



隱形眼鏡最多只能戴10年?

相信很多人都曾經聽過隱形眼鏡最多只能戴十年的說法，其實大家不必過分擔心，戴隱形眼鏡並沒有所謂的限期。視乎配戴者本身的眼水分泌是否充足，如果分泌足夠的話，不論年紀多大都可以繼續配戴。不過，曾經因眼球缺氧而導致血管增生、有嚴重乾眼或眼敏感症狀的人，便應該減少戴隱形眼鏡的頻率，或選戴有框的眼鏡。

隱形眼鏡是否含水量愈高愈好？

選擇隱形眼鏡時，必須留意隱形眼鏡的保濕與透氧度。隱形眼鏡的含水量愈高並不等於保濕力愈強，因為大部份的隱形眼鏡只是將保濕因子添加在鏡片的保存液中，而保濕因子在配戴後1至2個小時便會逐漸流失。

含水量愈高的鏡片代表吸水力也愈強，當鏡片水份開始蒸發，鏡片就會吸取眼睛上的淚液來維持含水量，反而引致眼睛乾澀不適。

雖然現時的隱形眼鏡透氣度高，但再透氣的鏡片長期覆蓋在角膜上，也會令眼睛缺氧，令角膜出現水腫、血管增生，以及角膜底層內壁細胞減少，令影像變得模糊。

建議隱形眼鏡每天不要戴超過8-10個小時，而且每星期最好有1-2天戴有框眼鏡，給角膜足夠的休息。

在配戴期間如果有眼痛、眼紅，或流眼水就應該立即除下隱形眼鏡。如果情況未有改善，有機會是眼角膜有損傷，應該立即聯絡您的眼科醫生。

