



专家访谈

如何选择镜片



专家简介

刘爱琴，主任医师，1991年毕业于河南医科大学临床医学系，本科、学士学位，周口市医疗事故鉴定专家库成员，周口市医学会眼科专业委员会常务委员。发表论文20多篇，获周口市科学技术进步贰等奖3项。专业特长：斜弱视的诊断和治疗。

镜片是一次性产品，一旦加工制作完成，无法修改，为避免可以预防的损失，应当在定配时慎重考虑、正确选择。

选择镜片主要是根据自己的工作、生活的需要和眼镜的使用环境，选择眼镜应当具备的性能，除了眼镜的矫正视力、使用距离、和眼镜度数外，还应该考虑不同镜片的不同性能特点。

1. 镜架的大小

镜架太小，很多有害光线如紫外线等没有通过镜片直接进入眼睛。现在白内障患者越来越多，主要就是大气层当中的臭氧层破坏严重，紫外线过多地进入眼睛所致。

2. 镜片的颜色

对视力、颜色和距离的视觉要求高并且具有稳定的工作的，如学生、汽车司机、外科医生、美术工作者等应当选择无色透明的镜片。如果汽车司机戴上颜色较重的镜片，就会对距离变化不敏感，对距离判断不准确，容易发生事故。

3. 镜片的形状

选择的镜架后决定镜片的形状。

4. 镜片的透光率

具有多层次反射膜的光学镜片、无色光学镜片和非球面超薄的光学眼镜片的透光率比较好。镜片的厚度与镜片屈光度大小有关，与镜片折射率有关，与镜架的大小形状有关，与瞳距大小和移光心量有关，与散光轴

位有关，与镜片性质(凹凸)有关。

5. 镜片的硬度

玻璃镜片比树脂镜片硬度高，比较耐磨。

6. 镜片的强度

树脂镜片比玻璃镜片强度高，耐冲击不易碎。

7. 镜片的特殊功能

如防紫外线，防电磁辐射，防红外线，耐高温，耐油，耐酸碱，防色散，防变形(超薄非球面镜片)，防强光等功能。如电、气焊用镜片，电脑用镜片，水下用镜片，钓鱼用镜片是不同的。能达到最佳视力的镜片当中，应采用最低屈光度的镜片，否则会导致调节过度而引起视疲劳。

对初次配镜者如完全矫正有明显不良反应，则可由2/3的屈光度开始配镜，3个月后随着不良反应的减轻逐渐达到满意矫正。有时递增度数到完全矫正可达3次之多，每次提高一般在-3.00D以内，这是因为睫状肌恢复正常调节需要有一个适应过程。

对曾戴过高度近视镜的患者，也有可能提高1次屈光度就能达到满意的矫正视力。

实际上，对老年人只要能满足日常生活需要，配镜度数可适当低些，这样既可远用又可近用。例如60岁顾客为-12.00DS，实配-9.00DS，远视力矫正到0.8，近视力正常，无不良反应即可。

对于学生应力争完全矫正。高度近视，特别是-12.00D以上的近视常有合并症，如晶状体及玻璃体混浊、眼底变性等。为了探知有无合并症及其轻重，笔者尝试完全矫正，看最好的矫正视力是多少，如达到视力≥1.0，可初步认为无合并症或有轻度合并症。

当很难判断矫正视力能否再提高时，取小孔镜置于矫正镜片前，如视力仍无提高，就判断矫正视力到此为止。这样做，有利于加速选择适宜的屈光度镜片。

高度近视配镜注意：

高度近视者首先应该配戴一副合适的眼镜，而且必须经常戴，以避免近视度数加深。高度近视不宜进行长期阅读。

配镜时应低度矫正，争取视力有所提高而又能保持舒适为宜，无须一味追求最好的矫正视力。高度近视眼配戴角膜接触镜(即隐形眼镜)矫正视力比普通眼镜好，而且可以减少普通眼镜的三棱镜效应、视野受限等不适。

高度近视眼的另一特点是病程进行，发育期进展明显，成人后仍不停止。这主要由遗传因素决定，但后天的视觉环境、工作性质、生活习惯、全身健康、营养状况也起一定作用，所以，应比其他人更加注意视觉卫生，增强体质，防止维生素A、钙的缺乏及营养不良的发生。不宜做精细费眼的工作，且近距离阅读、书写时间不宜过长。长时间做近距离阅读、书写或做精细工作，眼内外肌肉需要不断地调节，这样不仅使眼球壁受到压迫，使眼球更长，近视程度加重，还可以使黄斑部脉络膜小血管受到牵拉而引起破裂，造成黄斑出血，使视力下降。还要避免参加重体力劳动和剧烈运动，避免眼外伤，否则易造成玻璃体混浊、视网膜脱离。高度近视眼伴有一系列眼部退行性病变，并易发生严重并发症，危害视力。高度近视眼球变长，后部巩膜薄弱，视网膜、脉络膜萎缩，玻璃体变性。在外力作用下或玻璃体牵引下，变性的视网膜易形成裂孔，进而发展成视网膜脱离，所以，高度近视眼应特别注意避免头部剧烈震荡和撞击，减少视网膜脱离的可能，一旦发生闪光感觉等先兆，要及时检查。此外，黄斑区变性也严重危及中心视力。高度近视眼若发生视网膜出血、青光眼、白内障等情况，均应及时检查与处理。

配老花眼镜不能随心所欲



核心提示：近视眼配眼镜一定要先验光谁都知道，可不少老人在配老花镜时，却经常“忘”了这个问题，只凭感觉买，结果往往适得其反。眼科医师为广大老年消费者提供了选购和配置老视镜时要注意的事项。

日前，住在七一路的赵老太因眼睛花得严重，来到市内某眼镜店配了一副老花镜，然而戴了一个多星期后，赵老太觉得眼睛变得越来越花了。没办法，赵老太在儿女的陪同下来到眼科医院检查才知道，原来她配眼镜前没有验光。

据医生介绍，老花眼是一种生理现象，是年龄增长导致玻璃体逐渐纤维硬化、弹性减退造成的，一般都出现在老人身上，主要表现是近距离视物不清楚，必须戴眼镜才能恢复正常视觉。而很多老人左右眼花眼的程度不一样，所以普通市场买的花镜很难符合要求，必须经过科学验光后配出的眼镜才合适。可是，由于许多老人缺乏相关知识，买花镜前不验光，所以买回的眼镜不但没给自己带来方便，反而增加眼睛负担，严重的还会出现头晕、恶心等现象。还有一些老人，戴上别人的老花镜后觉得合适、清晰，便也买一副相同的，这也是不可取的。

老视镜是为了满足眼睛老人群的近视需要配装的眼镜。质检总局提醒广大老年消费者在选购和配置老视镜时要注意以下问题：

一、配镜注意事项：

1. 首先应选择正规、信誉较好的眼镜店去配制老视镜，眼镜质量和服务有一定保障。

2. 在配镜前，应先验光，不可盲目购买。购买现成的老视镜也应知道自己近视处方参数，并在专业人士的指导下购买。

3. 眼镜制作完成或选购后，校配人员会根据脸型进行校配。一般来说，如果参数合适，戴上新眼镜时，会感到非常清晰。

4. 如发现产品有质量问题，应及时与商店取得联系。

二、选择眼镜镜片

一般而言，眼镜镜片可分为两大类，即玻璃镜片和光学树脂镜片。玻璃镜片包括光学玻璃镜片及高折射率镜片(即通常所称的超薄片)，其硬度高、耐磨性能好，一般其质量及各项参数不会随时间而改变，但是玻璃镜片的抗冲击性及重量方面要略逊于树脂镜片。

树脂镜片一般要比玻璃镜片轻得多，且抗冲击性能优于玻璃镜片，但其表面硬度较低，比较容易被擦伤。树脂镜片及镀膜镜片由于其特性较软，所以平时应注意不要让镜面直接接触硬物，擦洗时最好先用清水(或掺合少量洗洁精)清洗，然后用专用试布或优质棉纸吸干眼镜片上的水滴。此外，在环境条件较差的地方应慎用镀膜镜片，以免沾上污物难以清洗。

三、选择眼镜架

在选择眼镜架时，除了以价格、美观为标准以外，特别要注意所选眼镜架尺寸与本人瞳距尽量匹配，因为其直接影响到所配眼镜的内在光学质量和配戴舒适性。对眼镜架质量的识别主要可考虑以下几条：

1. 弹性好的镜架一般质量较好。

2. 镀层光滑亮泽的镜架质量较好。

3. 制作材料光滑、小而均匀的镜架质量较好。

4. 各部分装配紧密者为好。

5. 镜圈尺寸、形状必须完全一样，鼻梁对称。

医讯

周口市眼科医院引进国际最先进的美国博士伦准分子激光治疗机及多种智能化眼部检查设备，开展最先进的个性化设计的多种准分子激光手术，依托眼病专科技术优势，由具有16年数万例准分子激光治疗近视成功经验的国内一流屈光手术专家及其技术团队全程医疗保障。治疗近视到周口市眼科医院是您明智而正确的选择。地址：周口市八一路南段新建路眼科医院四楼 电话：8393967(节假日照常上班)



《心灵视窗》协办单位：周口市眼科医院

新农合定点医院

城市医保定点医院

国家卫生部健康快车白内障治疗中心

中国中医科学院眼科医院协作医院

眼病健康热线：8399747