

# 隐形眼镜及眼镜使用保养须知

## 一、软性隐形眼镜使用保养须知

- (一) 配戴或卸下镜片前，必须洗净双手，清洗镜片时务必使用软性隐形眼镜专用清洁液
- (二) 配戴前务必用生理食盐水或专用浸泡液将镜片上之清洁液冲洗干净，切勿用自来水冲片。
- (三) 配戴时必须需辨别镜片之正反面，再行配戴。
- (四) 配戴后请勿随意揉眼睛，眼睛若有红肿热痛之现象发生，请先卸下镜片重新洗涤后再戴上，若症状仍然存在时，必需停止配戴，立即找眼科医师或专业人员处理。
- (五) 镜片配戴后除非经眼科医师指示，否则请勿随意点眼药。
- (六) 身体不舒服时（如感冒、睡眠不足、疲劳等）请缩短配戴时间。
- (七) 外出时可另配戴平光或太阳眼镜，以防风沙吹入，引起眼睛不适感。
- (八) 外出时务必随身携带镜片保存盒，以便眼睛不适时，将镜片卸下存放盒内，切记盒子需经常盛有浸泡液。
- (九) 镜片的配戴或卸下最好能养成由右而左之习惯，且能立即将卸下之镜片清洁干净，存放于保存盒内盖好，盒内之浸泡液需淹没镜片。
- (十) 镜片保存盒内之浸泡液务必每天更换且每周清洗盒子，以免因镜片盒不干净而造成镜片污染及眼睛感染，保存盒亦须定期更换。
- (十一) 镜片配戴一段时间后表面会有蛋白质沉积物，须定期（一至二周）使用分解蛋白质酵素片予以清除。
- (十二) 如需化妆应先戴上镜片再行化妆，若戴上后需使用喷雾剂时必须紧闭双眼，待雾剂落定后再睁开。
- (十三) 如有配戴隐形眼镜请勿在海水浴场或游泳池游泳，若配有防水蛙镜仍需小心。
- (十四) 请遵照眼科医师或专业人员之指示，勿超过镜片配戴时间。
- (十五) 镜片配戴时间若有任何不适或疑问时，应随时找眼科医师或专业人员处理，若无任何异样，应每半年做定期追踪检查。
- (十六) 留有指甲者，请务必将指甲剪短修平，以免配戴或卸下镜片时刮伤镜片。

## 二、眼镜使用保养须知

- (一) 必须以双手取戴眼镜，以免镜架变形。
- (二) 卸下眼镜后，请先折放左边镜脚再折右边，以免镜架倾斜不平衡。
- (三) 放置眼镜时避免镜片表面与桌面直接磨擦，以增加眼镜的使用年限。

(四)清洗镜片时应先用清水冲洗，再用中性洗洁剂清洗，最后用面纸擦干镜片即可。

(五)眼镜经常滑落，不能保持在固定位置时，请勿自己任意调整，可至本院配镜室或就近请眼镜行提出协助调整。

厦门长庚医院眼科

0592-6202533



本著作非经著作权人同意，不得转载、翻印或转售。  
著作权人厦门长庚医院