

靈魂之窗

眼睛為靈魂之窗，除健康狀態(是否患有眼疾)會影響個人是否予人精神奕奕的感覺，其外觀如眼袋、黑眼圈或眼皮下垂等歲月問題，統統有影響。想擁有一雙健康有神的眼睛，從小養成護眼習慣非常重要，也可透過眼部整形，讓明眸再現。

近視屬屈光不正的一類，主因為眼球過長以致影像聚焦在視網膜前方，令患者蒙受視力模糊之影響，需要佩戴眼鏡矯正視力。香港中文大學眼科及視覺科學學系助理教授任卓昇醫生表示，兒童期是眼睛發育的黃金期，亦是視力較為不穩的階段。如能於這時建立良好的生活習慣，例如多些進行戶外活動、避免長時間使用智能產品、若已有近視的兒童應佩戴十足度數的眼鏡等，均對視力的健全發展及減慢近視加深有幫助，還能預防深近視所引起的視網膜脫落、黃斑點出血及青光眼等併發症。

阿托品助減慢近視加深

過去曾進行多個有關近視的研究，當中包括阿托品眼藥水對減慢近視加深的成效。結果發現，使用1%阿托品眼藥水劑量組別的兒童與沒有使用眼藥水的兒童比較，前者於兩年內的近視平均加深20度，有接近八成的視力得以受控。反觀後者，他們於兩年內的近視平均增加120度。「正常情況下，我們觀看近距離的影像時眼球會自動調節睫狀肌肉(將其收緊)，這過程會刺激眼

球不斷生長。常用於眼底檢查的阿托品眼藥水，其主要功用是放鬆眼球的睫狀肌肉，使瞳孔放大。當睫狀肌肉長期處於放鬆的狀態，即截斷了刺激眼球生長(拉長)的機會，因而能夠達致減慢近視加深的效果。」

眼部整形處理眼袋

近視常見於兒童，然而眼袋問題則多數困擾中年人或長者。香港中文大學眼科及視覺科學學系助理教授莊金隆醫生解釋，眼科除處理各類眼疾，還包括眼部整形。

簡單來說，眼袋即下眼皮凸出的部分，它是眼瞼板與眼眶骨邊沿內的一些脂肪組織。正常情況下，眼瞼板與眼眶骨的邊沿位置有一塊筋膜緊緊箍着脂肪組織，但隨着年長，筋膜變得鬆弛，因而使脂肪組織凸出，形成眼袋。「眼袋的形成未必純粹是脂肪凸出導致，有時候還包含其他問題，如臥蠶形成(下眼睫毛邊沿的一組肌肉)或淚溝下陷等。故此，單純把眼袋凸出的脂肪組織切掉或未能把問題徹底解決。」

視乎眼袋形成的原因，常見有以下幾類整形方法：

| 成因 | 整形方法 | 好/壞處 |
|------------|---|-------------------------------------|
| 因脂肪凸出導致 | 可以經皮膚傷口處理或是在結膜位置開刀，把部分脂肪組織切掉。 | 手術效果快及明顯，但隨着時間過去或面形退化，眼袋或會再次浮現。 |
| 因淚溝下陷引起 | 以填充方法(包括身體其他部位的脂肪或者填充劑例如透明質酸)使已下陷的淚溝變得飽滿。 | 填充劑會隨着時間過去而被身體自行吸收，但手術可重複進行，而且風險不高。 |
| 脂肪凸出加上淚溝下陷 | 以「移山填海」的方式處理，透過手術把眼袋的三組脂肪組織移至淚溝位置。 | 手術相對複雜，但效果不俗。如有需要可同時處理眼皮鬆弛的問題。👉 |



香港中文大學眼科及視覺科學學系助理教授任卓昇醫生

香港中文大學眼科及視覺科學學系助理教授莊金隆醫生