

投稿類別:健康與護理類

篇名:

隱形眼鏡對高職生的影響

作者:

王維旒。樹德家商。三年七班  
劉倫綿。樹德家商。三年七班  
陳智婷。樹德家商。三年七班

指導老師:

史仟慧 老師

## 壹●前言

### 一、研究背景與動機

眼睛有著「靈魂之窗」的稱號，隨著現今社會的快速的發展，人們發覺戴著眼鏡的不方便之處，隨後發明了「隱形眼鏡」來改善他們的困擾。一開始「隱形眼鏡」並不普遍，這是因為剛開始大家多數是使用硬式隱形眼鏡，配戴的舒適度不足，以及在顏色或款式上幾乎都是最基本的黑色，而款式在美觀上當然也沒有甚麼足以吸引到人的，而在 1961 年捷克化學家發明第一隻軟性隱形眼鏡；1970 年推出透氣性硬性隱形眼鏡，隨之而起的重大發明讓大家對隱形眼鏡的使用意願提高了，而現在全球已有超過一億二千多萬的人口使用隱形眼鏡，而軟性隱形眼鏡也因為配戴較為舒適，已成為最普及的鏡片種類。

隨著隱形眼鏡的普遍,大多數的高職生都有配戴隱形眼鏡的習慣，我們想知道他們是否知道一些關於隱形眼鏡的基本常識，例如沒有清潔乾淨會對眼睛造成多大的傷害，想了解他們是否有透過正常且較有保障的通路去購買隱形眼鏡，是否真正了解配戴隱形眼鏡的真正用意為何。

### 二、研究目的

1. 探討高職生配戴隱形眼鏡之目的。
2. 了解高職生每日配戴隱形眼鏡之時間。
3. 調查青少年對於隱形眼鏡的認知程度。
4. 研究隱形眼鏡對人體的傷害。
5. 教導正確的清潔方式。

### 三、研究問題

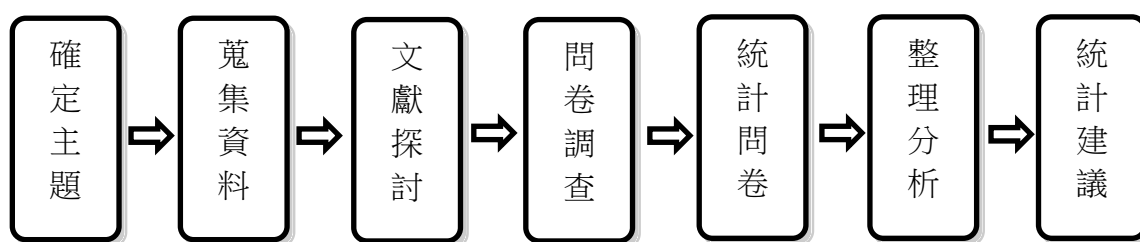
1. 高職生配戴隱形眼鏡的原因為何？
2. 高職生是否了解隱形眼鏡的正確使用方式？
3. 高職生對於選擇隱形眼鏡的品牌之考慮因素？
4. 隱形眼鏡使用者在配戴時，會遇到哪些常見的情況或問題？
5. 高職生每日配戴隱形眼鏡的時間有多久？

### 四、研究方法及流程圖

#### 問卷內容:

本組使用「問卷調查法」以統計樹德家商英文班高一～高三同學對於隱形眼鏡的使用率，以及是否完全了解配戴及清潔方式，而我們的問卷包含了複選題和文字題，第一部分是基本資料，再來是有關於配戴隱形眼鏡的品牌，還有隱形眼鏡的保養程序，希望能看到更多不同的結果以對本組的研究有所幫助。

(圖一) 以下為本組專題之研究流程圖



## 貳●正文

### 一、隱形眼鏡之起源

隱形眼鏡的歷史早在 1508 年被提出，隨著科技的發展，人們選擇隱形眼鏡的種類也越來越多樣化，那都得歸功於歷史上的學者們，以下是我們整理出的隱形眼鏡之起源順序：

表一：歷史時間發明順序

年份	
1508	隱形眼鏡被達文西提出
1887	德國科學家 Adolf Eugen Fick 成功製造出第一隻隱形眼鏡
1938	第一副全塑膠隱形眼鏡被發明出來
1940	以壓克力材質發展
1961	捷克化學家 Otto Wichterle 發明軟性隱形眼鏡
1970	推出透氣性硬性隱形眼鏡

(;資料來源:財經知識庫，2014)

### 二、隱形眼鏡-種類介紹

隱形眼鏡主要分硬式及軟式兩種，由於硬式隱形眼鏡初戴的舒服度不及軟式隱形眼鏡，所以，軟性隱形眼鏡成為了現今市場的主流。軟式隱形眼鏡可分:長戴型、即棄型。隱形眼鏡的使用者究竟要如何從中選擇呢?

以下為各種隱形眼鏡之差異處:

#### (一)硬式：

硬式隱形眼鏡目前是比较少人習慣配戴，正是因為舒適度的重要，透氣度較低而且鏡片較小且硬，當我們在活動時較容易從我們的眼睛跑出，其舒適度當然也不及軟式的隱形眼鏡，所以很少人會選擇，大多用於控制度數或錐形角膜患者(博視專業驗眼中心，1994)。

#### (二)軟式：

##### 1.長戴型:

軟式隱形眼鏡的舒適度優於硬式隱形眼鏡，畢竟「弧度選擇較多，亦可訂造，主要用於深度近視或深度散光人士。若清洗不當導致眼睛發炎的機率較高(博視專業驗眼中心，1994)」。

## 2.即棄型：

其中主要是分為:每月即棄型和兩星期即棄型以及每日即棄型，「分為每日、兩星期及每月即棄型三類。三類當中，皆有水凝膠(hydrogel)鏡及矽水凝膠(silicone hydrogel)鏡可選擇。加入矽這元素於水凝膠可大大提高透氧度之餘，又不影響鏡片的堅韌度。(博視專業驗眼中心，1994)」。

## 3.角膜變色片:

就大眾所知角膜變色片是從歐美開始發展出來的，因為歐美女性的瞳孔通常都是藍眼或碧眼，藉由想改變其顏色的想法而研究出的「角膜變色片」，且相較於整容外科手術的變眼行為，便宜又快速，因此迅速竄紅於市場。然而因為黑色框的材質屬於化學物質，若是使用不當，容易造成眼睛的刺激，也會帶來許多後遺症。(健康 e 世界，2010)。

## 4.瞳孔放大片:

「瞳孔放大片」在亞洲國家是很普遍的，為鏡片中央有圓弧面，戴上放大片後會使眼睛炯炯有神，瞳孔放大片的製作方式是將虹膜的位置染色，雖然外觀好看，但透氧率很低，容易使角膜缺氧、眼睛乾燥，或是容易產生角膜炎、結膜炎等疾病，最好是由專業驗光師檢驗過後再配戴(FG 討論區論壇，2005)。

## 三、隱形眼鏡對眼睛之影響

對於隱形眼鏡的使用者，不論是以方便性或是美觀性而使用它，都應該了解隱形眼鏡可能會對眼睛造成的傷害，以下是常見的情況：

### (一)隱形眼鏡易造成的傷害：

雖然隱形眼鏡帶來很多便利性，不過其中的傷害更是我們應該去一一了解的，易造成的併發症，其中包括「明顯的結膜充血、表層點狀角膜炎、表層或深層角膜新生血管形成、傳染性結膜炎及角膜潰傷、角膜實質層水腫及內皮改變」(丘子宏，2000:46)

### (二)了解隱形眼鏡的清潔與保養：

隱形眼鏡之保養都要有清潔及消毒的功能，能完整清潔鏡片上殘留的髒污而且能將鏡片有效的消毒之後再保存，而保養的步驟即是首先利用藥水或手指搓洗鏡片，再將鏡片加以消毒，以防止細菌、黴菌、微生物的殘留，然而大部分的清潔液都只能去除鏡片上的油脂、鈣質，而不能完全去除蛋白質的沉澱物，所以一定要定期清潔以及消毒鏡片，確實做好清洗蛋白質的沉澱物(賴欲源，2014)。

## 四、隱形眼鏡之注意事項

眼睛是靈魂之窗，注意周全才不會破壞了我們的視力，以下是配戴隱形眼鏡使用者需注意事項:

使用隱形眼鏡非常重要的一點就是時間的控管，依照建議的天數配戴才不會對眼睛造成太大的傷害，例如：每日拋鏡片不可變成兩日拋、每日配戴時間不可超過 10 到 12 小時。

而不管我們做好多少保養與清潔，隱形眼鏡依附在眼球上時，也是會沾上許多灰塵，當然就是指我們在日常生活中所接觸到的髒空氣，其中的細菌或粉末都會跑進隱形眼鏡的鏡片上，所以若是工作需要上妝容的工作者，建議使用每日拋鏡片。

最後也是最重要的關鍵，碰觸隱形眼鏡的鏡片時，一定要先清潔雙手，我們手上的細菌可是很恐怖的，無論是拔下或是戴上時，而清洗隱形眼鏡前也要記得將手洗乾淨(翁林仲、何一滔，2007)。

#### 五、隱形眼鏡使用藥水介紹

配戴隱形眼鏡的使用者，在清潔工作上都需要用到專用的藥水，目前市場上以全效保養液以及雙氧保養液占多數；以下是我們整理出來的市面上一般常見的使用藥水之介紹一覽表：

##### (一) 相關藥水與市售品牌：

表二：一般常見的使用藥水之介紹

	浸泡時間	功效	清潔方式
全效保養液	4 小時(隔夜)以上	清潔及保存	(生理食鹽水沖洗過後) 1.將鏡片放置手心 2.滴入保養液 3.用指頭輕輕或搓洗
雙氧保養液	8 小時以上	清潔及保存	(生理食鹽水沖洗過後) 1.將鏡片放置手心 2.滴入保養液 3.用指頭輕輕或搓洗
去蛋白片清洗液	1-2 小時	清潔蛋白沉澱物質	(生理食鹽水沖洗過後) 1.用其浸泡 1-2 小時 2.取出鏡片，再用保養液浸泡

(組員自行整理)

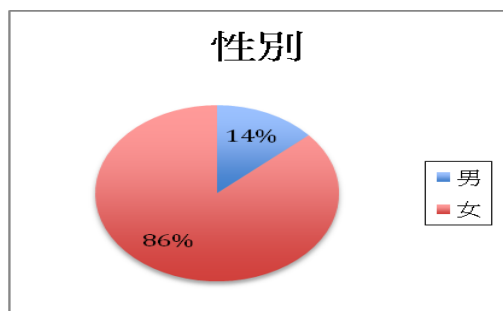
表三：其他特殊護理介紹

名稱	介紹
人工淚液	作為眼睛和鏡片之間的潤滑液，使透氣性差的隱形眼鏡或硬式隱形眼鏡產生親水性較佳的狀態。
生理食鹽水	不具殺菌、消毒作用；其是用來沖洗髒污。

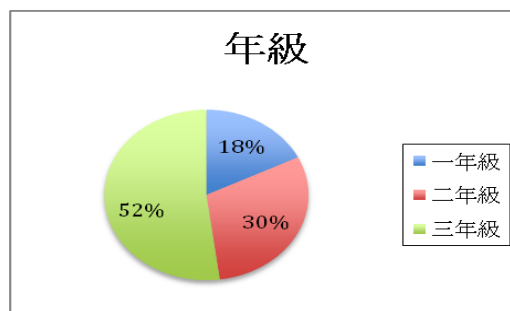
(組員自行整理)

## 六、研究結果與分析

### (一)基本資料

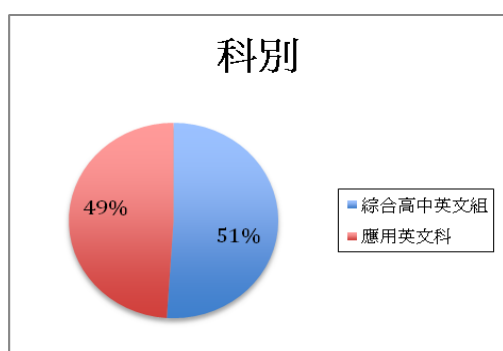


(圖-1)

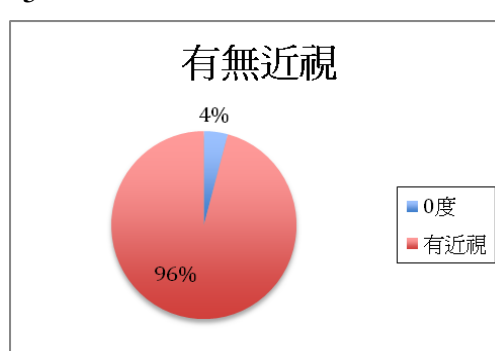


(圖-2)

5



(圖-3)



(圖-4)

經由圖表 1.2.3.4 顯示，配戴隱形眼鏡的使用者以女性為主，而使用者比例以三年級為主，其比例為 52%，科別有綜合高中英文組和應用英文組，其比例分為 51% 和 49%，而配戴隱形眼鏡有近視者占絕大多數，其比例為 96%，由此可知，而有近視者的平均度數，左眼為 405 度、右眼為 415 度。

### (二) 配戴隱形眼鏡的相關問題

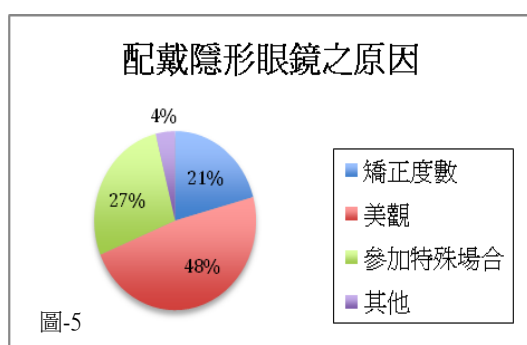
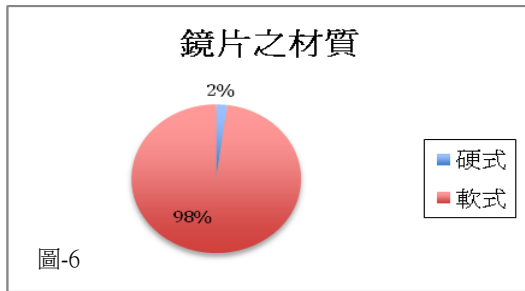
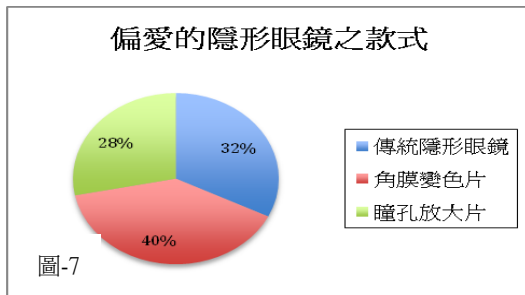


圖-5

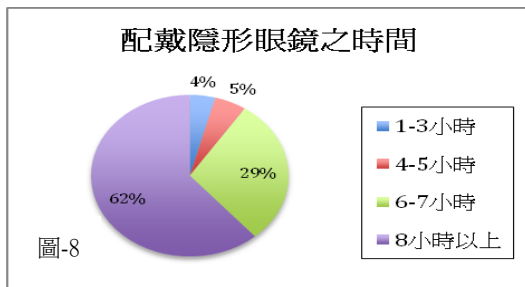
經由圖表顯示，配戴隱形眼鏡的原因，以美觀為主，其次為矯正度數，而其他只是為了自拍只佔 4%。(圖-5)



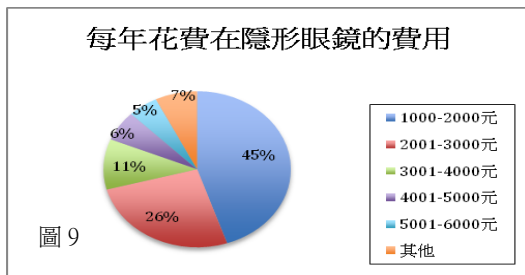
經由圖表顯示，軟式隱形眼鏡的使用者多於硬式的使用者，這是因為軟式的材質較為舒適，廣受使用者喜愛。(圖-6)



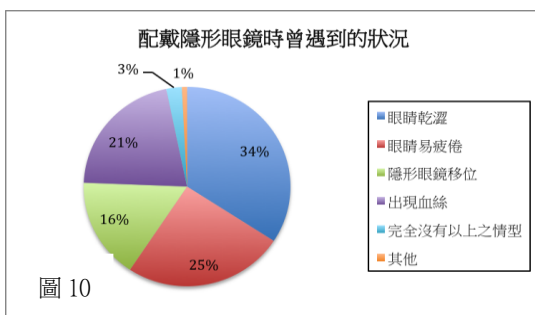
經由圖表顯示，傳統隱形眼鏡、角膜變色片、瞳孔放大片的比例很平均，不過依舊是角膜變色片較或高職生喜愛。(圖-7)



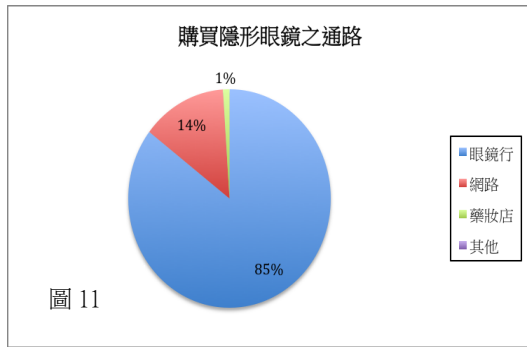
經由圖表顯示，配戴八小時以上的人最多佔 62%；其次配戴 6-7 小時者，佔 29%。(圖-7)



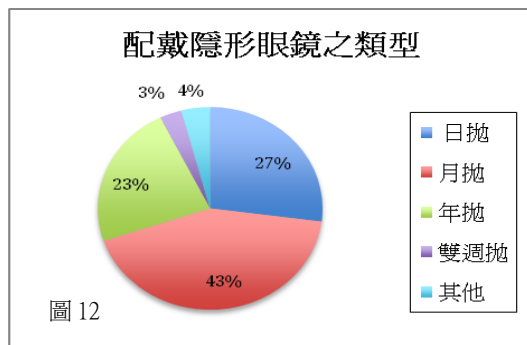
經由圖表顯示，高職生每年花費平均落在 1000-2000 元為主；其次為 2001-3000 元，佔 26%，而其他大約落在 500-999 元間，其比例為 7%。(圖-9)



經由圖表顯示，大部分的高職生配戴隱形眼鏡時都有眼睛乾澀的問題，其比例為 34%；第二為眼睛易疲倦其比例為 25%；其三為出現血絲 21%；而完全沒有以上情形為 3%；而只佔 1% 的其他為眼角容易產生分泌物和發炎。(圖-12)



經由圖表顯示，大部分的高職生都是在眼鏡行購買，其比例為 85%，其次為網路上購買，其比例為 14%，而要妝店的比例為 1%(圖-11)



經由圖表顯示，隱形眼鏡的類型有多種，其中以月拋型較受使用者歡迎，佔 43%；其次為日拋類型，佔 27%，而其它為季拋，佔 4%。(圖-10)

### 參●結論

在性別的部份，我們發現女性使用者多於男性使用者。我們也發現多數高中生；雖然已經配戴眼鏡，但他們比較傾向於配戴隱形眼鏡。

如果隱形眼鏡的含水量增加，人們會更願意去配戴。有些人不想配戴隱形眼鏡，是因為不想傷害到他們的眼睛，所以如果所有的問題得到改善，這將會有更多人選擇去配戴隱形眼鏡。

### 肆●引註資料

邱子宏(2000)。你的眼科朋友-眼睛小百科。台北市：宏欣出版社。

賴欲源(2014)。隱形眼鏡保養。台北市：宏欣出版社。

施永豐、賴永裕(2004)。隱形眼鏡保養:呵護你的隱形眼鏡。台北市：宏欣出版社。

財經知識庫。2014/10/09，取自

<http://www.moneydj.com/KMDJ/wiki/WikiViewer.aspx?Title=%E9%9A%B1%E5%BD%A2%E7%9C%BC%E9%8F%A1>



博視專業驗眼中心。2014/10/08，取自

[http://bestoptical.com.hk/about\\_cons.html](http://bestoptical.com.hk/about_cons.html)

健康 e 世界。2014/10/08，取自。

<http://paper.udn.com/udnpaper/POE0020/187744/web/>

聯合新聞網-健康醫藥。2014/10/08，取自

[http://mag.udn.com/mag/life/storypage.jsp?f\\_ART\\_ID=61205](http://mag.udn.com/mag/life/storypage.jsp?f_ART_ID=61205)