科視光學院臨床導師

王素嫻 Claudia

理大眼科視光學院眼科視光師

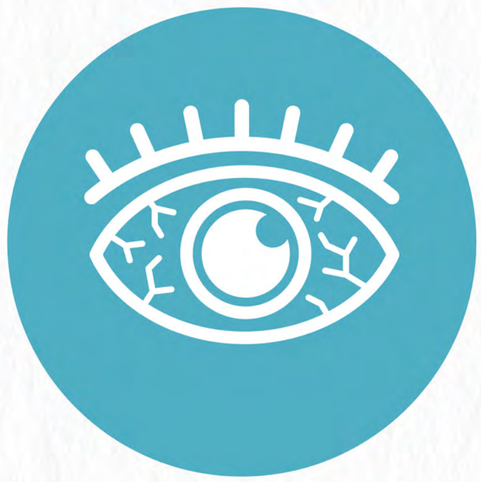
Q1

選擇眼藥水時有什麼要注意?

一般而言,坊間非處方眼藥水主要分為三類:

潤眼

抗敏



消除紅筋

選擇眼藥水前要先了解眼藥水是單純用作潤眼,還是帶有藥性,最好先徵詢眼科視光師的意見,不要只著眼於精美包裝或產地便決定購買。

Q2

為什麼不可以根據症狀購買眼藥水?

例如眼乾便買潤眼的眼藥水; 眼紅便使用消除紅筋的眼藥水?

眼乾可以有不同成因,包括淚液分泌不足、質量不穩定等。隨著藥物學的進展,人工淚液能針對性改善不同問題,一般市民未必可單憑症狀自行用藥:

眼乾

如因為淚液油脂層不足,淚水過度揮發的話,含油脂成份的人工淚液比補濕眼藥水更能改善問題

紅筋問題

消除紅筋眼藥水內含血管收縮劑如Naphazoline hydrochloride,令眼球表面血管收縮,雙眼黑白分明,但長期使用後一旦停用,眼紅情況便會加劇

眼紅很多時候是由其他眼睛問題引起,自行使用眼藥水有機會治標不治本,甚至會衍生其他問題

Q3

甚麼情況下應用獨立包裝/非獨立包裝的人工淚液？

非獨立包裝：

通常開蓋後一個月內可多次使用，較大機會含有防腐劑，可供短暫使用。若長期使用，防腐劑有機會刺激角膜，導致眼睛敏感，尤其是隱形眼鏡使用者，因為隱形眼鏡會吸收藥水成份，令眼睛更長時間接觸防腐劑。

獨立包裝：

不含防腐劑，可以降低防腐劑致敏風險，亦方便隨身攜帶。

真空式包裝：

使用特別的樽身設計，不需添加防腐劑亦可防止細菌污染，不過使用時要注意保持清潔，避免眼藥水受污染。

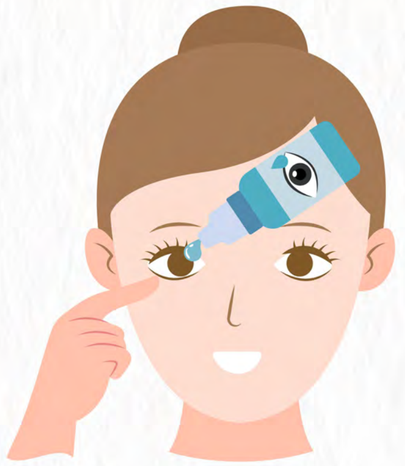
市面上大部分主流潤眼人工淚液都有不同包裝的版本，大家購買時可以留意。

Q4

什麼是正確的滴眼藥水步驟？

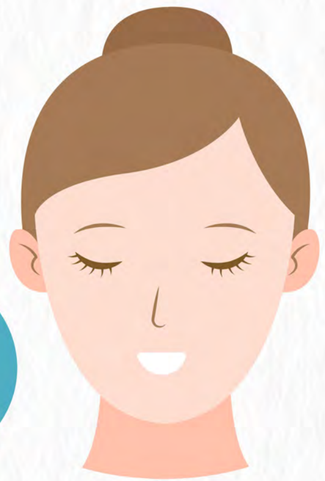
1

滴眼藥水前必需徹底清潔雙手



2

眼睛往上望，用手指拉低下眼瞼形成一個袋，將藥水滴入眼袋中間，如容易眨眼的話，可用另外一隻手指固定上眼瞼。



3

滴完後輕輕眨眼，令眼藥水平均分佈，並合眼讓藥水覆蓋眼睛表面，幫助吸收。

4

請留意，過程中應避免眼睛、眼睫毛或手指尖接觸樽咀；眼藥水亦應直接滴入眼睛，避免滴在眼瞼上再流入眼睛。

眼睛健康Q&A系列

非處方眼藥水

雖然市面上很方便就能購買到非處方眼藥水，但遇到眼睛問題，
最好先找眼科視光師做詳細眼睛檢查。
了解眼睛情況，才能對症下藥，有效改善眼睛毛病。