

投稿類別：健康與護理類

篇名：

高中生配戴隱形眼鏡的情況－以樹德家商綜合高中三年四班為例

作者：

白蓉蓉。私立樹德家商。高三 4 班。

郭芸芸。私立樹德家商。高三 4 班。

傅念華。私立樹德家商。高三 4 班。

指導老師：

毛美芳老師

壹●前言

一、研究動機

現代社會科技越來越發達，隱形眼鏡代替了傳統的眼鏡，不管是學生、上班族、或者各種不同行業的人，對於某些人來說隱形眼鏡是每天生活中不可或缺的。購買隱形眼鏡的選擇依據時代潮流有所變更，因此對學生族群配戴隱形眼鏡的時間長短和依賴以及造成的傷害，值得我們去探討，我們也可以藉由這樣的方式來了解如何去保養隱形眼鏡。隱形眼鏡也不只是近視族群的專利，也有 0 度隱形眼鏡的放大變色片給愛美的族群去使用。配戴隱形眼鏡不是一個具有矯正視力功能的作用，也可重塑造型，改變形象及情緒，更是美學的表現。配戴隱形眼鏡使眼睛看起來更有神，也成為年輕人不可或缺的配備。有人說，隱形眼鏡比傳統眼鏡還來的方便，例如，妳在吃熱的食物，傳統眼鏡就會莫名的起霧，但是隱形眼鏡卻不會，所以為什麼年輕人配戴隱形眼鏡的比例逐漸提高。就以我自己來舉例，只要沒戴隱形眼鏡就非常不自在，甚至會覺得沒有自信，不敢正眼看人，因此我們藉由這個專題研究了解跟我們年紀相仿的青少年對於隱形眼鏡的使用程度。

二、研究目的

隱形眼鏡在人們的生活中佔了一大部分，爲了要去了解人們對隱形眼鏡的依賴性和傷害，可以用問卷調查去得知社會上人們首次配戴隱形眼鏡的年紀早晚、隱形眼鏡對眼睛有什麼傷害，順道可以了解大部分的人配戴的時間長短和配戴的品牌，讓我們可以去了解究竟配戴隱形眼鏡對人們是有益的還是不好的。另外可以透過調查樹德家商綜合高中三年四班學生，了解時下高中生對於隱形眼鏡的使用程度。

三、研究方法

上網蒐集資料以及發放問卷，利用 Excel 做為資料處理工具，並以圓形圖來整理與統計，求其平均數及百分比進而歸納出結果。

貳●正文

一、文獻探討

本研究爲了瞭解樹德家商綜合高中三年級學生配戴隱形眼鏡的情況，組參考了許多相關資料的研究報告，並加以討論。我們採用問卷調查的方式來了解，配

戴隱形眼鏡的年齡層以及配戴時間的長短，利用 Excel 將問卷內容統整後，讓我們得樹德家商綜合高中三年級學生配戴隱形眼鏡的使用方法。

本研究的對象都是有近視的人，隱形眼鏡雖然可以美觀，但多少也會對眼睛造成傷害。許多人不清楚隱形眼鏡對眼睛的傷害有多大，如果可以更深的了解，使用隱形眼鏡的方法會更加正確，如果懂得不多，相較之下使用的方法也會不妥，而造成眼睛的危害將會更高。根據研究生陳雅文(2009)的研究報告，探討現今社會裡有多少國立師範大學的學生配戴隱形眼鏡之保健行為，研究對象為喜愛配戴隱形眼鏡的大學生。隱形眼鏡是個必要品，它帶給我們許多的方便，但卻對人體的健康有很大的影響。這個研究採用問卷調查的方式，共回收了有效樣本 393 份，根據研究顯示許多人常配戴隱形眼鏡過久，然而大家都沒注意，錯誤的配戴方式往往都在不知不覺中對眼睛造成了嚴重的傷害，經過研究報告顯示，大部分的人都不太了解隱形眼鏡有可能會對眼睛造成多大的傷害，錯誤的配戴方法，也許傷害不會馬上呈現，但久了之後那種嚴重性竟無法想像，所以正確的配戴方法，可見有多麼的重要，因此，本組想藉由這個研究讓大家更進一步的了解隱形眼鏡。

根據研究者陳俞汎(2011 年)之研究題目「學生使用隱形眼鏡之現況調查研究」中利用問卷調查法進行資料的彙整，並發放 220 份問卷，收回 200 份。而此 200 份有效問卷中友 77.5% 佔近視人數，而剩下不確定或沒近視的則佔 22.8%；再加上隱形眼鏡符合現代人重視便利的需求，卻忽略了使用後的清潔工作。這篇研究主要是要讓經常使用隱形眼鏡的愛美族群認真看待這個問題，找到最適合的使用方法。根據研究調查結果發現，佔 7 成的人配合搓洗和浸泡藥水，而對於隱形眼鏡細菌的感染卻有不足的觀念。

根據奇摩報導〔陳鈞凱，2012〕，由於現在高中生長期待在冷氣房，就容易造成眼睛缺氧，乾澀的情況，加上此研究受訪 344 名使用隱形眼鏡的人，並利用問卷調查發現，配戴隱形眼鏡的超過 8 小時就佔比例 62.6%，而配戴超過 10 小時重度者就有 21.4% 之多，所以根據此研究報導，本組希望可以更深入探討，並讓高中生了解隱形眼鏡雖然可以美觀，但也必須做好配戴方式以及清洗程序，否則會對眼睛造成永久的傷害。

而另一位奇摩報導者(蘇湘雲 2012)之報導(戴角膜放大片 眼睛更缺氧)文中指出，長時間配戴角膜放大片 會造成眼睛受到傷很大的影響。新光醫院主治醫師業威毅指出，角膜放大片的厚度比一般的隱形眼鏡來的厚，不容易透氣易造成眼睛乾澀或眼睛不是，而有顏色的隱形眼鏡裡有染料也會對眼睛造成刺激和傷害，建議少戴隱形眼鏡多讓眼睛休息。

二、研究發現

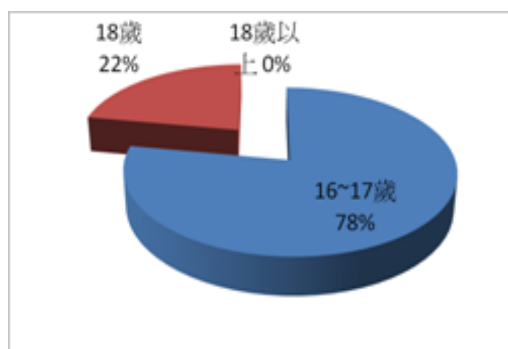
你/妳是？



(圖一)

由此圖一可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，女生配戴隱形眼鏡的比例佔 93%，男生配戴隱形眼鏡的比例佔 7%，由此可知女生配戴隱形眼鏡的比例較男生高。

你/妳的年齡？



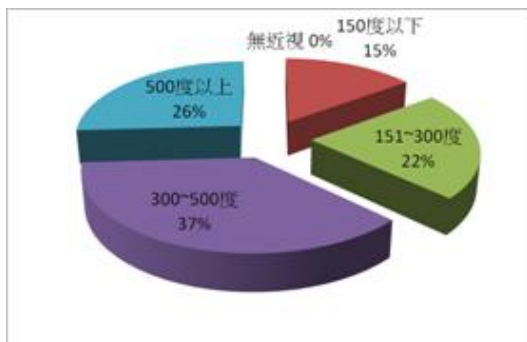
(圖二)

由此圖二可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，16~17 歲配戴隱形眼鏡的比例為 78%，18 歲以上配戴隱形眼鏡的比例為 22%，因此我們得知配戴隱形眼鏡的年齡層逐漸降低，大約 75% 的學生在 16~17 歲即配戴隱形眼鏡。

你/妳近視度數大約幾度？

無近視	150 度以下	151~300 度	300~500 度	500 度以上
0	4	6	10	7

高中生配戴隱形鏡的情況－以樹德家商綜合高中三年四班為例

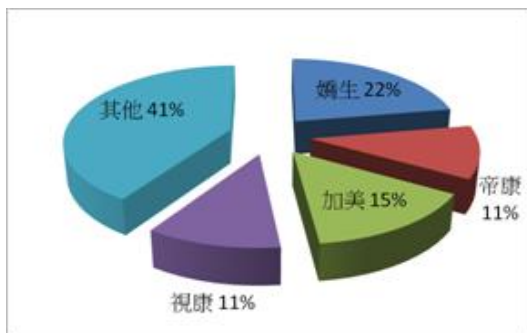


(圖三)

由此圖三可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，無近視的同學佔 0%，151~300 度的同學佔 22%，近視度數 300 度以上的同學佔較大部份 63%，而近視 500 度以上的同學則有 26%。意外的發現，班上竟然沒有人是無近視的。

你/妳配戴隱形眼鏡的品牌?

嬌生	帝康	加美	視康	其他
6	3	4	3	11

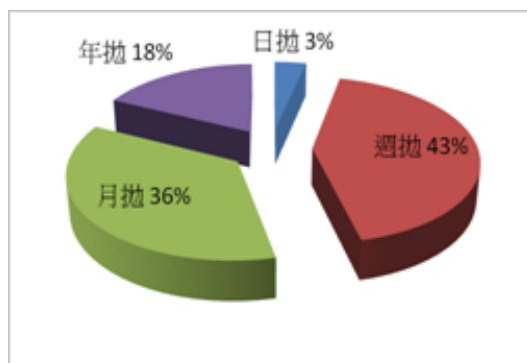


(圖四)

由此圖四可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，購買隱形眼鏡的品牌種類多樣化，分別為帝康(11%)，視康(11%)，加美(15%)，嬌生(22%)，其他(41%)。

你/妳認為隱形眼鏡最好的是哪一種?

日拋	週拋	月拋	年拋
1	12	10	5

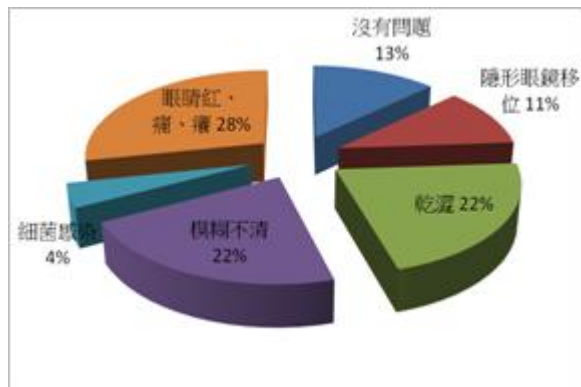


(圖五)

由此圖五可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，配戴週拋隱形眼鏡的比例較高，大約佔了 43%，配戴日拋隱形眼鏡的同學最少，只佔了 3%。其他像是配戴月拋隱形眼鏡的同學佔 36%，以及配戴年拋隱形眼鏡的同學佔 18%。

你/妳配戴隱形眼鏡時，最常遭遇到的問題？

沒有問題	隱形眼鏡移位	乾澀	模糊不清	細菌感染	眼睛紅、痛、癢
6	5	10	10	2	13

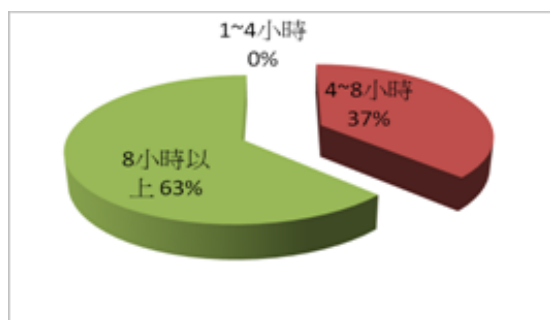


(圖六)

由此圖六可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，眼睛紅、痛、癢是大部份同學配戴隱形眼鏡時常遇到的問題，大約佔了 28%，另外模糊不清和乾澀總共佔了 44%。

配戴隱形眼鏡的長短？

1~4 小時	4~8 小時	8 小時以上
0	10	17

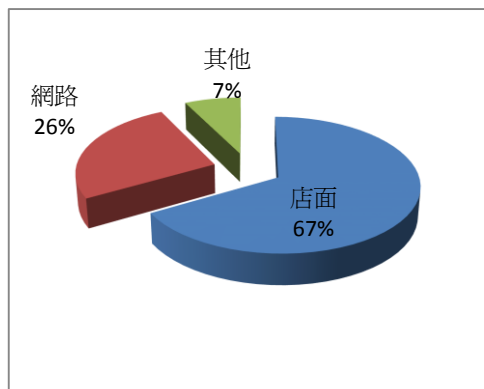


(圖七)

由此圖七可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，大部份同學配戴隱形眼鏡的時數超過 8 小時(63%)。約 37%的學生戴隱形眼鏡的時數約為 4~8 小時。

你/妳在什麼地方購買隱形眼鏡?

店面	網路	其他
18	7	2



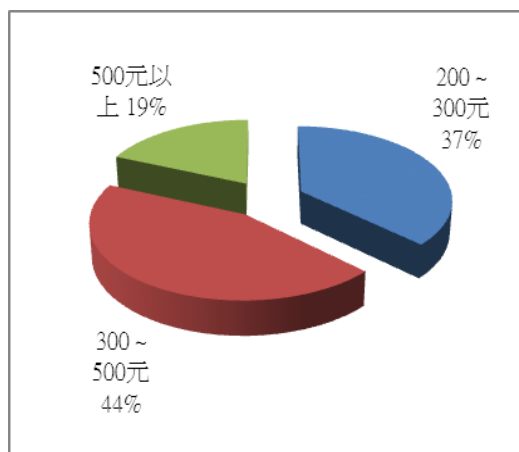
(圖八)

由此圖八可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，大部份同學購買隱形眼鏡的來源是店面，大約佔了 67%；但仍有少數同學在網路或其他地方購買，大約佔了 33%。

你/妳購買隱形眼鏡的價格?

200 ~ 300 元	300 ~ 500 元	500 元以上
10 人	12 人	5 人

高中生配戴隱形鏡的情況－以樹德家商綜合高中三年四班為例

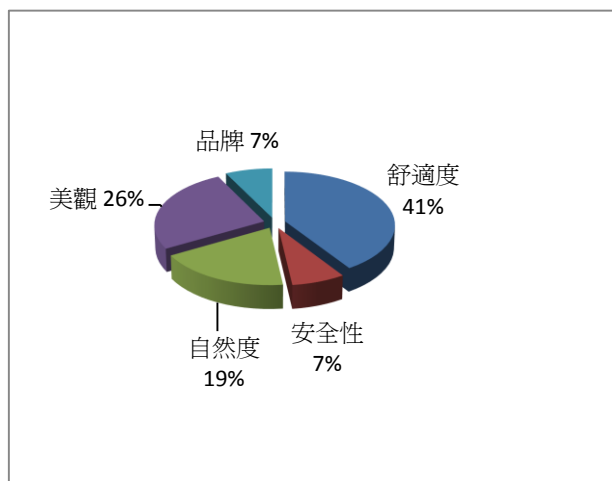


(圖九)

由此圖九可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，大部份同學購買隱形眼鏡的金額為 300~500 元(44%)。但仍有不少數學生(37%)購買隱形眼鏡的金額為 200~300 元，而最少數的學生會購買隱形眼鏡超過 500 元，只佔 19%。

請問你/妳對於彩色隱形眼鏡品牌選購重視的主要原因?(單選)

舒適度	安全性	自然度	美觀	品牌	價格
11	2	5	7	2	0



(圖十)

由此圖十可知，以樹德家商綜合高中 304 班為例，大部份同學選購隱形眼鏡時注重的是舒適度(41%)，其次是講求美觀(26%)。此圖也顯示，他們在選購隱形眼鏡時最不注重品牌與安全性(各佔 7%)。

參●結論

由此可見，配戴隱形眼鏡對眼睛造成了不小的傷害，就以綜合高中三年級學生為例，配戴隱形眼鏡時間較長，課業壓力也比較大，因此容易造成眼睛的不適，也因為配戴隱形眼鏡的年齡層降低，所以年齡層較低者要提早了解隱形眼鏡造成的傷害以及配戴隱形眼鏡後的清潔工作。

肆●引註資料

陳雅文 (2009)。健康信念模式應用於大學生隱形眼鏡保健行為及相關因素研究-以國立台灣師範大學為例。博碩士論文網，取自

<http://ndltd.ncl.edu.tw/cgi-bin/gs32/gsweb.cgi/ccd=nHfb5H/record?r1=5&h1=0>

陳俞汎 (2011)。學生使用隱形眼鏡之現況調查研究，取自

<http://www.shs.edu.tw/works/essay/2006/03/2006030816483127.pdf>

陳鈞凱 (2012)。超時戴隱形眼鏡！全台 135 萬紅眼族 變色片戴 4 小時就傷眼，取自

<http://tw.news.yahoo.com/%E8%B6%85%E6%99%82%E6%88%B4%E9%9A%B1%E5%BD%A2%E7%9C%BC%E9%8F%A1-%E5%85%A8%E5%8F%B0135%E8%90%AC%E7%B4%85%E7%9C%BC%E6%97%8F-%E8%AE%8A%E8%89%B2%E7%89%87%E6%88%B44%E5%B0%8F%E6%99%82%E5%B0%B1%E5%82%B7%E7%9C%BC-021722498.html>

蘇湘雲 (2012)。戴角膜放大片 眼睛更缺氧，取自

<http://tw.news.yahoo.com/%E6%88%B4%E8%A7%92%E8%86%9C%E6%94%BE%E5%A4%A7%E7%89%87-%E7%9C%BC%E7%9D%9B%E6%9B%B4%E7%BC%BA%E6%B0%A7-162251359.html>