

# 亚洲人的眼睛

## 健康状况

400多万加拿大成年人受到多种致盲性眼疾的困扰。\*

亚裔加拿大人罹患多种可影响视力的眼睛和全身健康疾病的风险更大。

超过45%的亚裔加拿大人错误地认为只有当面临视力问题时才需要进行眼睛检查。\*\*

了解今后如何保护您的视力。

Transitions®  
任何光线健康视觉™

\* National Coalition for Vision Health (全国视力健康联盟) 于 2007 年发布的报告。  
\*\* Transitions Optical Inc. Synovate Survey (思纬调查), 2010 年 8 月。

# 保持最佳视力



## 定期进行眼睛检查

即使您并未受到视力方面的困扰，也很有必要定期进行全面的眼睛检查。您的眼睛护理专家能够在症状显露之前发现问题，甚至能够早期诊断一些严重的健康问题，诸如糖尿病、高血压和某些癌症。

## 咨询镜片种类

您只有一双眼睛，所以一定要保护它们免受有害紫外线的照射。虽然大部分加拿大人知道长时间暴露在日光下会导致皮肤癌，但只有百分之六的人意识到，这还会对眼睛造成损害。\* 请向您的眼睛护理专家咨询，了解可增强视力并使双眼终生保持健康的高性能镜片种类。

- 防反光膜层可减少恼人的反射，从而让您看的既清楚又舒服。
- Transitions® 自行调节变色镜片可减少眩光，并百分之百的阻隔 UVA (长波紫外线) 和 UVB (短波紫外线)。镜片在室内和夜晚时呈透明色，在户外时适应不断变化的光线条件颜色会变深，可帮助您每时每刻都看得最清楚。
- 像由聚碳酸酯和 Trivex® 等耐冲击材料制成的镜片，可保护您的眼睛免受运动相关的损伤。

## 识别信号

视线模糊、头痛、眼疲劳、疲倦、流泪/眼睛不适以及过度眨眼可能是您需要进行视力矫正的信号。

\*Transitions Optical, Inc. Synovate Survey (思纬调查), 2010 年。

# 眼睛所面临的问题



## 早年

童年是眼睛发育的关键时期。视觉问题(如无法看清远处)会引起阅读困难、影响学习成绩、萌生挫折感、造成眼睛发红或流泪以及引发头痛。

此外,儿童比成人外出更加频繁,日晒时间是成人的三倍,更容易受到紫外线的伤害。对于各个年龄段的孩子来说,不管是在室内用电脑还是在室外做运动,一副用于矫正和保护视力的眼镜都非常重要。

## 中年

随着年龄的增长,视力出现问题的风险也在增加。老花眼是每个人在四十岁后都会遇到的一个问题,症状表现为难以看清近处的物体。老花镜的镜片种类包括双光、三光和渐进镜片(“无线”双光)。

## 老年

六十岁以上的人罹患威胁视力的严重眼疾的风险更大,如白内障、青光眼和黄斑变性等眼病。视力衰退或恶化会对您的安全性和独立性造成影响。视力问题可使日常活动(如驾驶)变得困难,同时使休闲时间也缺乏乐趣。



# 关注亚裔加拿大人： 眼睛及全身健康问题

亚裔加拿大人罹患某些可影响视力的眼睛和全身健康疾病的风险更大。

## 眼睛疾病

**白内障** - 亚洲人与年龄相关的白内障的发病率比白人更高。

**增龄性黄斑变性** - 华裔加拿大人的 AMD (增龄性黄斑变性) 患病率是总人口的两倍, AMD 是导致 50 岁以上老。

**青光眼** - 亚裔加拿大人更易罹患闭角型青光眼, 眼压快速增加, 如果不予以治疗, 将导致失明。

**近视** - 高达百分之八十的亚裔美国人受到近视或无法看清远处的困扰。

## 全身健康问题

**糖尿病** - 糖尿病可导致包括糖尿病视网膜病变等多种眼疾问题。亚裔加拿大人罹患糖尿病和糖尿病视网膜病变的风险更大, 并且糖尿病视网膜病变在华裔加拿大人的发病率是白种人的 2 倍。

**高血压** - 南亚人群患有高血压的可能性是普通人群的 3 倍, 且在较为年轻时患病, 这就会导致视力模糊和失明。

**结核病** - 结核病在亚裔加拿大人的发病率显著高于普通人群。它可以导致眼睛出现多种并发症。

大多数人都知道眼睛护理专家可帮助矫正视力和诊断眼疾。但是您是否知道某些健康问题(如糖尿病)即使在症状出现之前也可以从眼睛中观察到? 这意味着眼科医生往往是第一个检测到严重健康问题的健康专家。



# 保护您家人的视力

要想保持健康的视力, 首先需要定期进行全面的眼睛检查。遗憾的是, 超过五分之二亚裔加拿大人并不认为自己需要进行眼睛检查, 除非他们正受到眼疾问题的困扰。此外, 亚洲人也不太相信矫正视力会改善日常活动, 例如驾驶和工作表现。咨询您的眼睛护理专家, 为您自己以及您的所有家庭成员安排一次全面的检查。

## 关注您自己

工作或生活责任很容易使人变得繁忙或应接不暇, 但是别忘了留出时间进行眼睛检查。即使您现在并不存在视力问题, 您的眼科医生也会帮助您预防这些问题, 并推荐可增强视力的眼镜。

## 关注您的孩子

视力筛查只能发现百分之五的视力问题, 并且儿科医生的例行检查不能取代全面的眼睛检查。因为亚裔人群中患有近视的年龄段相对偏低, 眼睛检查对亚裔加拿大儿童特别重要。例如, 6 岁的华裔加拿大儿童近视发病率为 22.4%, 相比之下, 非华裔加拿大儿童的近视发病率为 6.4%。为您的孩子安排定期眼睛检查, 尤其应该在孩子入学前进行检查。

## 关注年老家属

年老的家庭成员罹患眼疾的风险更高。请确保他们定期接受全面的眼睛检查, 以便及早发现潜在问题和预防失明。





# 咨询您的眼睛护理专家

日常生活中的许多因素都会对您的视力造成影响。例如：

- 您的生活方式 – 包括运动或其他活动。
- 全身健康问题或家族病史。
- 您正在服用的药物，包括降压药、止疼药、哮喘药、抗过敏药或抗抑郁药，或者所服用的计划生育类药物 – 维生素、草药（如麻黄）、茶剂及各种滋补品。

请咨询适合您的生活需求的特种镜片，从而增强您当前的视力并为其提供终生保护。

如需了解有关 Transitions® 镜片（全球推荐率第一的变色镜片）的更多信息，请访问 [www.Transitions.com](http://www.Transitions.com)。

# Transitions®

## 任何光线健康视觉™