

親愛的_____家長您好：

近年來台灣的學童近視率高居世界第一。人體成長和近視度數加深有關，**近視度數到 18 歲才會穩定下來**。若任由度數發展，平均每年近視增加 75-100 度。

近視是疾病!只要近視**超過 500 度**則歸類為**高度近視**！根據眼科醫學會吳佩昌醫師表示，很多人誤以為戴眼鏡就是治療近視，但**眼鏡只是輔具**，幫助孩子看得清楚，如果沒有積極控制，度數一再加深，眼球組織被拉得越來越薄，就會產生各種眼睛的病變。

常見的併發症如下：

1.視網膜剝離

眼球就像氣球一般，近視度數越深，眼球壁漲大，視網膜被撐得越來越薄，導致裂孔，造成視網膜剝離，甚至失明。

2.黃斑部變性或出血

高度近視者，眼底之血液循環不良，會引起視網膜黃斑部退化或出血，隨著年齡增加而持續惡化。

3.青光眼

近視患者的眼壓比沒有近視的正常眼球高出許多，高度近視者更是青光眼之高危險群，須定期到眼科診所檢查眼壓。

4.白內障

以前的觀念認為白內障是屬於老年人的疾病，近來白內障有年輕化的現象，大多數年輕型的白內障都有一些共同的特點，一個就是高度近視，另一個特點就是近視度數快速增加。

近視的控制相當重要，**就醫治療可大幅減緩度數加深的速度**，現今有**藥物及光學治療方式**可控制近視，建議儘早就醫。

★ 國民健康署護眼 123 ★

- 1.每半年定期至眼科診所檢查視力 1 次，以保留視力存款。
- 2.未滿 2 歲避免看螢幕，2 歲以上每日不要超過 1 小時。
- 3.每日戶外 2-3 小時，用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。

~忠貞國小 健康中心 與您一同關心孩子的健康~

諮詢專線：4501450#213

高度近視關懷衛教回條

家長簽名：_____