



電視

兒童看電視時，坐近電視機是
很正常的。離開電視機較遠時
，孩子若失去興趣，則可能需
要給孩子做視力檢查。不要讓
孩子在黑暗房間內看電視。
若有燈光，眼睛會較為舒服。

普遍的眼睛問題

在學前年齡階段內(三至五歲)
，兒童可能會呈現眼鏡問題的
徵象。以下是一些普遍眼鏡問
題的徵象：

1. 就算不疲倦，孩子也經常擦眼睛。
2. 眼瞼的邊緣出現紅色。
3. 孩子閉上一隻眼睛來看東西。
4. 看遠物時，要眯起眼睛或緊閉一隻眼睛。
5. 孩子有頭痛。

孩子一旦配戴眼鏡後，便需要
定期檢驗眼睛。發育年齡中，
視力改變迅速，所以每年都需
要視力檢驗。

更多有關眼睛的資料

1. 將雙目向內斜視，是**不會**令
雙目永久內斜的。眼睛的肌
肉強健，所以孩子就算將雙
目向內斜視，都不會帶來損
害。
2. 戴上別人的眼鏡，是**不會**損
害眼睛的；但是，同時亦不
會改進視力。
3. 在光線不足的環境下閱讀，
是**不會**損害眼睛的。光線不
足會令眼睛加快疲倦，但是
不會帶來永久損害。
4. 戴眼鏡**不會**令視力變差的。
但是，眼鏡能使您看東西看
得更清楚；所以，最好常配
戴。

查詢詳情，請聯絡區內的社區衛生辦事處/中心
www.vch.ca/community/community_health_centres.htm

欲多取幾份，可上網到<http://vch.eduhealth.ca>
或電郵至pem@vch.ca，講出目錄編號 HED.203.CN
溫哥華沿岸衛生局版權所有，August 2008