

淺談幼兒視力 發展與篩檢



眼科部主治醫師 林昭文

眼睛是靈魂之窗，讓我們可以看清眼前的物體和生活周遭的事物，也在我們的生活扮演舉足輕重的角色。然而我們的眼睛不是一出生就可以看得很清楚，需要經過一段視力發展的時期，而且視力的發展有其關鍵期，倘若發展時期出現狀況將可能導致不可逆的視力障礙，而且視力不良將會嚴重影響小朋友的學習成長和人際互動，所以視力篩檢和眼睛保健必須從小做起。

造成小朋友視力發展不良的原因，我們常常聽到的是「近視」或是「散光」，在診間常常會聽到家長問說小朋友看書畫畫頭常常會很低，都快貼到桌面了，或是看電視時很喜歡跑到電視機前面、常常眯著眼睛看東西，是不是近視了？近視確實是相當重要和嚴重的問題，根據我們所做的流行病學研究，臺灣兒童的近視和高度近視盛行率相當高，和過去相比有逐年增加的趨勢，而越早發生近視的孩童，近視的增加速度也會越快，越容易變成高度近視。也因此國健署近年來力推學齡前兒童避免使用手機平板，減少長時間近距離用眼和增加

戶外活動時間。但是值得注意的是，除了近視之外，斜視和弱視也是十分重要導致視力不佳的原因，而且很多狀況必須及早矯治把握治療黃金期。事實上，光線從進入眼睛到傳遞至腦部視覺皮質區的過程中，任何一個階段只要出現問題，舉凡角膜的病灶、水晶體的混濁也就是白內障或是視網膜及視神經的病變到腦部的病灶，都會影響到視力，因此還是需要由眼科醫師做詳細的檢查方能判斷造成視力不良的原因，那麼究竟甚麼階段是適合帶小朋友去做檢查的時機？孩童家長在生活中又要注意些甚麼事情呢？

前面提過人的視力不是一出生就看得清楚，這是因為視力的發育需要依靠腦部視覺皮質區接受外界的視覺刺激，來建構視覺傳導的路徑與腦部接收系統的聯結，視覺區塊和視神經發育，以及視網膜黃斑部的逐漸成熟，眼球構造也會隨著成長的過程而改變，小朋友的眼球軸會逐漸拉長，而角膜曲度也會產生變化，所以孩童的屈光度數也會隨之變動。

剛出生的時候，嬰兒的視力其實是十分模糊的，只對光線及大物體稍有感覺，而且兩眼運動並不協調，有時還會有眼球的不自主移動，甚至看起來像是斜視，一般這時候是屬於高度遠視的狀態。但是到了兩到四個月大，這時就會開始有「固視」的能力，也會隨著物體的移動而轉動眼球。四個月之前這段期間若是出生週數較小或出生體重較輕的早產兒，需要定期做視網膜檢查，觀察是否有早產兒視網膜病變以及追蹤視網膜血管的生長狀況。

年紀到了四到六個月大，幼兒開始有了手眼協調，眼睛看到東西，大腦就會指揮手去抓取，這時候我們可以開始做一些測試，拿一個彩色可以吸引幼兒注意力的物體，在幼兒眼前約三十公分處做左右移動，如果雙眼可隨物體的移動而平穩的轉動，則表示視力發展大致沒問題。但是倘若此時眼光仍游移不定，則可能視力發育是有問題的，就需要請眼科醫師做評估了，方能及早診斷與處置。

在六到八個月大的時候，小朋友應該兩眼可以同時對準目標，也能調整自己的姿勢，以便看清楚想看的東西。八到十四個月時，手眼協調會更加流暢，可以兩眼判斷距離。當學習走路時若有明顯延遲，或者容易跌倒被物品絆到，都需要特別注意。兩到三歲時，視覺的發展更敏銳，小朋友很喜歡觀察周遭環境，會藉由眼睛來導引手，主動嘗試接觸新事物。

兩歲半到三歲時許多小孩已會辨認形狀，在眼科醫師診間可以讓小朋友戴上特製的立體眼鏡，來檢測立體感，說出圖卡上的形狀，或者和旁邊的卡片進行比

對。立體感檢測是幼兒視力篩檢的一個很重要的檢查，若立體感檢測有問題，則必須由眼科醫師進一步評估，確認是否有斜視等狀況影響雙眼視覺。這個階段的小朋友多數也可以配合電腦驗光，可以比較精準的得知小孩的度數，判斷是否有近視、遠視或散光等狀況。

一般三歲的小孩若沒有學習或發展遲緩，是可以配合量視力的，所以這個階段是做視力檢查的好時機。家長們可以在孩童滿三歲前在家裡讓孩童練習比視力表，而在三歲之後帶孩童到醫院或診所接受檢查。三歲的小朋友平均可以達到零點六以上的視力，四、五歲的時候平均可以達到零點八，六歲以上大部分兒童可以達到零點九或一點零以上的視力標準。若沒有達到此平均值，就需要眼科醫師的評估和追蹤。

此外若是觀察到家中孩童有歪頭斜眼的狀況，也建議儘早帶孩童至小兒眼科進行檢查，確認是否有斜視。「弱視」指的是「矯正視力無法達到一般同年齡孩童的標準，但是眼球構造本身卻沒有看到明確病變」，高度遠視、散光或近視造成的屈光不正，或是兩隻眼睛屈光度數差距造成的不等視，以及剛才提到的斜視，甚至是腦部問題造成的眼球震顫，都可能會引起弱視的發生。弱視是孩童視力保健中相當重要的問題，而且其治療有關鍵時期，若沒有及時矯正，之後的治療效果就會大為降低。針對不同原因造成的弱視，治療的方法有所不同，包括配戴眼鏡、遮眼或斜視手術等，必須要有家長、孩童和醫師有良好的溝通和配合，治療時間可能長達好幾年，需要耐心並且定期回診追蹤視力發展和治療效果，才能夠達到預期的成效。