



了解視力 2017/10/16

## 甚麼是視力障礙？

不是只有老年人才會有視力問題，本文將探討哪些工具能幫助視力障礙者，為他們帶來方便愉快的生活

許多人都配戴眼鏡或隱形眼鏡，也正是因為這些視力輔助工具讓我們能再度享有清晰視力。但是如果只靠眼鏡還是不足夠呢？任何人都可能在某些時候因為視力障礙而感到苦惱，不過視力障礙在老年人身上尤其普遍。本文將探討引致視力障礙的可能原因，以及日益增加的視力輔助工具和身邊人如何幫助患者。

視力障礙的範圍很廣，而且通常在某程度上，完全無法從初次見到的外表分辨出來。視障患者的親人、同事或朋友，對於患者日常面臨的困難和挑戰可能難以想像。但是，現在有許多小工具能幫助他們改善生活，提高他們獨立生活與工作的能力。

每種視力障礙各有不同的特性，而患者描述的症狀也不盡相同：**視野受限**（管狀視野）、**視野缺損**、**怕光**、**夜盲**、**色盲**或**一般明顯受限的視力**。即使診斷結果相似，患者的症狀也有可能很不一樣。

**社會法定上對視力的定義**：德國使用百分比來分辨障礙等級，並規定在不同的病情發展階段中可提供特定的扶助。舉例來說，若一個人可以辨識10米外的特定物體，而正常人可以看清100米外的物體，那麼此人適用的百分比是10%而非100%（視力=視敏度=0.1）。

除了視敏度外，視力障礙等級的另一個決定性因素是視野範圍，因此視力障礙總共可分為下列三種類型：

- ✓ **視力有障礙**：眼鏡可改善的視敏度（遠視和近視）不超過30%（視力0.3）；視覺失真的程度為中等（通常是視野受損）。
- ✓ **高度視力障礙**：眼鏡可改善的視敏度（遠視和近視）不超過5%（視力0.05）；高度視力障礙，視覺失真程度較為嚴重（通常是視野受限）。
- ✓ **法律認定失明**：眼鏡可改善的視敏度（遠視和近視）不超過2%（視力0.02）；患者視力因視野限制而嚴重受阻，而此視野限制引致的視敏度降低相等於2%。

## 視力障礙是如何造成的？



通常，視力障礙是由眼睛視網膜的退化性疾病所造成：

- **視網膜色素病變 (RP)** 視網膜色素病變是用來描述一群遺傳性疾病的術語，其影響包括視網膜損壞與眼球後方的視覺組織毀壞。儘管經過深入研究，但是目前仍無法治療此疾病。其典型症狀是光線昏暗時視力減損、夜盲、視野受限與缺損，另外患者的色覺、對比視覺和融合感知也會受到損害。其病情往往是漸進發展且難以察覺，病程可能長達數十年。
- **黃斑點病變 (MD)**：黃斑點病變 (MD) 患者的視網膜會出現退化，截至目前尚未有能夠治療這類病變的方法。影像放大視力輔助工具對患者而言是重要的輔助工具。所有患者都必須定期接受視光師的檢查，更重要的是，需要使用優質太陽眼鏡來隔離紫外線。有些人會罹患老年黃斑病變，隨著人類平均壽命越來越長，這種症病也越來越常見。此疾病的確切成因仍未有定論，一般認為致病原因是隨著年紀增長，某部份視網膜層的新陳代謝出現變化，以及視網膜下方膜層沉積增加。
- **尤塞氏綜合症**：尤塞氏綜合症始於先天聽力受損（聽力障礙或耳聾），之後視力日漸減弱。這裡我們談論的視網膜色素病變，也就是視網膜退化。

## 目前有無數方法能夠幫助這些視力障礙患者

1. 影像放大視力輔助工具：根據視力障礙程度使用不同的視力輔助工具，這些工具可向視光師訂購，並搭配其他額外光學輔助工具使用。不論在何種情況下，為患者量身訂製所需的視力輔助工具非常重要，只有這樣才能幫助每位患者獲得最佳視力，以及最寬大的視野，從而辨識重建最佳視力品質的需求。
2. 由於視力障礙有時無法簡單從外表直接判斷，測量結果也無法每次都達到相同的精確度，而且症狀表現也大不相同，所以當有人向您求助時請務必伸出援手。請特別注意在公共空間中行動，但沒有使用導盲杖或配戴黃色臂章的視力障礙患者。他們可能會詢問一些資訊，例如巴士標牌上的終點站、交通號誌按鈕或是預訂位置號碼，清楚明確的答覆對他們有很大的幫助。若您看到有人拿著盲人杖在書報攤購買雜誌，或是在火車上使用放大鏡閱讀書籍，請不要驚訝，他們並不是假裝自己有視覺障礙。這些患者可能平時能夠獨立生活，但在夜晚因視力嚴重受限而需要使用盲人杖。經過日常的行動訓練，許多視障患者得以良好適應，只有在特定情況下才需要幫助。
3. 提高對比度很有幫助！視障患者辨識環境的能力有限，因此調整房間、家具甚至是餐桌的布置，讓環境符合患者需求是需要的，另外使用防眩燈具也有幫助。額外的燈具有助於患者閱讀或在廚房工作，同時也可作為良好的支撐工具。最佳選擇：高光照強度的冷色光源。鹵素燈較不適合。
4. 一般來說，視障患者都有寫字困難的問題，所以請他們使用較粗的黑筆在白紙上寫字會有所幫助。
5. 當您和視障患者面對面交談時，請不要因為對方未能與您目光接觸而感到驚訝或疑惑，有些患者可能因為中央視野缺損，使他們看起來像是在注視其他地方而非交談對象，這時候您只要保持正常交談即可。有時候視障患者會被誤解為態度傲慢無禮，但是別忘了，許多我們認為很正常的事情，對視障患者來說可能非常費力，需要花很大的精神才能做到。此外，許多患者苦於視敏度持續衰弱所造成的視力障礙，他們無法辨識臉部，特別是無法判斷其他人的手勢（或是



需要在極近的距離下才能辨識)。所以若您向視障患者打招呼，對方可能會沒反應。

**反應送禮建議：**享受休閒娛樂時，視障患者通常喜歡聽有聲書，您可以購買有聲書CD或透過網路下載。

## 我的視覺資料

現在就來確定你的個人視覺習慣，找出你的個人化鏡片解決方案。

現在就來檢查你的視力資料！



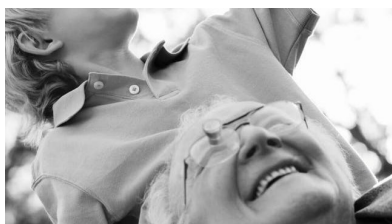
## 尋找附近的蔡司授權眼鏡店

街道, 城市



## 相關文章

## 相關產品



### 蔡司視覺放大裝置

享受專為你的日常生活、興趣或工作量身打造的優質視覺。

[了解更多](#)



確保鏡片更耐用，讓你享受清晰視力。蔡司鏡片潔淨產品。

[了解更多](#)



#### 探索

- 了解視力
- 健康與預防
- 生活模式 + 時尚
- 駕駛 + 流動性
- 運動與休閒
- 職場生活

#### 協助我選擇

- 遠用和閱讀眼鏡
- 漸進鏡片
- 太陽眼鏡
- 工作眼鏡
- 運動眼鏡
- 兒童眼鏡
- 鏡片鍍膜
- 隱形眼鏡
- 鏡片清潔
- 造訪視光師

#### 服務

- 網上視力檢查

#### 給眼睛護理的專業人士

- 儀器 + 技術
- 蔡司眼鏡鏡片
- 蔡司潔淨解決方案