很多人視物模糊不清時才見眼科醫生，檢查後發覺視力已受損，這種「無事不登三寶殿」——有事才求醫於專業人士的態度，不足以保障我們的視力健康。要保持眼睛的健康，其實我們可以定期約見視光師這位「健康同盟」監察視力，檢查眼睛。

撰文：陳旭英　攝影：張文智
設計：霍明志

認識視光師

香港人七成有近視，近視要配眼鏡，配眼鏡要見視光師驗眼，所以大家對視光師並不陌生。視光師除了幫我們驗配眼鏡和矯正視力外，其實在很多範疇上都協助護理、照顧我們的視力健康。今期就由養和醫院註冊視光師葉翠儀，為我們詳述視光師如何照顧我們的視力。

視光師為我們驗眼時，要我們看多種大小不同字體、顏色點及圖案等。

「現時香港大概有二千名註冊視光師，其中三分一（即大約七百人）畢業於香港理工大學眼科視光學學院。

「目前只有理大培訓合資格視光師，並於二〇一二年由四年制的學士學位課程改為五年制，現在還有兩年制碩士課程函接。」葉說。

而視光師的專業資格，是由視光師管理委員會審核及註冊。註冊視光師共分為四個級別，在理大畢業或同等以上學歷的是第Ⅰ部分註冊視光師，可以使用眼藥水放瞳，從而檢查小童常患的假性近視、或眼睛視網膜健康狀況。其他第Ⅱ、第Ⅲ及第Ⅳ部分（PartⅡ、Ⅲ、Ⅳ），是以通過考試篩選或以曾經經營年資方法，成為相應的視光師。

點止驗眼咁簡單

◀ 量度雙眼距離及視點，可檢查是否有斜視。

絕大多數市民以為視光師的工作只是幫我們驗眼、配眼鏡，其實視光師的工作包括多個範疇。

首要是幫市民護眼，葉翠儀說，視光師會了解病人需要接受何種治療，而提供專業協助。

「例如幫病人驗眼後，就會因應個別情況而選配眼鏡或隱形眼鏡。我們會運用視光學專業知識，了解病人的屈光不正情況，不同鏡片的特性、鏡架的不同種類等而為病人提供最合適的組合。

「除了遠視、近視、散光、老花外，我們亦要評估病人雙眼的協調能力，因為雙眼不協調，是會影響戴眼鏡的適應。還有斜視、弱視或色弱，我們會提供意見或幫助病人及早解決問題，例如遮眼治療、協調能力視力訓練或轉介。」

◀ 仔細的驗眼過程，才能準確掌握度數。

協助醫生診症

而任職養和醫院眼科部門的視光師，除了上述職務外，亦需要協助醫生問症。病人在養和見眼科醫生前，都會先由視光師驗眼，「我們會詢問病史，請他們說出主觀的病徵，記錄下來。很多病人都未必能清楚地說出病徵，我們便要旁敲側擊、追問，透過他的生活及工作上的細節或習慣，從而發現其眼睛問題所在。

「接觸不同階層時，溝通要有技巧，對每位病人都要特別細心及耐性，尤其是小朋友、長者們。在問症過程中嘗試了解病人的視力問題，便開始進行檢查，包括屈光度數、立體感、色弱檢查等，將之記錄後再由醫生作詳盡檢查及評估。

「另外當醫生診斷了病人有某種眼疾，我們亦會進行一些相應的診斷測驗，例如患白內障，透過醫生指示，我們會量度病人的眼球長度（axial length）及量度角膜弧度（cornea curvature），以協助醫生向病人解釋，選擇合適類型的人工晶體（intra ocular lens）。視光師亦會照顧病人手術前及手術後的護理，例如白內障手術前病人要注意的事，手術後如何護理眼睛等。

「當病人有黃斑點病變的可能，會進行光相干性斷層造影（Optical Coherence Tomography, OCT），檢視黃斑點狀況，利用先進的儀器幫助醫生診斷病情。」

青光眼的檢查，亦會進行青光眼檢查篩選，例如視野檢查（visual field）、OCT。在先進儀器檢測下，OCT更可檢查視神經頭段位置，令醫生更能準確地了解情況。而每次覆診前進行上述檢查，醫生可以掌握青光眼的進展資料，幫助醫生分析和確定治療。

進行激光矯視手術（LASIK），亦需要先由視光師進行量度角膜，清楚掌握角膜弧度、厚度，高解度像差，這些資料都有助醫生判斷，選擇一個適合病人的激光矯視計劃。

OCT掃描，可了解視網膜及黃斑點情況。

▲ 如懷疑有青光眼致視野收窄，視光師會為病人進行視野檢查。

視光師

養和醫院註冊視光師 葉翠儀

健康同盟

社區教育

► 出席社區講座或為市民講解視光知識，亦是視光師工作之一。

視光師除了負責檢查及協助醫生診症外，其實亦是我們的健康同盟（allied health provider）。二〇一三年首屆理大視光學碩士課程畢業的葉翠儀就指出，「視光師與護士、配藥員、物理治理師等，一齊為病人全面照顧健康。所以除了治療眼疾外，亦會到社區進行教育講座，例如兒童護眼、白內障、激光矯視等知識。養和醫院會提供機會給香港大學醫學院學生到來實習，視光師會協助他們了解眼科部門如何妥善地照顧病人視力健康。」

驗眼七件事

▲ 檢查屈光度數是最基本檢查。

每年見視光師驗眼，包括哪些程序？葉翠儀說最理想是包括以下七個程序：

1. **驗屈光度數**
2. **檢查雙眼協調能力**
3. **檢查有否色弱問題**
4. **檢查眼睛立體感**
5. **眼球前房檢查**
6. **藥水放瞳，檢查黃斑點、視網膜（只有持第 I 部分牌照的視光師）**
7. **量度眼壓**

高危眼疾人士 • 應定期驗眼

既然視光師是照顧我們健康的同盟，我們應在甚麼情況下尋求視光師的協助？葉翠儀說，市民會在以下兩種情況下見視光師：

1.需要驗配眼鏡時——每家眼鏡店應該都有一名註冊視光師為客人驗眼及提供專業意見，市民應該核實該店的視光師身份。

2.市民可嘗試每年驗眼，而不是覺得視力模糊時才見視光師。定期驗眼，眼疾可被及早發現，患者可以及早治療，例如常見的白內障、視網膜脫落、黃斑點病變，都有個案是由視光師發現。而病人如有糖尿病、血壓高，患眼疾機會較一般人高，故更需要定期驗眼；有家族遺傳眼疾的，更應提高驗眼意識；兒童有視力問題會影響學習，亦需要定期驗眼；長者由於視力退化，有眼疾會較難發現，加上長者患眼疾機會比年輕人高，葉翠儀建議後輩們多關心長者、有任何眼睛上的懷疑就及早約視光師檢查。

► 高危眼疾人士如長者、糖尿病患者，宜每半年見視光師驗眼。

為兒童驗眼需要技巧，而利用平板電腦圖像，就是其中一個引起兒童興趣的驗眼工具。

轉介治療或由視光師治療

當發現有眼疾後，例如黃斑點病變，可建議或轉介病人見眼科醫生作進一步檢查；如懷疑有青光眼可進一步做視野檢查。

部分眼疾治療，會由視光師執行，例如發現兒童有懶惰眼（lazy eye），可以進行遮眼治療，矯正懶惰眼。

兒童視力問題及早發現

兒童視力問題，多由老師發現，例如發現學童經常矇起眼睛視物、家課冊欠齊全，就會告訴父母帶兒女驗眼。

為人父母，亦可從日常生活中，及早察覺兒女的視力問題。

1. **兒童寫字時筆劃不清楚及歪斜，或看書一會兒就不想看。**
2. **兒童很抗拒一隻眼被遮住，另一隻眼可能是看不清楚的眼睛，可能有度數，又或者弱視。**
3. **瞇起眼或貼近電視機看電視。**

視光師葉翠儀指出，兒童三歲後便可以定期驗眼，視光師通過驗眼程序可知道有否近視、遠視。斜視亦是常見兒童眼疾，需要及早發現，及早矯正，否則會引致弱視。但兒童或有假斜視，原因是眼珠的位置比較向內，致有鬥雞或內斜視的錯覺，這類毋須矯正。但到底是真斜視或是假斜視，都要由視光師或眼科醫生檢查。

另外如家有長者，經常撞倒傢俬或物件，亦是提防是眼疾造成，應及早驗眼。東

▼ 如發現兒童有遠、近視、散光問題，能及早選配適合眼鏡。