

彰化基督教兒童醫院



慢箋預約領藥 APP
彰基體系醫院掛號 APP

院訊

2023年9月份 September



近視控制新知

本期主題

A、現場掛號服務 (上午八時起)

一般門診
上午診 於 11:30 前受理掛號
下午診 於 16:30 前受理掛號
夜診 於 20:30 前受理掛號

兒童發展中心初診

上午診 於 11:00 前受理掛號
下午診 於 15:30 前受理掛號

B、人工電話掛號服務 (上午八時起)

服務電話：04-7225132
上午診 於 10:30 前受理掛號
下午診 於 16:00 前受理掛號
夜診 於 20:00 前受理掛號
● 預約後，請於看診當日直接到診間報到候診。

C、語音掛號服務 (24 小時服務)

服務電話：04-7225152

★ 公休日 9/29 (五)

D、初診預約掛號服務

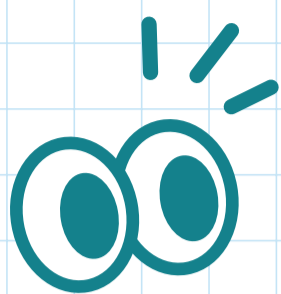
服務電話：04-7225132
● 完成初診電話預約掛號之後，看診當日須攜帶身分證及健保卡到一樓掛號櫃台抽取號碼牌及填寫初診基本資料表，完成全部掛號手續後再到診間候診。

E、看診時間

上午門診 08:30 開始 12:00 結束
下午門診 14:00 開始 17:00 結束
夜間門診 18:00 開始 21:00 結束
● 週六下午停診



彰化基督教兒童醫院 官網



近視控制新知



眼科部 陳彥廷 醫師

依據 2020 年的統計顯示，全球有 25 億人口有近視問題，是全球盛行率最高的健康問題之一，其中新加坡與台灣近視盛行率達 85～90%，遠遠高於歐美國家 25～50% 許多，近視不但影響日常生活，倘若視力持續惡化成高度近視，甚至有失明的風險，提醒家長務必要重視兒童的視力保健，避免造成近視的影響因子，護眼防治從小開始，讓兒童能有好視力。

1 增加戶外活動時間

每周戶外活動的總時數是近視的重要防治因子，根據新加坡與澳洲的研究發現，每周多花一小時在戶外活動上，可以減少 2% 的近視機率；學童平均每天 2～3 小時的戶外活動，能夠產生顯著的近視保護效應。動物研究則指出，戶外光線的光照可促進多巴胺的分泌，抑制眼軸的生長，有助於減緩近視速度，因此鼓勵家長多安排戶外休閒活動，不但對視力有幫助，更能增進親子關係。

有趣的是，季節可能影響日常作息，造成近視的進展速度的差異。溫帶地區的研究顯示近視在冬季有著最快的進展速度，這可能與寒冷地區的學童冬季室內活動的時間會遠遠高於夏季有相關。

2 減少長時間近距離用眼

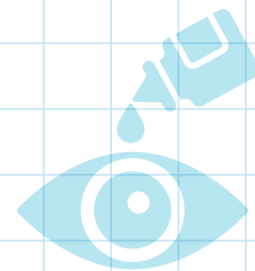
長時間近距離使用 3C 產品，或是看書，會造成眼睛過度疲勞而增加近視的發生機率，研究指出每周每多花一小時調節力達到 1 屈光度的近距離工作，就會提高 2% 的近視風險，而且許多分析指出，30 公分內的近距離工作的強度會比近距離工作的總時數更為重要，因此鼓勵用眼 30 分鐘，就要休息 10 分鐘，限制 3C 產品的使用，讓眼睛有適當的休息。

3 配戴正確度數的眼鏡

當孩童出現近視時，許多家長總傾向晚點配鏡，或嘗試降低所配的眼鏡度數而非足量矯正，但針對 9～14 歲學童的一項研究顯示，配鏡時接受不足量矯正的兒童較足量矯正的兒童有更高的近視進展速度，這顯示刻意降低眼鏡的近視矯正量並非理想的近視控制策略。

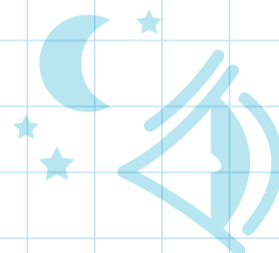
4 藥物控制

藥物控制主要是使用散瞳劑 Atropine 藥水，這種藥水本身屬於長效型作用，可以產生散瞳及放鬆睫狀肌的效果，且單次點用就可以持續一整天。在新加坡的 ATOM1 研究證明高濃度的 Atropine 藥水可以有效抑制近視進展，但是驟然停藥後確實也可以觀察到近視回退現象，但即使發生近視回退，最終近視程度仍然比沒治療過的對照組為輕；在 ATOM2 研究則顯示低濃度或超低濃度的 Atropine 藥水，對近視控制效果僅微弱於高濃度 Atropine，而副作用卻明顯降低許多，且超低濃度的 Atropine 停藥後有也顯著較低的近視回退現象，因此超低濃度的 Atropine 開始在臨床上被大量應用於學童的近視控制。



5 光學原理控制

光學原理主要是基於視網膜周邊離焦現象的應用。目前研究證實有效的光學近視控制工具多半都能產生視網膜周邊離焦現象，其中最著名的是夜戴型角膜塑型片。角膜塑型片是一種反曲型的硬式隱形眼鏡，夜晚配戴時會產生中心角膜壓平現象，從而在角膜周邊區域產生類似環狀凸透鏡的效應，讓學童白天不再需要戴眼鏡；角膜塑型片在壓平角膜讓近視暫時消失的同時，會產生視網膜周邊離焦現象，此現象被認為是阻止近視繼續進展的原理，因此成為目前最有效的近視控制工具之一。因角膜塑型片是接觸式鏡片，鏡片清潔與配戴的衛生習慣會很重要。



類似的周邊離焦近視控制原理，目前還被應用在新一代的近視控制日拋軟式隱形眼鏡，甚至是新一代的微透鏡型近視控制框架眼鏡，可以再產生周邊離焦的同時，提供更高的配戴舒適性或使用安全性。

綜合以上所述，目前已經有越來越多元的藥水或光學控制方式可以幫助學童防治近視，但每一種工具都有其優點與缺點，建議可跟眼科醫師討論，找出學童個人最適合的控制策略為宜。若有疑問歡迎到兒童眼科進行諮詢，定期視力檢查，早期預防或矯正，讓學童擁有健康的靈魂之窗。



陳彥廷
主治醫師

學歷

高雄醫學大學醫學系畢業

經歷

彰化基督教醫院眼科住院醫師
台灣大學附設醫院眼科外訓住院醫師
彰化基督教醫院眼科總醫師
林口長庚紀念醫院小兒暨神經眼科研究醫師
彰化基督教醫院眼科主治醫師
中華民國眼科專科醫師
中華民國眼科醫學會會員

現職

彰化基督教醫院 眼科主治 醫師

專長

內外科視之治療與手術
小兒弱視之治療與矯正
遠近視或屈光問題之控制
神經眼科相關疾病
一般眼科相關疾病

**兒童
眼科**



Table with columns for Department (科別), Day (星期), Time (時段), and specific doctor appointments for various specialties like Pediatric Dentistry, Neonatology, Pediatrics, etc.

★門診異動訊息以現場公告為主