

視力問題介紹：近視、遠視與散光

匿名

July 6, 2024

1 引言

視力問題是現代社會中常見的健康問題，其中近視、遠視和散光是最常見的三種類型。這些視力問題會影響人們的日常生活品質，因此了解其成因、症狀和治療方法是非常重要的。

2 近視

2.1 定義

近視（Myopia, Near-sightedness, short-sightedness）是指眼睛視覺成像未能聚焦於視網膜上，而是聚焦於視網膜之前的情形。患者在目視遠物會模糊，而視近物相對清楚。其他症狀包含頭痛跟眼睛疲勞，嚴重的近視會增加視網膜剝離、白內障及青光眼的風險。

目前相信潛在肇因來自遺傳與環境因素，風險因子為做事時需聚焦於近物、長時間待在室內及家族病史等，近視也和高社經地位相關，其他因素包括營養不良等。潛在的構造問題是眼球直徑過長，或水晶體太缺乏彈性，但後者較少見。近視是一種眼屈光不正，確診方式是做視力測試。

目前已有實驗性的例證指出，盡量讓兒童待在戶外可預防兒童近視，這可能是因為他們接觸到的自然光對近視的預防作用。近視可經由佩戴眼鏡、隱形眼鏡或接受手術來矯正。佩戴眼鏡是最簡單也最安全的；隱形眼鏡則可以提供較寬闊的視野，但也伴隨著感染的風險；而接受屈光手術可以永久改變眼角膜的形狀。

近視是最常見的眼睛問題，據估計約有15 億人患有近視（約佔全球人口22%），不同地區的近視人口比例差距甚大，約佔成人的15-49%，男女比例倒是相去無幾。近視的兒童在尼泊爾鄉間僅佔1.2%，在南非佔4%，在美國佔12%，但卻在中國部分大城市卻高達37%。自1950 年代起，近視人口比例持續增加。近視卻未經矯正是視力喪失的常見原因，放諸四海皆準，其他原因包含白內障、黃斑部退化以及缺乏維他命A。