

田尾國小學童視力保健衛教

一、近視與近視度數加深的主要原因：

1.長時間近距離使用眼睛 2.室外活動時間不足

二、如何預防近視發生或是控制近視度數不加深：

1.中斷近距離使用眼睛的時間。

(每次近距離用眼三十分鐘 中斷休息十分鐘)

2.規律室外活動，可讓眼睛適度調節及放鬆，有助於維護視力健康。

(每天累積至少一百二十分鐘)

3.確實遵守有效的醫療輔助。(近視控制至少要到高中)

※建議視力不良的學童定期就醫治療，可於寒假期間就醫追蹤，控制度數。

田尾國小學童視力保健定期回診追蹤單(寒暑假用)

年 班 號 姓名：_____

醫療機構名稱：

眼科醫師簽章：

檢查日期 年 月 日

目前有使用輔具 ☐眼鏡 ☐隱形眼鏡 ☐角膜塑型

散瞳治療中 (有，請打勾)	裸視視力 右	裸視視力 左	戴鏡視力 右	戴鏡視力 左
若有異常，請打勾(可複選) 1.☐弱視 (☐右眼 ☐左眼) 2.☐屈光不正 散瞳：☐是 ☐否 度數：(請務必填寫下列屈光值，若角膜塑型請填原始度數) (1)☐近視：右眼()度 左眼()度 (2)☐遠視：右眼()度 左眼()度 (3)☐散光(負值)：右眼()度 左眼()度 3.其他異常(請註明)_____			醫師建議處理： 1.☐長效散瞳劑(阿托平 Atropine) 2.☐短效散瞳劑 3.☐其他藥物_____ 4.☐配鏡矯治 5.☐更換鏡片 6.☐遮眼治療 7.☐配戴隱形眼鏡(☐軟式☐硬式) 8.☐角膜塑型片 9.☐視力保健衛教 10.☐其他_____ 11.☐定期檢查(醫師建議下次回診日期： 年 月 日)	

請家長協助學童於開學前回診追蹤，交回級任老師彙整，

其表單視同新學期視力追蹤證明。

家長簽名：