

新聞稿——即時發佈

傳媒聯絡：
Halo PR 翁家琪 (Dorothy Yung) 電話：9363 0084/ dorothy.yung@halo-pr.com.hk
鄧詠茵 (Michelle Tang) 電話：6779 1210/ michelle.tang@halo-pr.com.hk

2014年10月7日

理大眼科視光學院最新數據：需作醫療轉介長者中 80%稱「睇唔清」 「矇查查」跌倒風險高 75% 定期驗眼防眼疾更改善長者生活質素 六大眼科視光機構籲善用長者醫療券 年年驗眼

10月9日為世界視覺日，隨著人口老化，長者視力也成為社會應該關注的議題。根據醫管局的數字，2008年共有32,636名長者因跌倒入院，當中有28,636人出現骨折，198人因而死亡¹。視力問題影響長者活動時的判斷力，繼而跌倒，為長者跌倒的主要原因之一。不過，本港長者普遍以為年紀大視力變差屬正常現象，終日在「矇查查」的視野中生活；理大眼科視光學院最新的數據發現，驗眼後需作醫療轉介跟進的本港長者中，80%稱「睇唔清」。本港長者若出現視力問題，跌倒風險指數較視力正常長者高75%！

今年世界視覺日的主題，是「杜絕可避免的失明個案(No more Avoidable Blindness)」。為喚起大眾對長者視力的關注，香港的六大眼科視光機構：護眼基金、香港理工大學眼科視光學院、香港執業眼科視光師協會、香港眼科視光師學會、香港隱形眼鏡學會及香港角膜矯型學院聯合舉行「長者視力問題與跌倒關係」新聞發佈會。

長者對視力問題的 4 大誤解

香港眼科視光師學會會長黃偉雄眼科視光師在發佈會上表示：「世界上有視覺問題的人口中²，約有65%屬於50歲或以上，現時人口老化問題正在惡化，換句話說，世界各國面對的視覺問題風險將隨之增加。」雖然80%的個案，屬於可透過預防和治療避免，不過他指出，本港的長者普遍忽略視力問題，相信與他們存有不同誤解有關。長者對視力問題常見的4大誤解包括：

誤解1：人老了，眼矇好正常？

正解：雖然眼睛會隨著年紀而退化，但不等於長者要忍受模糊視野過活。其實大部份長者的視力問題，主要是屈光不正，可透過配戴適當眼鏡改善

誤解2：人老了，眼睛狀況已定下來，度數不會變？

正解：雖然屈光不正改變速度較小朋友慢，但不代表度數不會變；而且長者的老花度數會不斷加深

誤解3：隨便於街邊買老花眼鏡，看得到便可？

正解：若沒有驗眼，配戴不適合的眼鏡，容易令屈光不正的問題惡化。事實上，除了度數，註冊眼科視光師還會按照個人不同的眼睛狀況及需要，如眼距等驗配適合眼鏡；所以市面上出售的眼鏡，不可能適合全部人的狀況

誤解4：小朋友才需要驗眼，老人家不需要？

正解：驗眼除了驗度數，還會配合不同的檢查，以檢查眼睛健康。如果長者沒有定期驗眼，容易忽略潛藏眼疾，錯過及早治療的機會

¹ 香港中文大學新聞發佈，2010年9月11日，<http://www.cuhk.edu.hk/cpr/pressrelease/100911c.htm>

² World Sight Day, The International Agency for the Prevention of Blindness, <http://www.iapb.org/advocacy/world-sight-day>

黃偉雄眼科視光師補充，若長者長期視野模糊，對其生活造成重大影響，可能令長者容易跌倒，亦令長者不敢外出，同時會因為視力問題失去人生樂趣，如看電視等。

65 歲長者約 30%出現視覺問題

視覺問題(impaired vision)指視力低於應付日常生活基本需要³，65 歲長者中有 30% 出現視覺問題⁴。長者視覺問題與跌倒息息相關，香港理工大學眼科視光學院高級臨床導師伍孝仁眼科視光學博士解釋，若長者出現視覺問題，他們走動時，會因為眼睛傳遞不完整或不可靠的視覺資料，例如梯級邊沿的位置和高度，做出錯誤甚至危險的步伐，增加被障礙物絆倒的機會，另外，不可靠的視覺資料，會減低長者姿勢的穩定度，都會增加長者跌倒的風險。

最新本地數據：視覺問題令長者的跌倒風險大增 75%

香港理工大學眼科視光學院一項最新的本地研究，分析 435 名 60-95 歲長者，以視力、股四頭肌強度(quadriiceps strength)、本體感覺(proprioception)、手部反應時間(hand reaction)及平衡計算得出跌倒風險指數，指數愈高，跌倒機會愈大。結果發現，正常視力的長者跌倒風險指數為 1.65，而有視覺問題長者跌倒風險指數則上升至 2.89，顯示視覺問題令長者的跌倒風險大增 75%！

可治療的視覺問題之中，很多個案都是屈光不正。屈光不正令眼睛無法對外界物體清晰地聚焦，而導致視力模糊，嚴重的可引起視力損害。最常見的屈光不正有四種：近視、遠視、散光、老花。「可幸的是，有外國研究發現，約 80% 有視覺問題患者認為可透過配戴眼鏡、白內障手術改善跌倒問題⁵。此外，當長者視覺問題獲得改善後，跌倒風險也隨之減少 53%⁶。」伍孝仁眼科視光學博士說。

需轉介長者個案 80% 指自己「睇唔清」

要改善長者的視力問題，最重要是透過定期驗眼，了解長者眼睛的最新情況。「長者定期驗眼，不但可了解屈光不正問題有否惡化，驗配適當的眼鏡矯正視力外，註冊眼科視光師更會為長者眼睛健康把關，可於檢查時診斷出長者是否有潛藏的眼疾，以盡早治療及控制病情，避免惡化。」香港執業眼科視光師協會會長鄭偉澤眼科視光師表示。

不過，本港長者普遍忽視驗眼的重要性，他引述香港理工大學眼科視光學院 2014 年眼科視光學診所的數據發現，驗眼後需作醫療轉介的 60 歲以上長者個案中：

- 約 80% 表示自己「睇唔清」，當中包括影像模糊、重影、視野受阻等問題
- 39% 為首次驗眼，或已忘記上一次甚麼時候檢查；只計算 70 歲以上長者，比率更高達 52% 可見長者忽視驗眼的重要性，平日即使視力受影響也沒有處理。

用醫療券驗眼比率低 善用醫療券 年年驗眼保視力

鄭偉澤眼科視光師認為，部份長者可能因為綜合眼科視光檢查的費用而不願定期驗眼。其實政府的長者醫療券計劃，已涵蓋由註冊眼科視光師進行的綜合眼科視光檢查。不過於過去兩年，長者使用醫療券接受註冊眼科視光師服務的比率甚低，2013 年使用數目僅佔整體的 0.3%。

他相信不少長者不知道醫療券可用於綜合眼科視光檢查。建議政府加強宣傳，讓長者善用醫療券每年至少驗眼一次，守護長者的眼睛健康。

-完-

³ The Importance of Vision in Preventing Falls, The college of Optometrists, June 2011

⁴ John G. Buckley et al, Ophthalmic Interventions to Help Prevent Falls, Geriatrics and Aging. 2006;9(4):276,278-280.

⁵ John G. Buckley et al, Ophthalmic Interventions to Help Prevent Falls, Geriatrics and Aging. 2006;9(4):276,278-280.

⁶ Black(2005) Vision and Falls: Review