



經常戴隱形眼鏡會引致血管增生

很多女仕們都喜歡戴隱形眼鏡，不過長時間配戴隱形眼鏡眼睛容易又乾又澀。如果選擇含水量較高的隱形眼鏡，透氧率是否越高呢？其實高含水量代表水份會蒸發得越快，若配戴者淚水不夠補充鏡片所需水分的情況下，鏡片就會因保水性不足導致出現異物感、眼乾、眼紅，透氧效果未如理想亦會出現角膜缺氧及血管增生等問題。

其實隱形眼鏡並非含水量越高越好，眼睛比較乾的人，反而適合含水量低的鏡片。高含水量的隱形眼鏡雖然感覺比較舒服，但其實鏡片為了保持高含水度，它也會從眼睛吸水。如果本身淚液分泌就不足的人，反而會越戴越乾，越不舒服。

我們的角膜並沒有血管，所以它必須直接從淚水或空氣吸取氧氣。所以角膜缺氧亦是配戴隱形眼鏡常見的問題，透氧度較低及太長時間配戴隱形眼鏡可引致角膜水腫及血管增生，建議每日不要配戴超過八小時。

血管增生大多數是長期配戴隱形眼鏡的反應，不過一般只要停戴隱形眼鏡一段時間後，角膜水腫及早期血管增生也會慢慢地減退。若果眼睛有任何不適，建議洽詢你的眼科專科醫生。

配戴隱形眼鏡常見的壞習慣：

- 配戴隱形眼鏡時間過長
- 重複使用即棄隱形眼鏡
- 眼睛不適仍然堅持配戴隱形眼鏡

