

ACUVUE® 隱形眼鏡 配戴者使用指南

每日拋棄型 • 定期更換日戴型 • 連續配戴型



- 1-DAY ACUVUE® TruEye® (narafilecon A)**
1-DAY ACUVUE® MOIST, 1-DAY ACUVUE® MOIST for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® MOIST MULTIFOCAL (etafilecon A)
具備可見著色及防紫外光功能
每日拋棄型鏡片
只供單次使用
- 1-DAY ACUVUE® DEFINE® with LACREON® (etafilecon A)**
具備可見及 / 或美瞳性質著色及防紫外光功能
每日拋棄型鏡片
只供單次使用
- ACUVUE OASYS® with HydraLuxe™, ACUVUE OASYS® with HydraLuxe™ for ASTIGMATISM (senofilcon A)**
具備可見著色及防紫外光功能
每日拋棄型鏡片
只供單次使用
- ACUVUE® OASYS with Transitions™ (senofilcon A)**
具備防紫外光功能及光致變色添加劑
定期更換日戴型鏡片
- ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR PLUS, ACUVUE OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR PLUS (senofilcon A)**
具備可見著色及防紫外光功能
定期更換日戴型及連續配戴型鏡片
- ACUVUE® VITA™ (senofilcon C)**
ACUVUE® 2 (etafilecon A)
具備可見著色及防紫外光功能
定期更換日戴型鏡片

www.acuvue.com.hk

標誌

定義



請參閱使用小冊子



生產地



生產日期



有效日期



產品批次編號



以蒸氣或高溫消毒



僅限單次使用



鏡片正面（正確）



鏡片反面（錯誤）



品質認證符號



已繳付廢物處理費



包裝有破損請勿使用



歐盟授權代表



注意：美國聯邦法例規定本產品須由已領有牌照的執業者銷售或根據其指示銷售



防紫外光功能

1-Month 每月拋棄式



儲存遠離陽光直射處

DIA 直徑

BC 基本弧度

D 鏡片度數

CYL 散光度數

AXIS 軸心

MAX ADD 附加度數

LOW 低附加度數

MID 中附加度數

HIGH 高附加度數



A Accent Style

N Natural Shine

V Vivid Style

RB Radiant Bright

RC Radiant Charm

RH Radiant Chic

RS Radiant Sweet

FB Fresh Blue

FZ Fresh Grayzel

FG Fresh Green

FH Fresh Hazel

FY Fresh Honey

FR Fresh Rose

產品標貼或包裝盒上可能印有以上標誌。



目 錄

標誌定義	P. 2
引言	P. 6
配戴限制和指示	P. 7
何時請勿配戴 (禁忌症)	P. 10
警告	P. 11
注意事項	P. 13
不良反應 (因鏡片配戴可能造成的問題)	P. 14
鏡片操作和戴上	P. 15
鏡片的配戴	P. 19
卸除鏡片	P. 20
鏡片護理	P. 20
緊急情況	P. 22
老花 (單眼視) 患者指引	P. 22



引言

為保障眼睛健康，必須按照眼科視光師的建議配戴隱形眼鏡，而您的眼科視光師亦須清楚知悉有關您眼睛的醫療紀錄。您的眼科視光師將因應個別需要，為您度身設計一套全面的矯視方法，並需為您簡介所有鏡片的處理程序，包括如何簡單而安全地打開包裝、如何正確地戴上和除下鏡片。本指南將可為您重申這些指引。

如有疑問，請務必向您的眼科視光師查詢。



配戴限制和指示

1-DAY ACUVUE® TruEye®, 1-DAY ACUVUE® MOIST 及 ACUVUE OASYS® with HydraLuxe™ 為每日拋棄式單次使用的日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 1.00D 或以下的散光人士。



1-DAY ACUVUE® MOIST for ASTIGMATISM 為每日拋棄式單次使用的日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾情況下患有近視或遠視及 10.00D 或以下的散光人士。

1-DAY ACUVUE® MOIST MULTIFOCAL 為每日拋棄式單次使用的日戴型矯正看遠和看近視力鏡片，適合沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視）並且有 4.00D 或以下的附加度數（老花度數），或 0.75D 或以下的散光人士。



1-DAY ACUVUE® DEFINE® with LACREON® 為每日拋棄式單次使用的日戴型矯正視力鏡片，可改變眼睛外觀顏色的美瞳效果，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 1.00D 或以下的散光人士。



ACUVUE® OASYS® with HydraLuxe™ for ASTIGMATISM 為每日拋棄式單次使用的日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），且 0.50D 至 3.00D 以下的散光人士。

ACUVUE® 2 為日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 1.00D 或以下的散光人士。此隱形眼鏡可根據眼科視光師的建議以日戴模式配戴 14 天。



ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR PLUS 為定期更換日戴型及連續配戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 1.00D 或以下的散光人士。此隱形眼鏡可根據眼科視光師的建議以日戴模式配戴 14 天（兩星期）或於 7 天 6 夜之內以連續模式配戴。建議您先接受日戴模式的評估，如果配戴成功，有需要時可按照眼科視光師的建議，逐漸轉為連續配戴模式。

ACUVUE® OASYS® for Astigmatism with HYDRACLEAR PLUS 為定期更換日戴型及連續配戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 10.00D 或以下的散光人士。此隱形眼鏡可根據眼科視光師的建議以日戴模式配戴 14 天（兩星期）或於 7 天 6 夜之內以連續模式配戴。建議您先接受日戴模式的評估，如果配戴成功，有需要時可按照眼科視光師的建議，逐漸轉為連續配戴模式。

ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® Plus 及 ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR PLUS

也可在以下急性及慢性眼部問題下作治療用途的保護性鏡片：



- ▶ 給予眼瞼及角膜異樣作保護，例如眼內翻、倒睫、瞼皮疤痕、覆發性角膜糜爛等。本產品亦可用作保護剛縫線或眼部結構錯誤、退化及麻痺等問題，避免角膜直接暴露於空氣或重覆受刺激。
- ▶ 提供紓緩角膜痛楚的作用，例如大泡性角膜病變、角膜表皮糜爛及磨損、絲狀角膜炎及角膜移植手術後的眼睛情況。
- ▶ 可為角膜癒合過程作阻隔作用，例如慢性表皮缺損、角膜潰瘍、營養性角膜炎、神經麻痺性角膜炎及化學燙傷。
- ▶ 可作眼部手術後的保護，如：矯視手術後、板層角膜移植片、角膜瓣及其他眼部手術情況。
- ▶ 可用於驗配軟硬組合式鏡片，在不規則角膜及附近的表面上作穩定及保護用途，以便驗配硬性透氧角膜接觸鏡。另外亦可避免在眼球縫合或疤痕組織凸起的地方受刺激或磨損。

若有以上列出的眼部症狀和患有需要角膜繃帶鏡片的疾病，您將會得到此處方的隱形眼鏡，以緩解不適並提供保護性繃帶的作用。您的眼





科視光師會告訴您是否有這種情況，並依據您個人情況處方額外的藥物或更換時間表。未和您的眼科視光師諮詢前，請勿使用隱形眼鏡或眼科藥物自行治療任何疾病。

ACUVUE® OASYS with Transitions™ 為日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），且 1.00D 以下的散光人士。此隱形眼鏡可根據眼科視光師的建議，以日戴模式配戴 14 天（兩星期）。


本鏡片含有自動調節吸收可見光的光致變色添加劑，適用於減緩強光。

ACUVUE® VITA™ 為日戴型矯正視力鏡片，適合在沒有眼疾的情況下患有屈光不正（包括近視或遠視），或 1.00D 或以下的散光人士。本鏡片為經常性 / 需定期有計畫更換日戴型每月拋棄式的鏡片。

本鏡片有幫助防止有害的紫外線透過角膜進入眼睛。

警告：抗紫外線的隱形眼鏡不可用以替代抗紫外線的眼部護具（例如抗紫外線的護目鏡或太陽眼鏡），因為隱形眼鏡無法完全遮蓋眼睛及其周圍區域。您應該依照指示繼續配戴抗紫外線的眼部護具。

注意：長期暴露於紫外線輻射是導致白內障的危險因素之一。「暴露」與許多因素相關，例如環境狀況（海拔高度、地勢、雲層遮蓋）和個人因素（戶外活動的程度和種類）。抗紫外線的隱形眼鏡提供對抗有害紫外線的保護，然而，尚未有臨床實驗證實配戴抗紫外線的隱形眼鏡可以降低罹患白內障或其它眼睛疾病的危險。請向您的眼科視光師詢問更進一步的資訊。



您的眼科視光師將會決定您的鏡片配戴週期 (每天可以配戴多久) 和您的更換頻率 (多久需要丟棄您的鏡片並更換一副新的)。

您的眼科視光師可能會為您驗配單次使用型鏡片或需清潔、消毒及定期更換的定期更換型鏡片。

如果驗配為拋棄式，鏡片移除後請丟棄，無需清潔或消毒鏡片。您的眼科視光師將會確定您的配戴時間表 (每天應該配戴鏡片的時間) 和更換時間表 (當您應該丟棄鏡片並使用新鏡片)。如果驗配為定期更換型鏡片時，須以化學消毒程序來清潔及消毒鏡片。

除了驗配為連續配戴型，否則睡覺時不應配戴鏡片。

何時請勿配戴 (禁忌症)

某些健康狀況不適合配戴隱形眼鏡。您應該提醒您的眼科專業人士以下列出的任何一種情況。只有您的眼科專業人士才能確定您是否適合配戴隱形眼鏡。

(保護性或治療型鏡片除外):

如出現下列任何一種情況，切勿配戴隱形眼鏡：

- ▶ 眼睛或眼瞼的發炎或感染。
- ▶ 任何影響角膜、結膜、或眼瞼的疾病、損傷、或異常。
- ▶ 嚴重乾眼症。
- ▶ 角膜敏感度下降。
- ▶ 可能影響眼睛、或因配戴隱形眼鏡而惡化的全身性疾病。
- ▶ 可能因配戴隱形眼鏡或使用隱形眼鏡藥水而引起或惡化的眼睛表面或其附屬器官過敏反應。
- ▶ 過敏反應所造成的眼部刺激可能因使用隱形眼鏡藥水 (如隱形眼鏡潤濕液) 而引起，因其含有造成過敏反應的化學成分或防腐劑 (如汞，硫柳汞等)。
- ▶ 任何眼睛急性感染。
- ▶ 如果眼睛紅或刺痛。



警告

配戴隱形眼鏡您所需要知道的事

眼部疾病 (包括角膜潰瘍)，可能迅速惡化並導致視力喪失

- ▶ 眼部不適
- ▶ 眼淚過多
- ▶ 視力改變
- ▶ 視力喪失
- ▶ 眼睛發紅
- ▶ 其他眼睛問題

應立即取下鏡片，並及時聯繫眼科專業人員。

- ▶ 作為日戴型隱形眼鏡時，配戴者應該被告知不可配戴隱形眼鏡過夜。有臨床研究指出，配戴隱形眼鏡過夜將會增加嚴重不良反應的風險¹。
- ▶ 有研究指出，配戴隱形眼鏡者中，吸煙者比不吸煙者發生不良反應的機會較高。
- ▶ 隱形眼鏡或鏡片保養產品的問題可能對眼睛造成嚴重傷害。
- ▶ 正確的使用和保養隱形眼鏡及鏡片保養產品 (包含鏡片盒) 才能確保安全無虞。
- ▶ 只要仔細遵守鏡片的保養指示 (包括清洗鏡片盒)，造成嚴重眼部問題的機率將可降低。

1 New England Journal of Medicine, September 21, 1989; 321 (12), pp. 773-783

特別的使用說明和警告：

▶ 有關水上活動

使用說明

配戴隱形眼鏡時，切勿讓鏡片暴露於水中。

警告：水會攜帶微生物，導致嚴重的感染，視力下降，甚至失明。當參與水中運動或在游泳池，熱水浴缸，湖泊或海洋中游泳而鏡片會被浸沒在水中時，配戴者應依指示丟棄鏡片，之後再更換一副新的鏡片。請詢問眼科視光師有關涉及水的任何活動時，配戴隱形眼鏡的注意事項。



有關定期更換行鏡片額外的特殊使用說明和規定

▶ 浸泡和儲存鏡片

使用說明

每次浸泡儲存鏡片僅可使用新鮮的多功能隱形眼鏡消毒藥水。

警告：不可重複使用或在原本鏡片盒的舊藥水中再添加藥水，因為重複使用隱形眼鏡藥水將降低鏡片消毒的有效性，並可能導致嚴重感染，視力下降，甚至失明。

“再添加藥水”指的是原本在鏡片盒中已有藥水再加入新的新鮮藥水。

▶ 多功能隱形眼鏡消毒藥水丟棄日期

使用說明

- 丟棄任何超過使用期限的剩餘多功能隱形眼鏡消毒藥水。
- 丟棄日期是指超過開瓶後病人可以放心地使用隱形眼鏡保養液的時間。它和藥水的有效期限是不一樣的日期，藥水的有效期限是指產品未開封前仍然有效的最後日期。

警告：使用超出丟棄日期的多功能藥水可能導致藥水受污染，並可能導致嚴重感染、視力喪失或失明。

- 避免污染，請勿觸摸藥水瓶口的任何表面。使用後，關緊瓶蓋。
- 避免污染藥水，不可更換藥水至其他的瓶子或容器。

▶ 揉搓和沖洗時間

使用說明

患者應根據多功能隱形眼鏡藥水上標示的揉搓和沖洗時間，揉搓和沖洗鏡片使鏡片充分消毒。

警告：

- 依據建議的時間揉搓和沖洗清潔鏡片可以幫助防止嚴重的眼睛感染。
- 切勿使用水，生理食鹽水溶液，或人工保濕淚液消毒鏡片。這些溶液無法消毒鏡片。不使用建議的消毒藥水消毒可能導致嚴重感染，視力喪失，或失明。



► 隱形眼鏡鏡片盒護理

使用說明

- 使用新鮮，無菌消毒藥水進行輕輕沖洗清潔隱形眼鏡鏡片盒。千萬不要使用水。清潔之後應以新鮮，無菌消毒藥水進行沖洗（禁止用水）並建議用乾淨的紙巾擦乾鏡片盒。在沒有任何額外的清洗前絕不使用自然風乾或馬上蓋回鏡片盒蓋子。如果使用自然風乾，應確保無殘留的藥水在鏡片盒中。
- 根據眼科專業人員的建議或是隱形眼鏡鏡片盒上製造商的標籤說明，定期更換鏡片盒。
- 隱形眼鏡鏡片盒可以是細菌生長的來源。


警告：不可使用水或任何未滅菌的藥水儲存鏡片或沖洗隱形眼鏡鏡片盒。僅有新鮮的多功能藥水，可用以防止鏡片或鏡片盒的污染。使用未滅菌的藥水可能會導致嚴重感染，視力喪失，或失明。

注意事項

為了您的眼睛健康，請仔細閱讀本手冊中的鏡片操作，戴上，取下和配戴說明並依據您的眼科視光師指示說明使用（請參閱“鏡片操作和戴上”，“鏡片配戴”和“鏡片護理”部分）。

一般注意事項

- 如果您配戴隱形眼鏡以單視覺矯正法矯正老花度數，在看近和看遠上可能無法達到最佳的矯正視力。視力要求因人而異，因此您的眼科視光師應該會為您選擇最合適的隱形眼鏡。
- 眼部使用任何藥物前，務必先與眼科視光師聯繫。
- 有些藥物（例如抗組織胺劑、鼻塞藥、利尿劑、肌肉鬆弛劑、鎮定劑、動暈症藥物）可能引起眼睛乾澀、增加對鏡片的感覺、或使視力模糊，若出現這些狀況，應接受適當的治療。視嚴重度之不同，可能須使用軟式隱形眼鏡專用淚液或在服藥期間暫停配戴隱形眼鏡。
- 服用口服避孕藥的隱形眼鏡配戴者可能會有視力上的改變或對鏡片耐受度的改變。
- 未經諮詢眼科視光師，請勿更換鏡片類型（例如品牌名稱等）或鏡片參數（例如直徑，基弧，鏡片度數等）。
- 不建議僅在一隻眼睛上配戴 ACUVUE® OASYS with Transitions™ 的鏡片，因為這可能會對準確判斷物體深度和運動能力造成干擾。也可能造成外觀美感的問題。

- 
- ▶ 請勿使用 ACUVUE® OASYS with Transitions™ 鏡片來阻隔人造光源，如太陽燈，雷射光等。
 - ▶ 無論是否配戴 ACUVUE® OASYS with Transitions™ 鏡片，切勿直視太陽或日食。
 - ▶ 請注意目前尚無證據支持對於 50 歲及以上可能患有晶狀體混濁的患者配戴 ACUVUE® OASYS with Transitions™ 之安全駕駛的表現。
 - ▶ 若您無法戴隱形眼鏡，或在不建議戴隱形眼鏡的情況下，請務必備有一副符合現在處方的眼鏡。
 - ▶ 正如任何一種隱形眼鏡，持續定期的接受眼科視光師檢查以確保眼睛健康。

誰應該知道您有配戴隱形眼鏡

- ▶ 將配戴隱形眼鏡之事告知您的醫師（健康照護人士）。
- ▶ 務必將配戴隱形眼鏡之事告知僱主。有些工作可能需要使用眼睛防護設備或可能規定不得配戴隱形眼鏡。

不良反應 (因鏡片配戴可能造成的問題)

可能發生的問題

請注意以下問題可能在配戴隱形眼鏡時發生，可能 / 可能不會伴隨以下症狀：

- ▶ 感到眼睛灼熱、刺痛、癢和 / 或眼睛乾
- ▶ 比初戴上鏡片時略感不適
- ▶ 感到眼睛有異物（異物、發癢）
- ▶ 可能眼睛周圍水腫或發炎
- ▶ 眼睛紅
- ▶ 眼瞼問題
- ▶ 淚水過多、和 / 或有不尋常的眼睛分泌物
- ▶ 視力不佳
- ▶ 視力模糊
- ▶ 物體四周現虹彩或光環
- ▶ 畏光

若出現以上任一項症狀，皆可能出現嚴重眼睛問題，應立即尋求專業診察並立即治療，以避免眼睛嚴重損傷。



了解問題和做法

每天應至少進行一次簡單的三步驟自我檢查。應自問：

- ▶ 鏡片在眼睛上的感覺如何？
- ▶ 眼睛看起來如何？
- ▶ 視力是否持續保持在良好狀態？

若感到任何不適，應立即取下鏡片。若不適情形或問題停止，應立即丟棄鏡片並另取新的鏡片戴上。

對於定期更換型的鏡片，如果鏡片未損壞，請使用建議的軟性隱形眼鏡護理液清潔並沖洗鏡片，然後重新配戴鏡片。如果重新配戴鏡片後，問題仍然存在，請丟棄此鏡片並更換全新的鏡片。

換上新的鏡片後，若不適感繼續，應立即取下鏡片並與眼科視光師聯繫。

鏡片於保護 / 治療用途期間，由於原始疾病或損傷或可能由於配戴隱形眼鏡的影響而發生不良反應。當使用治療用途的軟性隱形眼鏡於治療已損傷的眼睛時，現有的疾病或症狀可能會變得更糟。為避免嚴重的眼部損傷，如果配戴鏡片時出現症狀加遽，應立即聯繫眼科專業人士。

鏡片操作和戴上

為了您的眼睛健康，請仔細閱讀本手冊中的操作，戴上，取下和配戴說明並依照您的眼科視光師規定說明使用。如果您不會或不能遵循建議的護理程序，則不應嘗試配戴隱形眼鏡。

當您第一次拿到鏡片時，在離開眼科視光師的辦公室之前，請確保您能夠戴上鏡片並將其取下（或讓其他人可以為您取下鏡片）。

步驟 1: 配戴前準備

學會及使用潔淨衛生的方法來處理和護理新鏡片是非常重要的。

潔淨是正確護理隱形眼鏡的首要條件，尤其是在處理鏡片前，您的雙手必須徹底清潔，擦乾，同時沒有任何肥皂，乳液或乳霜。

開始之前：



- ▶ 接觸鏡片前，務必以溫和的肥皂來仔細清潔雙手，徹底沖洗，並以無毛屑的毛巾抹乾。
若手指或手未完全洗淨切勿接觸鏡片，以免對鏡片造成極小的刮痕，從而造成視覺扭曲、甚或傷害眼睛。
- ▶ 接觸鏡片前，避免使用含有冷霜、潤膚液或油性化妝品的肥皂，因為這些物質可能接觸到鏡片，並影響能否成功配戴。最好在化妝前戴上隱形眼鏡。

步驟 2: 打開包裝

使用前請務必確認產品外包裝和最小包裝上的鏡片規格標示（例如：直徑 (DIA)、基弧 (BC)、鏡片度數 (D) 等）和您的處方相符。如果您的處方不一致，請勿使用。

多包裝

每個多包裝中包含獨立包裝的鏡片。每個鏡片都以含有磷酸鹽緩衝生理鹽水（內含 povidone 或 methyl ether cellulose）的個別塑膠包裝以鋁箔密封（請參考外盒包裝標示）。此包裝是特別設計用以確保鏡片在打開包裝前是無菌的。

未開封的 ACUVUE® OASYS with Transitions™ 鏡片請務必儲存於遠離陽光直射處。

鏡片包裝

無菌包裝若被打開或有破損，請勿使用。

打開單一鏡片包裝時，需要遵照以下簡單步驟：

1. 檢查鏡片是否浮於包裝內的溶液中。
2. 撕去密封鋁箔片，然後取出鏡片。先在桌面上放穩鏡片包裝，便可避免溶液突然濺出。
3. 將手指放在鏡片上，並將鏡片向上滑到鏡片包裝盒的碗側，直至其脫離容器。

切勿使用鑷子或其他工具將鏡片從容器中取出。

取出鏡片時，鏡片偶爾會黏住鋁箔片或膠質包裝，但這並不影響鏡片無菌的特點，仍可放心使用。只須小心取出鏡片，並按照處理指示檢查鏡片即可。





鏡片處理

- 用指尖處理鏡片，並小心避免接觸指甲。保持指甲短而光滑是有幫助的。
- 養成從同一邊鏡片開始配戴的習慣，避免混淆。
- 從包裝中取出鏡片後，檢查鏡片是否濕潤、潔淨、清晰、沒有凹痕和撕裂。如果鏡片出現損毀，切勿使用。

步驟 3: 將鏡片放到眼睛上

切記，始終從同一隻眼睛開始。

打開鏡片包裝後，取出並檢查鏡片，遵照以下步驟將鏡片置於眼睛內：

1. 依據下面步驟檢視確認鏡片無反轉

- 將鏡片置於食指尖，檢視側面以確定鏡片有否反轉；鏡片應自然地呈現彎曲的碗形。若鏡片邊緣外翻，即表示鏡片反轉了。另一種方法是用拇指和食指輕擠鏡片，邊緣應向中心，但若邊緣輕度往外翻，即表示鏡片反轉了。

或

- 將鏡片置於食指尖，檢視鏡片並找出 1-2-3 標記。看見 1-2-3 標記，即表示鏡片方向正確，若 1-2-3 數字反轉了，則表示鏡片方向不正確，需把鏡片弄回正確方向。請注意在 1•DAY ACUVUE® MOIST for ASTIGMATISM, 1•DAY ACUVUE® DEFINE® with LACREON®, ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR PLUS for ASTIGMATISM, and ACUVUE OASYS® with HydraLuxe for ASTIGMATISM 產品上不會有 1-2-3 標記。

2. 將鏡片放在食指上，用另一隻手拉開上眼瞼，以避免眨眼
3. 用放鏡片手的其他手指拉開下眼瞼
4. 眼睛看天花板並輕輕的將鏡片從下方放進眼睛
5. 慢慢的放開眼瞼並閉上眼睛一會
6. 眨眼數次以協助鏡片定位
7. 尚有其他配戴方法。如您對以上配戴方法感到困難，您的眼科視光師會為您提供其他方法。

步驟 4: 檢查您的鏡片

成功戴上鏡片後，應問自己：

- 我看得清楚嗎？
- 鏡片置於眼睛上的感覺如何？
- 我的眼睛看起來如何？



如配戴鏡片後感到視力模糊，請檢查下列情況：

- 鏡片並非在眼睛的中心（詳見步驟 5「鏡片中心定位」章節）
- 如鏡片的確是在中心，脫下鏡片（詳見「卸除鏡片」章節），並檢查下列情況：
 - 如鏡片沾有化妝品或油脂，應丟棄鏡片，並戴上全新鏡片。對於需定期更換的鏡片，請使用建議的軟式隱形眼鏡護理液進行清潔和沖洗，如果沾附於鏡片上的化妝品或油已清除，請重新配戴鏡片。如果您的視力仍然模糊，請丟棄鏡片並配戴新的鏡片。
 - 錯戴左、右眼鏡片。
 - 鏡片反轉了（感覺不及正常配戴鏡片時舒適）。詳見步驟 3: 將鏡片放到眼睛上

如您檢查過上述各種情況後，視力仍然模糊的話，應脫下鏡片，並諮詢您的眼科視光師。

注意：如果鏡片在戴上時有顯著的不舒服或是配戴一段時間後，舒適度明顯比最初配戴時低，應立刻取下鏡片，並聯絡您的眼科視光師。如果您檢視您的眼睛和鏡片有任何其他問題，請立即取下您的鏡片並聯絡您的眼科視光師。

步驟 5: 鏡片中心定位

配戴隱形眼鏡時，在角膜上的鏡片很少會移至眼白部份。然而，不正確的配戴和卸除程序可能會引致這種情況。要鏡片在中心定位，便須遵照以下步驟：

- 閉上眼睛，並隔著眼瞼輕輕按摩，讓鏡片移至中央位置。
或
- 張開眼睛時，以手指於上下眼瞼的邊緣加壓，輕輕把偏離中心的鏡移至角膜上。





鏡片的配戴

當配戴隱形眼鏡時，請注意以下重要的注意事項

美瞳鏡片和視覺症狀

- 由於美瞳鏡片的透光率較低，您配戴時可能會出現視覺症狀 (在您的視野週邊看當鏡片的花色) 。

危險的狀況

- 配戴鏡片時如需使用噴霧產品 (例如髮膠) ，閉上眼睛直到噴霧定下為止。
- 配戴鏡片時要避開一切有害或刺激性的蒸氣和煙霧。
- 切勿用水龍頭的水沖洗鏡片。

水上活動

- 配戴隱形眼鏡時，切勿讓鏡片暴露於水中。

潤滑 / 鏡片濕潤液

- 您的眼科視光師可能會建議您使用潤滑 / 鏡片濕潤液。當您配戴鏡片時，這些濕潤液可以潤濕 (潤滑) 您的鏡片。
- 切勿以口水或任何其他建議的潤滑或濕潤液以外的其它東西潤濕鏡片。請勿將鏡片放入嘴內。

共用鏡片

- 切勿讓別人配戴您的鏡片。鏡片是為矯正個人眼睛度數所驗配的，共用鏡片大大提高眼睛感染的機會。

遵守處方的配戴時間和更換鏡片時程

- 切勿配戴鏡片超過眼科視光師建議的時間
- 請務必依照您的眼科視光師建議丟棄已經磨損的鏡片



卸除鏡片

注意：卸除鏡片前，應先確認鏡片是否在角膜上。可以透過遮蓋其中一隻眼睛來確定鏡片是否仍在眼中。如果視力模糊，即表示鏡片可能在眼白部分或根本不在眼睛上。為了確定鏡片的位置，望著鏡子，拉開上眼瞼並向下望來檢查眼睛的上部區域，然後拉開下眼瞼來檢查眼睛的下部區域。

永遠先從同一隻眼睛開始卸除鏡片。

1. 徹底清洗、沖淨和抹乾雙手，請按照眼科視光師建議的方法卸除鏡片。以下是一種方法的示例：

擠捏法：

步驟 1: 向上看，用食指將鏡片移至眼睛的下部區域。

步驟 2: 以拇指和食指輕輕捏起鏡片。

步驟 3: 取出鏡片。

2. 依照下一個步驟的指示”鏡片護理”。

注意：為了您的眼睛健康，鏡片能在您的眼睛上自由移動是非常重要的。若鏡片黏在眼睛上（不會移動），應依指示在眼睛上滴幾滴專用的潤濕液，等到鏡片開始能在眼睛上自由移動了再取下。若幾分鐘後鏡片持續不會移動，應立即與眼科視光師聯繫。

鏡片護理

適用每日拋棄型鏡片

請緊記，使用每日拋棄型隱形眼鏡時毋須清潔和消毒。在取下鏡片後，請務必丟棄舊鏡片，並更換新鏡片或配戴有框眼鏡。

適用於定期更換日戴型鏡片

當您第一次拿到鏡片時，您的眼科視光師會提供您建議的清潔和消毒方法。

不遵循建議的程序可能會導致嚴重的眼睛問題，如“警告”一節中所述。





定期更換日戴型鏡片護理說明

開始之前：

- 接觸鏡片前務必清洗、沖淨並抹乾雙手。
- 確保以下物品已準備好
 - 應使用眼科視光師建議的新鮮清潔消毒護理藥水或多功能護理液。

切勿使用僅適用於傳統硬性隱形眼鏡的藥水

- 乾淨的鏡片盒

使用雙氧水眼鏡護理系統時，只能使用配備雙氧水護理系統的鏡片盒。這個鏡片盒是專門設計用於中和溶液的。不使用專門的鏡片盒會導致嚴重的刺痛，灼傷和眼睛受傷。僅遵循有關雙氧水眼鏡護理系統標籤的建議。用雙氧水眼鏡護理系統消毒後，鏡片應用無菌鹽水沖洗。

步驟 1: 清潔和消毒 (化學 - 非高溫)

1. 每次總是清潔消毒從同一隻眼睛開始，避免混淆。
2. 按照清潔消毒藥水標籤上的指引或眼科視光師建議的程序來進行消毒。

請勿以高溫加熱消毒溶液或是鏡片

注意：使用化學消毒的鏡片可能吸收消毒液中造成刺激眼睛的成分。在配戴鏡片前，用新鮮的無菌生理鹽水（或其他推薦的溶液）徹底沖洗，應能減少刺激的可能性。

3. 應根據多功能隱形眼鏡藥水上標示的揉搓和沖洗時間，揉搓和沖洗鏡片使鏡片充分消毒。

警告：

- 依據建議的時間揉搓和沖洗清潔鏡片可以幫助防止嚴重的眼睛感染。
- 切勿使用水，生理食鹽水溶液，或人工保濕淚液消毒鏡片。這些溶液無法消毒鏡片。不使用建議的消毒藥水消毒可能導致嚴重感染，視力喪失，或失明。



4. 將鏡片放入正確的鏡片盒中儲存

步驟 2: 儲存

- ACUVUE® OASYS with Transitions™ 鏡片請務必儲存於鏡片盒子內並遠離陽光直射。
- 要儲存鏡片前，請先進行消毒，直到準備配戴前，將鏡片存放在關閉 / 未打開的鏡片盒中。
不戴鏡片時，請務必將使用建議的消毒藥水完全覆蓋鏡片。長時間的乾燥將使鏡片難以再次濕潤。如果鏡片變乾，請將其丟棄並更換新的鏡片。
- 如果您在消毒後不立即配戴鏡片，應向眼科視光師諮詢有關儲存鏡片的資訊。
- 使用新鮮，無菌消毒藥水進行輕輕沖洗清潔隱形眼鏡鏡片盒。千萬不要使用水。清潔之後應以新鮮，無菌消毒藥水進行沖洗（禁止用水）並建議用乾淨的紙巾擦乾鏡片盒。在沒有任何額外的清洗前絕不使用自然風乾或馬上蓋回鏡片盒蓋子。如果使用自然風乾，應確保無殘留的藥水在鏡片盒中。
- 根據眼科專業人員的建議或是隱形眼鏡鏡片盒上製造商的標籤說明，定期更換鏡片盒。
- 隱形眼鏡鏡片盒可以是細菌生長的來源。

警告：不可使用水或任何未滅菌的藥水儲存鏡片或沖洗隱形眼鏡鏡片盒。僅有新鮮的多功能藥水，可用以防止鏡片或鏡片盒的污染。使用未滅菌的藥水可能會導致嚴重感染，視力喪失，或失明。

緊急情況

若有任何化學品（家用品、園藝溶劑、實驗室化學品等）噴灑到眼睛上，應立即以自來水沖洗眼睛並立即與眼科視光師聯繫或至醫院急診室就診，切勿延誤。

老花 (單眼視) 患者指引

有關老花和視力矯正

- 老花是因眼睛的天然晶狀體失去彈性的狀態。這通常伴隨著老化而發生，因為晶狀體失去了一些改變不同距離焦點的能力（失去近距離閱讀視力）。



- 單眼視是一種使用隱形眼鏡矯正老花的方法，其中一隻眼睛針對遠距離視力進行矯正，另一隻眼睛針對近距離視力進行矯正。
- 多焦點鏡片為同一鏡片能提供遠距離和近距離的視力矯正，來矯正老花狀況。

習慣單眼視或多焦點矯正（適應）

- 您應當明白使用任何類型的鏡片來矯正視力，對患有老花的隱形眼鏡配戴者均有其好處和不足之處。以 ACUVUE® 隱形眼鏡來矯正單眼視，在正前方和向上注視的情況下，其優點是有助令近距離視力清晰，但同時會可能降低視覺立體感。有些配戴者會對此感到難以適應，並在長達數星期的適應期間出現輕微視力模糊和視力不穩定等徵狀。這些徵狀持續愈久，成功適應的機會將愈低。
- 在初始適應期間，您應避免視覺要求苛刻的情況。建議您首先在熟悉的視覺要求的情況下佩戴這些隱形眼鏡。例如，在鏡片佩戴的最初幾天，作為乘客而不是汽車司機可能更好。此外，如果您通過此校正通過駕駛執照要求，建議您僅使用單視野或多焦校正進行駕駛。
- 為適應老花眼鏡片的矯正，請務必遵循眼科視光師的建議。在適應期間和配戴之後，若您有任何疑問，應主動和您的眼科視光師討論。

額外的矯正需求

- 一些單眼視矯正患者將會需要在戴隱形眼鏡外，再配戴眼鏡，以便為執行關鍵事務時提供最清晰的視力。您應該與您的眼科視光師討論此事。
- 有些患者在昏暗環境下（例如夜間駕駛）將永遠無法有完整舒適的視力。如果發生這種情況，您可能需要與您的眼科視光師討論是否需要額外處方隱形眼鏡，以便雙眼需要看遠距離時，雙眼都能得到視力矯正。
- 如果您需要長時間工作中需要近距離非常清晰的視力，您可能需要使用額外的隱形眼鏡處方，這樣當雙眼需要清晰的近距離視力時，雙眼都能得到視力矯正。

經過仔細的考量及和您討論您的需求後，眼科視光師將會提供最適合您的單眼視或多焦點視力矯正鏡片。

配戴及覆診時間表

建議配戴時間表

日	配戴時間 (小時)	日	配戴時間 (小時)
1		8	
2		9	
3		10	
4		11	
5		12	
6		13	
7		14	

預約覆檢時間表

您的預約覆檢日期： _____

在覆檢前最少配戴鏡片的時間 (小時)： _____

配戴者 / 眼科視光師資訊

下次預約覆診時間

日期： _____

專業眼科視光師： _____

地址： _____

電話： _____

重要：如您配戴鏡片時遇上任何困難或不明白的指示時，切勿等到下次覆診時才求助，應立即致電您的眼科視光師。