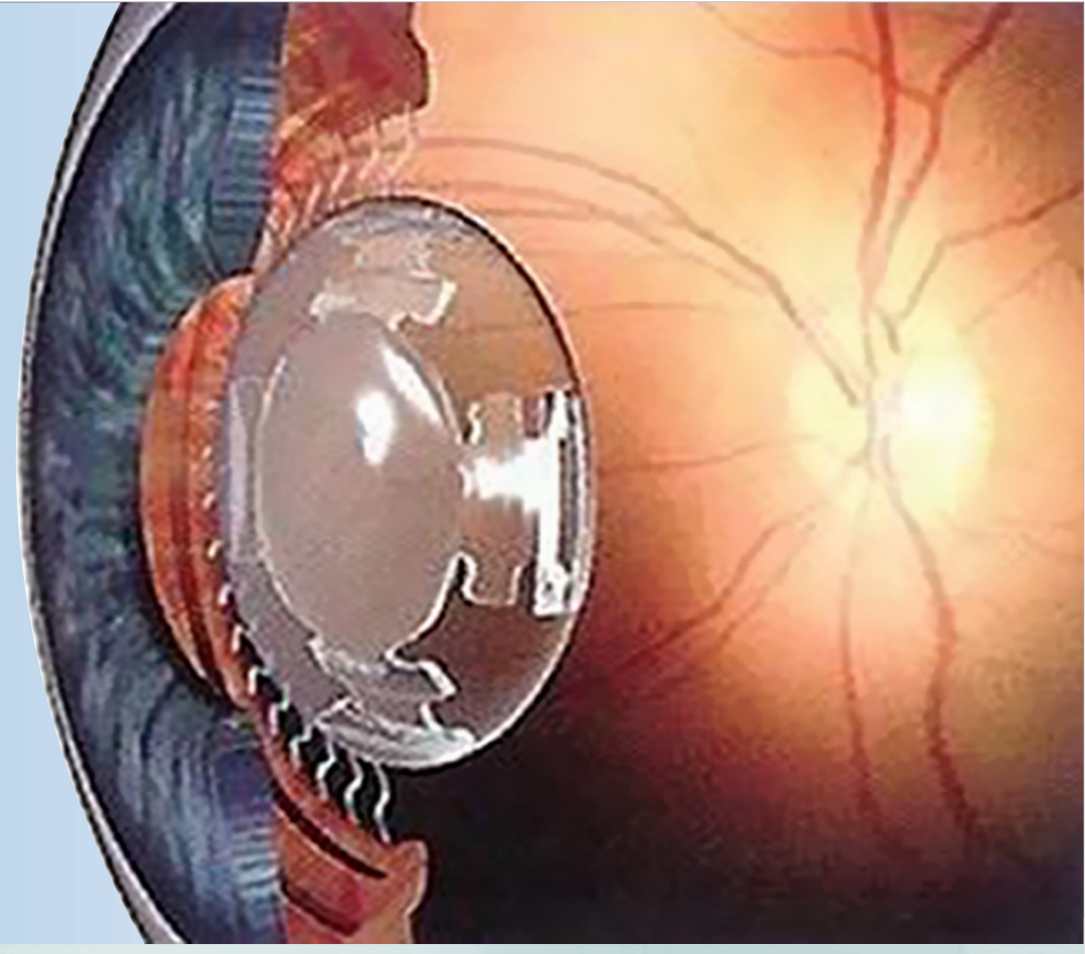
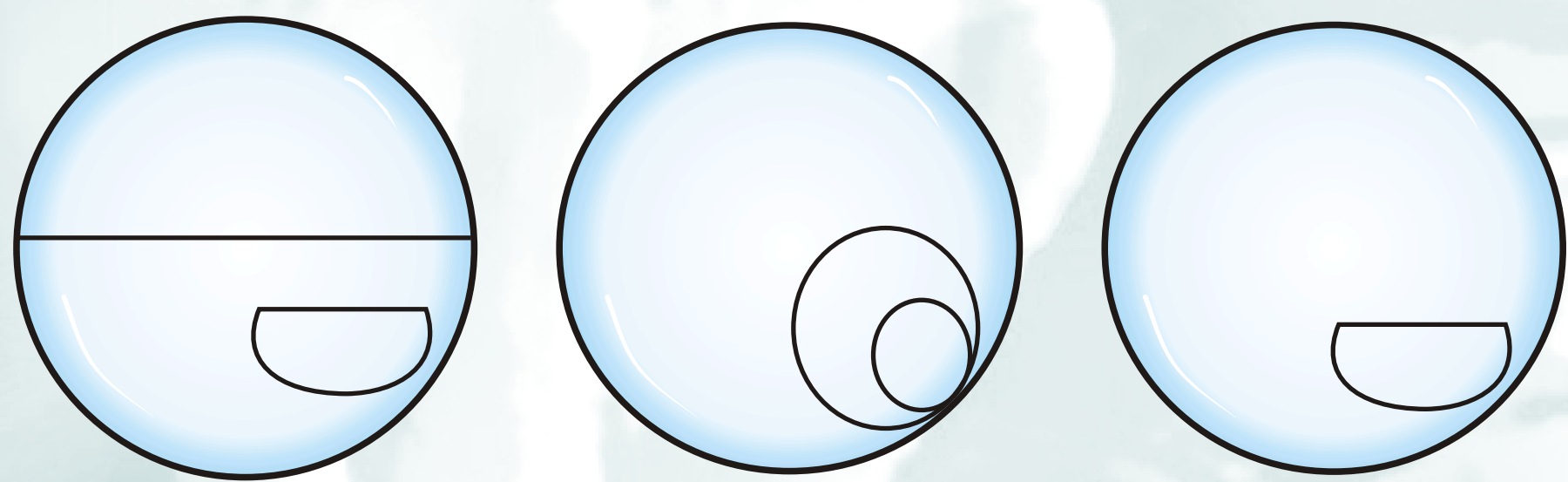


如何配戴老花眼鏡

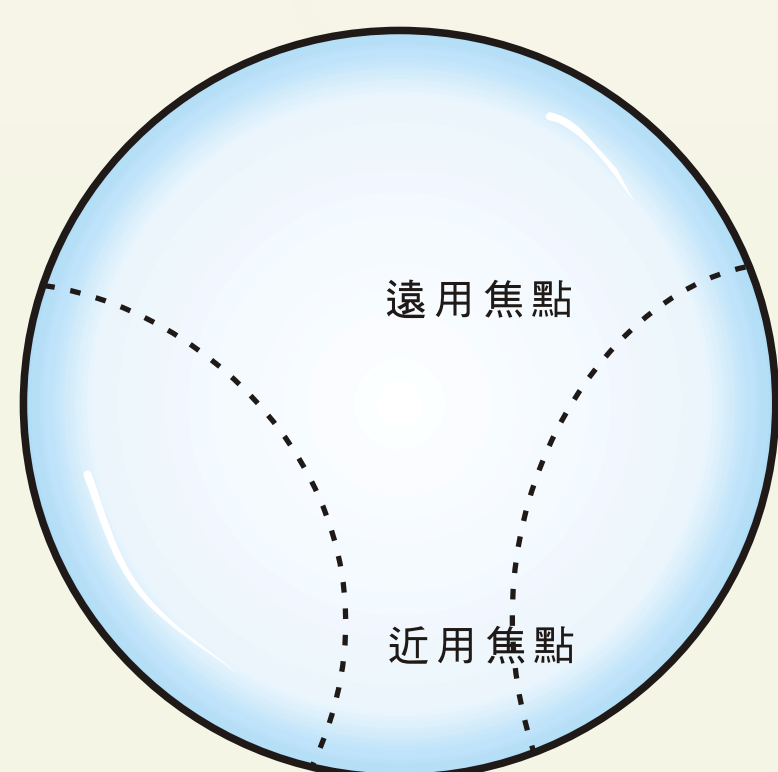


以眼鏡而言，目前老花鏡片有三種選擇：

1. 單光鏡片（傳統老花眼鏡）：只能單一距離，看遠看近要兩付眼鏡不方便。但在長時間(超過半小時)固定距離工作(如閱讀或使用電腦)時，可用的光學區較大，眼睛較舒服。
2. 變光(雙焦或三焦)鏡片：只能看到遠、近距離物件，從看遠到看近影像會有跳躍不自然感。鏡片有明顯的近用區，較不美觀。



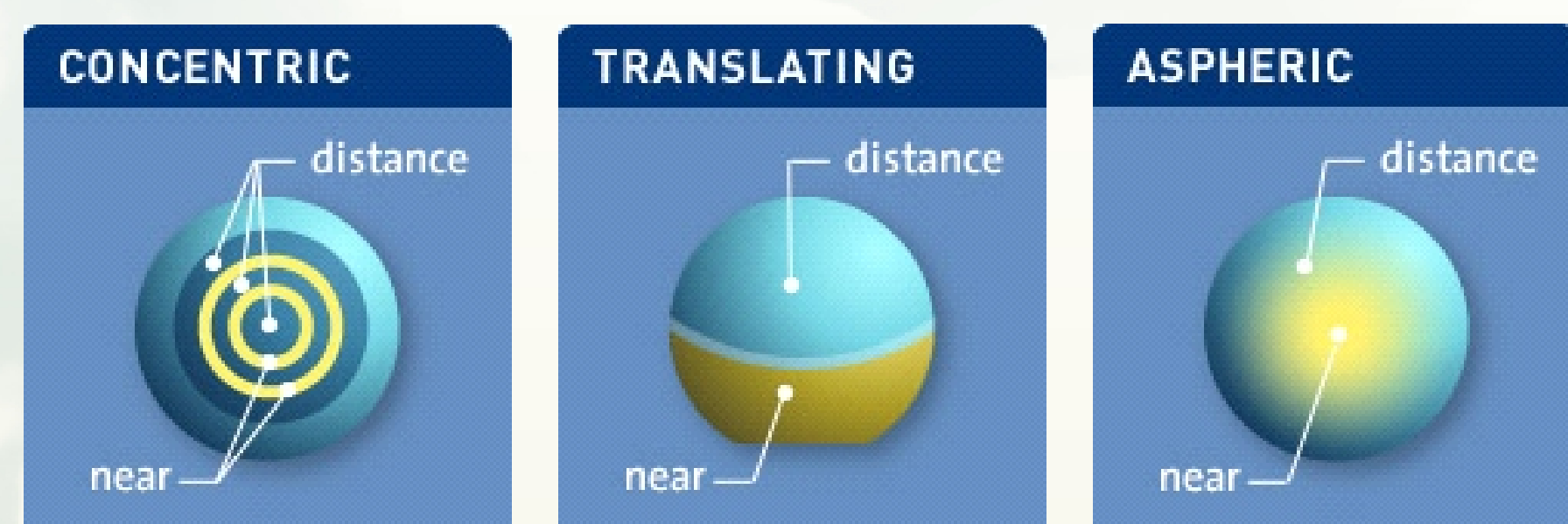
3. 多焦點(變焦)鏡片：能看清楚遠、中、近距離物件，鏡片外表與一般鏡片相同，價格較高。在遠用焦點和近用焦點中，度數連續變化，須學習移動眼位以尋求適當的焦點。兩側有高度散光的干擾區，不能斜眼視物，以免影像變形或頭暈。當老花眼度數超過200度時(約50歲以上)，散光的干擾區增大，中、近距離可用的光學區變小，較不適用。對於初期老花眼患者，且經常需要變化用眼距離者(如看黑板和抄寫)，滿意度高。因近用光學區較小且偏下方，不建議近距離工作者長時間使用。



以近視100度的人而言，四十歲左右，當配戴近視100度眼鏡時，其明視距離在眼前50公分到6公尺處，近處(33公分)閱讀會有老花症狀，需要100度老花鏡片(即不戴任何鏡片)。若他不戴眼鏡，其明視距離在眼前33公分到1公尺處，可輕鬆地近距離工作。到了60歲，當配戴近視100度眼鏡時，其明視距離在眼前2公尺到6公尺處，近處(33公分)閱讀會有老花症狀，需要250度老花鏡片(即150度凸透鏡片)。若他不戴眼鏡，其明視距離在眼前67公分到1公尺處，近處閱讀仍會有老花症狀。

對於習慣配戴隱形眼鏡者，有幾種方法供選擇：

1. 老花隱形眼鏡：和眼鏡相似，有雙焦和變焦多種設計，未必人人適合，可能會頭暈或眩光。下圖：數種老花設計。(www.allaboutvision.com/over40/multifocalcls.)



2. 單眼視覺：慣用眼配遠用度數，另一眼配近用度數，但立體感會受影響。
3. 眼鏡輔助：隱形眼鏡配戴多數工作場合使用的度數，不足時再用眼鏡矯正。如隱形眼鏡配足度數，近用再外加老花眼鏡。

