

## 新聞稿 即日發布

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

2015年9月29日

# 推算十年後香港每年可能新增 14,000 人近視達 600 度 推算每年 444 人可能出現視網膜脫落 政府責無旁貸 本港五大視光機構促政府儘早制訂全面政策控制兒童近視

近年政府愈趨重視市民的眼睛健康，增撥資源在不同眼疾治療上。但預防勝於治療，政府預防眼疾的工作仍然十分不足。本港五大眼科視光機構：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及香港隱形眼鏡學會舉行聯合記者會，推算 10 年後每年可能新增 14,000 人近視達 600 度，日後患上不同眼疾的風險大增；五大眼科視光機構促請政府，儘快制訂全面的控制兒童近視政策，防止問題惡化。

10 月 8 日是世界視覺日，今年的主題是「全民的眼睛健康」。國際防盲協會(The International Agency for the Prevention of Blindness, IAPB)今年特別指出，要特別關注弱勢社群和有需要幫助人士的眼睛健康<sup>1</sup>。本港兒童近視問題愈趨嚴重，尤其需要關注。

## 61.5%的 12 歲港童患近視

本港學童的近視比率隨著年齡增長而上升，由學前兒童的 6.3%<sup>2</sup>，倍增至 6 歲的 18.3%<sup>3</sup>，至 12 歲時更攀升至 61.5%<sup>3</sup>，而 21-30 歲的成年人患近視的比率更高達 84.7%<sup>4</sup>。香港眼科視光師學會司庫吳耀輝博士指出：「本港為全球學童近視比率最高的地方之一，實在不容忽視，以 12 歲小童的近視比率 (61.5%)<sup>3</sup> 為例，遠高於澳洲的 42.7%<sup>5</sup> 和歐洲的 8.3%<sup>5</sup>。」

他分析，本港學童近視比率高的原因，相信與長時間使用近距離視力<sup>6</sup>，如寫字、閱讀、打電子遊戲機<sup>6</sup>、過多的課堂和補課<sup>7</sup>、少進行運動及戶外活動<sup>6</sup>有關。「有研究指出，每增加 1 小時戶外活動，近視

<sup>1</sup> World Sight Day, The International Agency for the Prevention of Blindness, <http://www.iapb.org/wsd15>

<sup>2</sup> CUHK, Early prevention of myopia reduces risk of blindness The Chinese University of Hong Kong Eye Centre launches Public Eye Health Education Series against Myopia press release, [http://www.cuhk.edu.hk/medint/ovs/dovs/Press/20131027/pes2013\\_pr\\_e.pdf](http://www.cuhk.edu.hk/medint/ovs/dovs/Press/20131027/pes2013_pr_e.pdf)

<sup>3</sup> Lam CS-Y, Lam C-H, Cheng SC-K & Chan LY-L. Prevalence of myopia among Hong Kong Chinese schoolchildren: changes over two decades. *Ophthalmic Physiol Opt* 2012, 32, 17-24. [http://www.researchgate.net/publication/51860914\\_Prevalence\\_of\\_myopia\\_among\\_Hong\\_Kong\\_Chinese\\_school\\_children\\_Changes\\_over\\_two\\_decades](http://www.researchgate.net/publication/51860914_Prevalence_of_myopia_among_Hong_Kong_Chinese_school_children_Changes_over_two_decades)

<sup>4</sup> Leung TW, Lam AK, Deng L, Kee CS. Characteristics of astigmatism as a function of age in a Hong Kong clinical population. *Optom Vis Sci*. 2012 Jul;89(7):984-92

<sup>5</sup> P J Foster and Y Jiang, Epidemiology of myopia, Cambridge Ophthalmological Symposium, *Eye* (2014) 28, 202-208; doi:10.1038/eye.2013.280; published online 10 January 2014, <http://www.nature.com/eye/journal/v28/n2/full/eye2013280a.html>

<sup>6</sup> Hong Kong Reference Framework for Preventive Care for Children in Primary Care Settings 2012, [http://www.pco.gov.hk/english/resource/files/ref\\_framework\\_children.pdf](http://www.pco.gov.hk/english/resource/files/ref_framework_children.pdf)

<sup>7</sup> Morgan IG, Rose KA, Myopia and international educational performance, *Ophthalmic Physiol Opt*. 2013 May;33(3):329-38, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23662964>

風險隨之減低至 0.87 倍<sup>8</sup>；另一項研究比較發現，小息期間逗留在戶外活動班級，新發現有近視比率(8.41%)較一般班級(17.65%)低超過一半<sup>9</sup>。然而，香港執業眼科視光師協會 2015 年訪問了 1,674 名小學生家長的調查顯示，本港學童除體育課外，每週平均僅 4 小時在戶外活動<sup>10</sup>。」吳耀輝博士說。

### **近視 600 度 增眼疾風險**

兒童近視問題嚴重，普遍以為戴眼鏡矯正視力就可以，沒有甚麼大不了；然而，兒童正值發育階段，近視容易加深，當演變成深近視，即 600 度或以上，長大後患上不同眼疾的風險大增<sup>5</sup>：

- 患上後囊性白內障(posterior subcapsular cataract)的風險為無近視人士的 7.8 倍<sup>11</sup>
- 患上青光眼的風險為無近視人士的 4.6 倍<sup>12</sup>
- 41%深近視的患者，會惡化成近視性黃斑病變(myopic maculopathy)<sup>11</sup>
- 近視深於 600 度或以上患者，視網膜脫落的發病率為 3.2%，較 474 度或以下的 0.015%，高出 212 倍<sup>13</sup>

「不少人以為深近視，日後接受激光矯視便可；事實上，深近視意味眼球拉長，激光矯視只可將角膜磨平，令影像正確落在視網膜上，因而不用再配戴眼鏡，但激光矯視無法將已拉長的眼球變回原狀，患嚴重眼疾的風險不能減少。不少與深近視有關的眼疾，嚴重的會致盲。」香港理工大學眼科視光學院助理教授林全博士補充。

### **推算十年後香港每年可能新增 14,000 人近視達 600 度 444 人視網膜脫落**

兒童患上深近視的風險不容忽視。要推算近視度數隨年加深至 18 歲的情況，可以根據以下兩條方程式<sup>14,15</sup>：

- 現時近視 50 度以上：現時近視度數+50 x (18 - 現時歲數)
- 現時近視<50 度：14 x (18 -現時歲數)

本港 7 歲兒童患有近視比率(近視達 50 度或以上)為 26.4%<sup>3</sup>，根據政府統計數字，於 2013 年本港 7 歲學童人口為 52,512 人<sup>16</sup>，按此推算十年後每年可能新增近 14,000 人近視達 600 度。換句話說，每年可能新增近 14,000 人處於患上不同眼疾的高風險之下！而當中 3.2%<sup>13</sup>很可能會出現視網膜脫落，即每年新增 444 人！而愈年輕患上近視，每年近視度數的增幅亦愈大，意味深近視及患上嚴重眼疾的數字可能更高。

---

<sup>8</sup> Sherwin JC et al, The association between time spent outdoors and myopia in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis, *Ophthalmology*. 2012 Oct;119(10):2141-51

<sup>9</sup> Pei-Chang Wu et al, Outdoor Activity during Class Recess Reduces Myopia Onset and Progression in School Children, *Ophthalmology* 2013;120:1080 –1085

<sup>10</sup> 「家長對學童眼睛防曬認知調查」新聞發佈會，香港執業眼科視光師協會，2015 年 7 月 21 日

<sup>11</sup> Gowri L Kanthan et al, Myopia and the long-term incidence of cataract and cataract surgery: the Blue Mountains Eye Study, *Clinical and Experimental Ophthalmology* 2014; 42: 347–353

<sup>12</sup> Chon B, Qiu M, Lin SC., Myopia and glaucoma in the South Korean population. *Invest OphthalmolVis Sci*. 2013;54:6570–6577

<sup>13</sup> Seo-Wei Leo, Terri L. Young, An evidence-based update on myopia and interventions to retard its progression, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3688263/>

<sup>14</sup> Lam CSY. Myopia and you. Booklets funded by Quality Education Fund (2009/0408) titled "Smart Practice for Healthy Vision for School Children Hong Kong", 2012

<sup>15</sup> Holden B, Sankaridurg P, Smith E, Aller T, Jong M, He M. Myopia, an underrated global challenge to vision: where the current data takes us on myopia control. *Eye (Lond)*. 2014 Feb;28(2):142-6.

<sup>16</sup> Hong Kong Annual Digest of Statistics 2014 Edition, General Statistics Section Census and Statistics Department, <http://www.statistics.gov.hk/pub/B10100032014AN14B0100.pdf>

## **父母有近視 子女 8 成機會近視**

香港執業眼科視光師協會會長及兼任副教授鄭偉澤眼科視光師表示：「更令人擔心的是，近視除影響患者，更會遺傳給下一代，理大最新研究顯示<sup>17</sup>，父母雙方均無近視，子女的近視風險為 49%；父/母其中一方有近視，子女的近視風險為 58%；如父母雙方都有近視，子女的近視風險更高達 78%！本港現時近視比率高，近視和不同眼疾的風險只會代代相傳，而且不斷惡化，政府實在有必要及早制定政策，解決已可預見的全民健康危機！」

他引述新加坡政府十分重視兒童近視問題，早於 2001 年推行國家預防近視計劃(The National Myopia Prevention Programme, NMPP)<sup>18</sup>，主力研究政策和推動防止兒童近視的工作，以及遏止兒童近視惡化。NMPP 主要透過教育和視力篩查改善問題，如幼稚園和小一學生，如果視力較差(6/12(代表約 100 度)或更差)，會被轉介至當局的兒童健康中心或視光診所(refraction clinics)<sup>18</sup>；其他措施包括主動接觸公眾和到學校教育兒童、家長和老師，鼓勵他們維持良好的護眼習慣。最近的數據顯示，新加坡的兒童(7-12 歲)近視比率由 2004 年的 38%，下跌 5%至 2009 年的 33%率，可見政策收效<sup>19</sup>。

## **促政府儘快制訂全面控制兒童近視政策**

本港兒童的近視問題實在刻不容緩，可惜仍未有全面的相關政策。現時，有關學童視力健康的措施只包括教育署給予學校的指引，如建議每 20 分鐘小休，遠望 20 呎最少 20 秒等，以及衛生署學生健康服務的基本視力測試。基本視力測試只屬視力篩查，更並非由眼科視光師進行，而整個衛生署只有 XX 名眼科視光師，即使視力篩查不合格，輪候眼科視光師跟進可能需時 9 個月。本港學童的近視比率仍不斷攀升，反映現時的措施未能有效控制兒童近視問題。

同時，對於視力問題，政府向來只著重於治療，忽略從預防及近視控制著手的重要性。要長遠有效處理兒童近視問題，應由「治本」出發，將資源投放於控制兒童近視，成本效益遠高於治療、「頭痛醫頭、腳痛醫腳」的處理。

有見及此，五大眼科視光機構建議政府儘快成立跨部門（包括教育局、食物及衛生局、環境局、民政事務局等）防止兒童近視委員會，專責制定政策推動控制兒童近視的工作，同時從不同層面著手：

### **學校層面**

- 向學校發出指引：
  - 增加學童戶外活動時間
  - 鼓勵學童在小息或午膳時間做戶外活動
  - 每逢轉堂，由老師提醒學生要向遠距離張望
- 加強對校長、老師的教育工作
- 提供護眼教學工具給老師

### **社區層面**

- 推動大型公眾教育活動
- 要求私營補習中心、幼兒中心等，有適當的護眼措施和指引，避免學童長時間用短距離視力

---

<sup>17</sup> Carly Lam (PI). Smart practice for healthy vision for school children, the Quality Education Fund (QEF) HK\$1,752,600 (PI), December 2010-2012

<sup>18</sup> National Myopia Prevention Programme, Health Promotion Board, <http://www.hpb.gov.sg/HOPPortal/programmes-article/2580>

<sup>19</sup> Sunday Times, 'Fewer Short-Sighted Kids Here' 13 Nov 2011,, [http://www.shec.com.sg/about/newsroom/news-articles/Pages/13November2011\\_TheSundayTimes\\_Pg1.aspx](http://www.shec.com.sg/about/newsroom/news-articles/Pages/13November2011_TheSundayTimes_Pg1.aspx)

## 專業層面

- 為全港學生定期提供綜合眼科視光檢查，首階段應先涵蓋所有小一學童
- 為近視風險特別高的學童提供支援：
  - 轉介至控制近視的視光診所接受控制近視療程
  - 資助有需要學童接受控制近視療程

## 家長層面

- 增加子女戶外活動時間
- 定期帶子女接受綜合眼科視光檢查
- 如有需要，儘早到視光診所接受控制近視療程

眼科視光師接受專業訓練獲得註冊資格，並受《輔助醫療業條例》監管，致力守護學童視力健康。透過綜合眼科視光檢查，及早發現兒童的屈光不正問題，配以適合的眼鏡或近視控制療程，改善兒童近視問題。「近年本港兒童的近視問題不斷惡化，加上他們使用電子產品的時間增多，相信未來兒童近視問題只會愈趨嚴重。多年來，只憑民間力量透過教育宣傳，難以遏止兒童近視問題的升勢，問題已經迫在眉睫，政府必需要儘早制定全面的控制兒童近視政策，改善兒童近視問題，避免眼疾帶來的醫療負擔拖垮未來的公共醫療系統。」鄭偉澤眼科視光師說。

完