

醫 · 學 · 雜 · 誌

REVIEW

2015
眼科醫學會專報
第一屆 Vol. 18



中華民國視力
保健推展協會

封面人物

三立新聞主播

黃倩萍

主播的護眼 小 秘 訣



本期客座總編

長庚紀念醫院北院區
眼科部部主任 馬惠康

醫療專題

人工水晶體-深度論壇

人工水晶體的手術需知, 以及數種水晶體的分析

角膜專題

乾眼症症狀及該如何保養

美人EYE

淺層眼睛醫美 低頭族該知道的事

兒童視力保健

小孩視力不能等

視力保健篇

角膜及結膜須知

名醫Online

新醫療技術分析

中醫時間

中醫對乾眼症該如何滋養

Dr.Club品酒專區

淺談六產區

威士忌的故鄉介紹

完美的威士忌工具書

嗜酒的你不能錯過的書

品酒會花絮

品酒夜晚的花絮

Review書摘

甩油減糖-健康不復胖

讓名醫們告訴你如何打擊肥胖



本期的客座總編是長庚的眼角膜科馬惠康主任，非常感謝他如此熱情的幫忙，而本期透過人物的專訪，讓讀者可以更了解醫師自己以及角膜科的展望與抱負。

對於兒童角膜疾病的治療與角膜科展望 我希望……

主任表示，由於自己的妹妹在大學時代因為高度近視，產生黃斑部出血的情形，讓他十分苦惱，而這件事情影響了他選課的方向，讓他開始有想要往眼科走。到了長庚醫院後，當時蔡瑞芳教授在眼角膜科研究方面做了非常多的努力，也非常鼓勵研究，種種因緣下，就開始走向眼角膜科。

在馬主任從醫幾十年的光陰下，他表示眼科就診的病患分佈範圍很廣，因為從小孩到老年人都是需要看眼睛的。近幾年來，馬主任在兒童眼角膜醫療方面著墨很深，他也表示弱視預防這一塊是眼科非常重視的領域。小孩的視力大概在一歲的時候就發育差不多完全了，如果說醫師無法在小孩視力發育完全以前解決一些像是先天性的角膜、外傷問題等等，就算傷口好了，治療後小孩依舊會是弱視。馬主任覺得在小孩角膜疾病治療上對他的心路歷程影響非常深，他總是希望能讓有先天性角膜疾病的小孩視力恢復正常，別讓他們輸在起跑點

長庚紀念醫院北院區
眼科部主任

馬惠康

上，這是一份很挑戰、卻又很重要的一件事情。

馬主任說：「每天都有很多事情要去，所以就要把心力放在最重要的事情上。」這句話完全可以形容這幾年他在兒童眼科醫療上的付出。在去年，他發表了一篇關於先天性角膜混濁的文章，就是希望自己在治療小朋友的角膜疾病上可以付出更多的努力。但到底要如何挽救這些先天性的疾病？他感嘆這些真的很不容易，尤其這些疾病不見得找得到原因，但眼角膜科醫師們的這些努力，無疑就是希望病童可以過得更好。



至於眼角膜科未來的展望，因為醫學知識日新月異，醫學不斷的在進步，對此馬主任表示，現在的角膜依舊是靠往生者捐贈，永遠都是需要大於供給的狀態。而人工角膜目前的使用範圍並不廣泛，因為它存在著適用性問題。但在未來，研究人員希望可以建立像是血庫那樣的角膜細胞庫，如果有需要就取出來細胞移植，如此一來，患者就不需要永無止盡地等待了。馬主任說這些類似組織工程、幹細胞治療等在未來可以發光發熱的項目，其實現在都已經進入實驗階段了，未來當然希望在國內這些項目可以被廣泛運用，幫助更多有需要的人。

本次的角膜專題它在門診裡頭是一個普遍性、大眾性的問題，尤其是成年人中每十人當中就有一半以上都是因為角結膜疾病、乾眼症來求診。

到了中老年後身體機能退化，可能會合併其他症狀，像是乾燥症、停經等等，很多人都會合併乾眼症的問題，對此現在的處理方式也日趨完整。只要患者有嚴重眼睛乾澀、不適等問題出現，基本上也會請內科做更深入系統上的診察來決定治療的方針，因為乾眼症的問題

往往不只是角膜問題而已，像是免疫系統、麥氏腺相關症候群（MGD）都是需要配合治療才可能大幅改善的。

至於年輕人，以配戴隱形眼鏡的問題最多，它會引發像是過敏、乾眼症等問題，對此理事長表示，不恰當使用是導致問題的罪魁禍首。首先，在配戴的時間上一定要控制在八小時左右，而現在的人會配戴角膜放大片，它的透氧性不好，所以配戴時間更要短。再來，清潔保養也是不可少的，隱形眼鏡的清潔就像是洗衣服那樣，必須經過清潔、搓揉、殺菌、經沖洗後再放入保養液裡，若配戴的是長戴型隱形眼鏡，一週

中華民國視力推展協會理事長
國防校友會理事長

潘志勤

則至少要去蛋白一次。最後隱形眼鏡保存盒一定要每日清洗、定期更換，千萬不能疏忽。此外，適當停戴、休息也是必需的。潘醫師認為隱形眼鏡的市場非常大，使用的學問已經是一門專業的顯學，應該要教導民眾有更正確的使用觀念才行。

預防重於治療

在眼角膜平常的保健上，由於眼角膜是眼睛表面的第一道防線，一點不舒服就會影響生活、情緒，平時就應該要多加保養。而許多人都用洗眼睛、點藥水等方式去保養，對此理事長表示，我們的淚水是非常珍貴的，所以沒事盡



量不要去洗眼睛，因為人體的淚液含有許多的抗體、補體去保護眼球，可以自然代謝是最好的。而藥水是藥不是水未經醫師診斷不宜自行買藥使用。中老年後，若是眼睛有稍稍的不舒服，可以搭配使用人工淚液，去保養或減少淚水的揮發，尤其中老年後更需要預防白內障及黃斑部病變的問題。以平常保健來說，最重要的就是配戴太陽眼鏡，效果會比單獨點人工淚液更好。

contents 目錄

本期客座總編輯

發行人的話

名人專訪

理事總編輯的話

時事新聞



4 角膜專題

乾眼症症狀篇
擺脫乾眼症手術篇
術後保健篇
隱形眼鏡比較 & 選擇
隱形眼鏡感染

12 人工水晶體 - 深度論壇

完美手術是一切基礎
白內障手術前病患該做的 7 件事
新一代人工水晶體
白內障手術後全方位的防護
隱形眼鏡感染

18 美人 EYE

淺層眼睛醫美 - 玻尿酸 告別 3C 眼
你知道甚麼是幹細胞嗎？

20 兒童視力保健

小孩視力不能等！弱視要盡早就醫

21 視力保健篇

角膜篇
孕婦也要護眼睛

23 名醫 Online

角膜移植 Q&A
新希望！幹細胞治療 AMD

26 中醫時間

對付乾眼症該怎麼做？

27 封面人物

黃倩萍 - 三立新聞主播

29 Dr.Club 品酒專區

淺談六產區
完美的威士忌工具書 -
《 世界威士忌地圖 》

32 Review 書摘

甩油減糖 - 健康不復胖

33 品酒會專區

視網膜醫學會晚宴花絮
The Dalmore 大摩品酒會花絮

發行單位：
中華民國視力保健推展協會
專刊編輯委員會主任委員
理事總編輯：魏國晏 / 理事長：潘志勤
秘書長：朱春慧
主編：朱春慧
編輯：劉子瑜
設計：陳冠璋 / 美編：陳冠璋、李婉瑜
記者：柯里涵
專案：杜文苓
公關：陳鈺棋
督導：劉芳初
財政副理：楊瓊玉
行政人事副理：鄭欣芸
行政業務：林凱凌、鍾佳軒、田佩芬
台中辦公室行政專員：林怡萍
業務部北區副理：吳瑞軒
業務主任：林秉儀 / 業務：蔡沛瑄
護理衛教師：葉巧黎
歐洲區代表：王淑珍
美洲區代表：陳妃君、耿廣芸
承製企劃商橋公關顧問股份有限公司
Merchant Bridge PR Consultant Co., LTD
地址：台北市中山區松江路 469 巷 51 號 1 樓
電話：02-2508-4928 傳真：02-2504-6758
廣告專線：0982-688-958
印製商：魁星印刷事業有限公司
歡迎加入中華民國
視力保健推展協會粉絲團
QRcord



名人專訪

我們都該更關心的事.....

本期的名人專訪很榮幸邀請到環衛委員會委員江惠貞立委，透過這次的專訪，委員表示希望能讓讀者更了解食安問題及長照法（長期照顧服務法）面臨的問題。

委員在一開頭就關切了眼科所重視的驗光師法案的問題，她表示眼科明明應該要很重視這個法案，但是往往到了審查會時卻沒有人出席，她認為眼科醫師應該要主動出席像審查會的場合，才能讓法案朝一個更專業、讓民眾能獲得最佳利益的方向去走。

立法行政站在人民的期望與需求來建立制度，但是司法的角度和行政立法的角度往往都是背道而馳，委員感慨的表示說也不難怪現在許多議題都會造成爭議。舉例來說：現在的食安風暴在台灣不斷的延燒，她認為像是前陣子的油、現在的紅酒等等，都是屬於參偽冒假等等的事項，其實行政罰則最高可以罰到五千萬，甚至它是可以續罰的，只是往往案件送到了司法院，都變成以標示不實罪來起訴，理所當然的罰則會相對較低，才會造成爭議。此外，當中所謂的不法獲利，司法界往往都太不願意觸碰這一塊，她強調，整件事情不管是立法、或是司法院都要有一個處理好事情的態度，才會符合人民的期待。

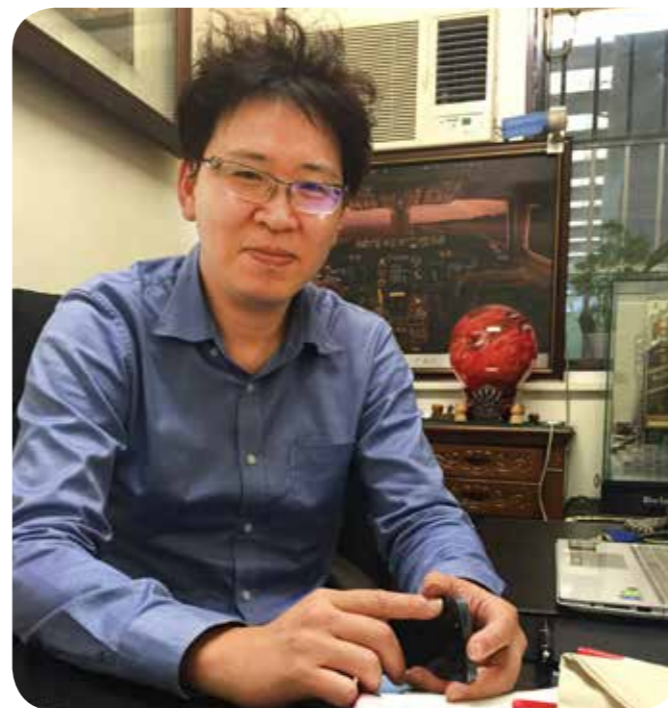
委員也對長照法的推動非常重視，她表示，將來台灣將邁入老年社會，長照法的推動是必需的，只是它該怎麼執行？要用什麼樣的方式去執行？以及它的財源又是什麼？這些都是必需三思而後行的。其中又以財源為最大問題所在，委員認為長照法應該是要永續性的，因為老化問題不可逆，只會越來越嚴重，因此應該是像健保那樣量能計費，財源才能穩定，而所得能力較高者應付出較多。但健保延伸了許多問題，像是醫療資源浪費等等的詬病，對此她認為，健保是屬於福利+保險，而長照法應該要抽掉一點福利的成分，讓它是一個永續的保險，提供給有需要的家庭更好的生活保障。

除了政府該怎麼補貼費用以外，居家服務員的權益也應當被保障，目前居家服務員出勤一次為兩個小時，但其實這沒有考慮到居家服務員的權益，因為當中的通勤時間、通勤費都是居家服務員必須自行承擔的，一天頂多只能跑兩處、三處，也難怪大部分的居家服務員都會選擇到私人看護所或者醫院工作，因為現行的制度下，他們的薪水是非常低的，甚至是無法負擔個人生活。

江惠貞
立委



總編輯的話



最近看到了這一篇網路分享文，感慨很深，現在的企業難為，現在的員工難為，主管更難為。

都難為是因為都有立場，但是倘若換個立場，企業為什麼要要求？員工為什麼要成長？轉個念看看大環境，我們的處境已經夠辛苦了，二十年前我在公關公司三不五時的教育訓練，絞盡腦汁的讓團隊更強，團隊的回饋就是每日每夜的幫客戶思索如何可以出奇制勝，讓企業爭取更多的訂單，而現在訓練的管道可以更多元了，隨時都可以透過手機上網找到要的資料，所以更是要要求速成，趕快上手，做中學。回到原點，都是一樣，就是期望團隊更強，員工更強。

看到這段話，我立即與我們公司的同仁分享，不知道他們的心裡是怎麼想的？！或許又是一段心裡的os。讓我想到曾經有一句話『慈母多敗兒』，其實真的離開舒適圈，才能夠真正成長。

慈不帶兵
義不掌財
領導不狠
員工不強

理事長特別提到這幾期雜誌的風格做了些許的調整，期望給讀者更多化的資訊與不同的面貌，

在此特別感謝本期客座總編馬惠康主任也特別提出了許多專業的建議與架構，讓我們這期雜誌有了更深入的分享，另外，黃倩萍主播也分享了她對於視力保健的看法，讓我們的刊物有更多不同的角度與呈現。

最後我要特別推薦一本難得的好書，國家地理雜誌特別為（威士忌）製作了一本難得的『世界威士忌地圖』，深度介紹了全球超過兩百家的蒸餾廠與七百五十款威士忌，讓常常辦品酒會的我，也忍不住說聲讚！

馬惠康

睑板腺體照相機判斷乾眼症新儀器

國防部醫學院眼科部
醫師 簡克鴻

過去診斷乾眼症，主要是利用淚液試紙測試及淚液層崩解時間等方式，只能檢查淚水分泌是否正常，無法準確診斷睑板腺的脂質分泌是否正常；所幸拜醫療科技進步，乾眼脂液檢查儀推出「睑板腺體照相」新功能，有別於僅具單一光源，只能分析眼睛中央的睑板腺；如今，透過動態三光源的技術，以機器兩側打燈，加上手持光源裝置，將眼睛中央、左側、右側的睑板腺同時成像清楚、無死角，透過

超高解析度的影像，只需五分鐘就可幫助醫師診斷睑板腺體是否有退化、萎縮的情形。

若確診為睑板腺功能障礙，過去最簡單的點人工淚液治療方式僅是治標不治本，目前則是可使用熱脈動儀治療，透過結膜內側加熱、眼臉外層加壓按摩，直接從眼睛內部疏通睑板腺，讓脂質正常排出。



對此，台北榮民總醫院眼科醫師陳克華表示，他認為這些訊息並沒有實質的科學證據，可能連來源都不知道是從何而來。而現在網路上充斥著很多「恐嚇」的虛假消息，就醫學知識方面來說，常常告訴讀者說該怎麼做、該吃什麼等等，只

對此，三總主治醫師簡克鴻表示，睑板腺體照相的問世的確很方便，這台機器可以讓患者更清楚了解自己的疾病問題，以數字化來表示，讓患者知道自己的能力指數大約在哪裡。此外，熱脈動儀治療是屬於比較昂貴的機器，若是沒有那麼多預算，自己也可以在家裡用熱溫毛巾熱敷、手動按摩。

小孩子的視力是每個家長的夢魘，除了眼睛本身的問題以外，也有許多很新奇的說法。比如說當噪音強度在 90 分貝以上時，眼底視網膜中視桿細胞區別光亮度的敏感性開始下降，識別弱光反應的時間會延長；而甜食、碳酸飲料中的糖分在人體內的代謝需要大量的維生素 B1，並降低體內鈣的含量，而鈣是眼部組織的「保護器」；還有像是過早學鋼琴、心理因素，甚至是不良的家庭環境、父母常常吵架等等都是小孩子近視的原因。

視力問題千萬別道聽塗說

臺北榮總眼科部
主治醫師 陳克華

是那些資料並沒有經過認證，大家道聽塗說下，常常很多應該要被知道的訊息反而被忽略。

陳醫師感慨的表示，尤其在醫學這一塊，他希望大家可以有辨識新聞的能力，以眼科來說，尤其在全民健保下，醫療其實已經深入各個地方，若是眼睛不舒服，應該是要立即就診，而非上網搜尋偏方，這是不對的觀念。

角膜專題 - 引言篇

角膜二三事

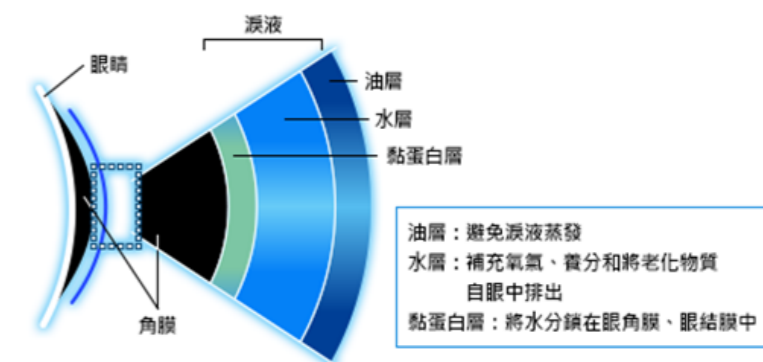
馬主任表示眼睛是人們的靈魂之窗，角膜就像是窗戶上的玻璃，因此角膜必需要是澄清透明的，這樣的話光線在進行傳導時才不會有障礙。基本上，角膜是眼睛的一個屈光結構，當光線進入到角膜進行折射，最後聚焦在視網膜上，呈現我們所看到的影像。所以角膜的透明度、它的表面規則性在人類的視覺上是非常重要的。

什麼是乾眼症？

角膜之於眼睛非常重要，因此角膜也有它的保護機制—眼皮與淚液功能。當淚液功能產生問題時，角膜也會受到很大的影響。像是本次專題主要都是在說明乾眼症，而乾眼症就是角膜疾病很大的一個區塊。

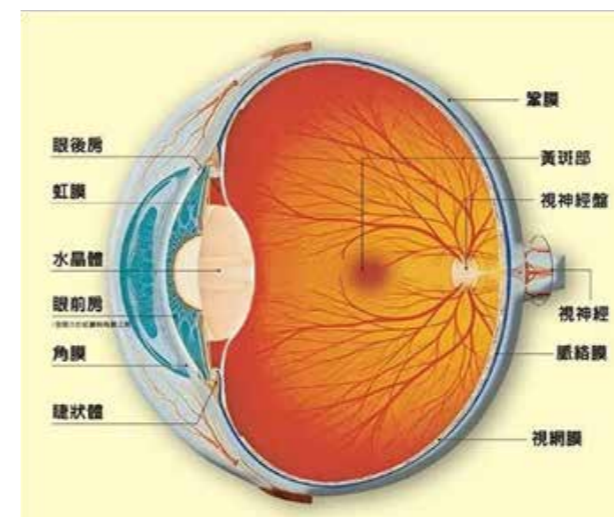
乾眼症主要是淚液分泌失調、淚液組成成分的改變及分泌淚液機制產生變化而導致異常，症狀會有發炎、眼睛不適等等。更大範圍來說，只要是因為淚液異常以至於無法保護眼角膜，都屬於乾眼病症的一環。

至於淚液為什麼會失調，馬主任表示可以分為淚水缺少及淚液不穩定兩塊。首先，淚水缺少像是到了中老年紀時，由於性賀爾蒙分泌減少，導致淚腺體萎縮；或者是一些自體免疫疾病（ex 乾燥症候群、風濕性關節炎、紅斑性狼瘡等等），而上述這些的患者是以中老年的女性為主。此外，馬主任表示淚液是由水、黏液、油脂組成，



當分泌油脂的麥氏腺失調，也會造成淚液蒸發太快，導致淚液失調。而其他像是外傷、眼睛清潔不完全睫毛有污垢導致的眼瞼炎、配戴隱形眼鏡造成角膜表皮磨損等等都會導致淚液失調。

由於乾眼症是屬於慢性疾病，馬主任認為當眼睛不適、乾澀持續幾星期，就會建議到診所就醫，而眼科醫師部分也致力於做「眼科再教育」，期望大家都可以更重視這些看似輕微、卻能導致嚴重症狀的疾病。



馬惠康 醫師

長庚紀念醫院
北院區
眼科部部主任



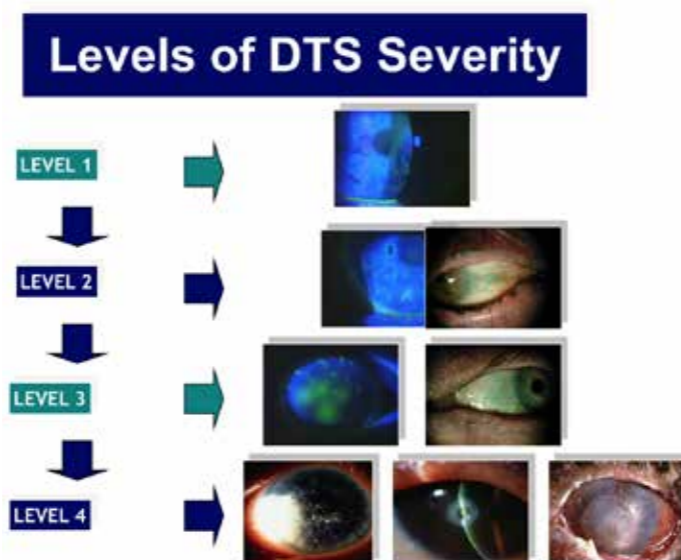
角膜專題 - 乾眼症症狀篇

怎麼知道自己得了乾眼症!?

乾眼症是一個很常見也很容易被忽略的病，而患者到底要怎麼得知自己是否患了乾眼症呢？對此郭醫師表示，由於乾眼症的症狀比較主觀，因此當患者不舒服就診時，因此通常會以問卷的方式去判斷嚴重程度。而乾眼症一開始會有眼睛澀澀的、有異物感、沙粒感、燒灼感甚至是會流眼淚（反射性淚水）。

乾眼症分四階段

根據嚴重程度可以分為四階段，症狀及治療方式如下圖：



人工淚液也有好多種

郭醫師表示，人工淚液除了含防腐劑、不含防腐劑的分別以外，還有纖維素類（Methylcellulose）的眼藥水，它可以控制表層水量來達到減少水分減少的效果；而甘油類（Glycerin）的眼藥水，它可以改善淚液的滲透壓，達到一個平衡來減少乾眼症的症狀；最後一個是油脂類（Oil）的眼藥水，在評估後是因麥氏腺問題造成乾眼症的話，它可以覆蓋在最外層去抑制蒸發情形，來達到治療乾眼症的效果。

此外，郭醫師強調像是類固醇的消炎藥水會有副作用，像是引起眼壓高、白內障等等的情形產生，所以一定要經過醫師評估後再去使用。

郭明澤 醫師

高雄長庚紀念醫院角膜科主任
成功大學醫學工程研究所 博士



角膜專題 - 擺脫乾眼症手術篇

手術治療是最後一步

戴醫師表示，乾眼症大約只有一成的患者需要進行手術，目前乾眼症的病患是依據嚴重程度去建議治療，並不是依據病因，前三階段就是前篇所提到的藥物治療為主，像是環境改變、飲食調整、人工淚液等等。



淚管栓塞 Punctal Occlusion

許多患者經常使用淚管栓塞來治療乾眼症，是屬於嚴重程度第二階段的治療方式。所謂的淚管栓塞就是將可吸收生物材料或者是矽膠植入淚小管中，透過植入物使淚液在眼睛停留時間變長，配合人工淚液的使用，可以治療眼睛乾澀問題。

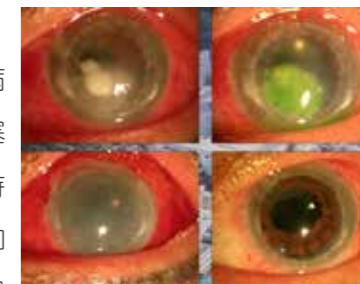
而淚管栓塞有分為暫時性與永久性兩種，前者就是植入可吸收生物材料，一段時間後，人體會自行吸收；後者是植入矽膠，但它一樣具有可逆性，當患者覺得症狀減輕後，可以選擇把矽膠取出，相對的，當醫師評估後認為需要長期的塞住時，也可以使用雷射、電燒等方法將矽膠固定在淚小管上，這時候矽膠就無法取出了。

戴明正 醫師

三軍總醫院眼科部主任



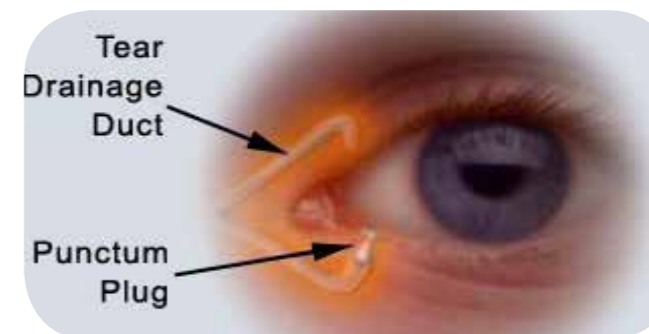
戴醫師表示，通常評估後若是病患須接受淚管栓塞治療，會先以暫時性的去試成效如何，若是病患使用後效果佳、也需要長期使用時，才會考慮用電燒、雷射讓它永久植入淚小管中。



手術治療有兩種

戴醫師表示，極少數的患者像是本身有免疫失調、風濕性關節炎、顏面神經失調導致眼睛閉合不全、糖尿病導致感覺神經不良或是外傷等等合併症狀可能會導致角膜潰瘍、穿孔等才會嚴重至需要開刀。

手術有分為眼瞼縫合（tarsorrhaphy）與羊膜生物敷料覆蓋（Amniotic Membrane Transplantation）兩種，眼瞼縫合的手術費用較便宜，因為它不需要原料，缺點為術後外觀不佳。此外，手術也是分成暫時性與永久性，當病情好轉後是可以拆線的。至於羊膜生物敷料覆蓋，它是屬於暫時性的手術，羊膜是一個具有延展性且營養成分高的生物敷料，它可以被人體吸收、傷口癒合後也能自行脫落，缺點是手術價格較高，而且如果敷料被吸收或脫落時，傷口還沒有完全復原，就必須再進行手術直到傷口復原。



角膜專題 - 術後保健篇

術後的小插曲

曾醫師表示，淚管栓塞治療後絕大多數的病患並不會有異物不適感，而且乾眼症大多可以得到緩解。只有極少數病患會有異物不適感，這可能是因為植入位置不恰當、或是治療後病患不小心大力揉眼睛，造成植入物易位所造成病患的不適。曾醫師強調，若開始有異物感時則須立即找醫師評估檢查，若是植入物易位問題不嚴重，則將植入物進行復位即可；若是經評估後需要移除植入物的話，醫師將會視材質決定移除方式。比如說，若是要將矽膠類的植入物移除，可以簡單利用鑷子將矽膠類的植入物夾除；若是植入物為可吸收性的生物材料，則會用扁平針頭接上生理食鹽水以沖洗的方式，將植入物沖到鼻腔中，透過鼻腔分泌物將植入物排出。

乾眼症平常保健

曾醫師注意到說：「過去乾眼症病患多為停經後的中年婦女，但最近卻多了很多 20 歲左右的年輕族群，進來診間諮詢乾眼症的問題」，這也表示罹患乾眼症病患年輕化的趨勢。

面對這樣的改變，曾醫師建議，由於現在人人都是低頭族，乾眼症患者平時應該要注意使用 3C 產品的時間，一定要秉持每用 30 分鐘休息 10 分鐘的原則。一般人使用 3C 產品時都會專

注盯著螢幕，所以需要適度的眨眼和休息，因為透過眨眼可以濕潤眼球及推擠淚液。

而在工作或居家環境上也會因為在冷氣房時間太久，導致乾眼的現象，所以建議民眾注意環境的空氣濕度。另外，若是因為藥物使用而引起的乾眼現象，藥物還是可以持續使用，只要改採用淚管栓塞治療或是其它方式改善乾眼症即可。

此外，曾醫師也特別提到，最近許多患者來詢問說，明明被醫師診斷是乾眼症，卻是一直流眼淚而並非眼睛乾澀。對此，曾醫師表示這是一種「反饋作用」，看似很不合乎常理，但一直流眼淚的現象的確也是乾眼症症狀的一環。因為乾眼症病人淚膜中的油脂、水、黏液三種成份不平衡時，就會導致眼睛乾燥而刺激淚腺，反而導致淚流不止的結果。



曾順輝 醫師

國立成功大學
醫學院眼科
兼任教授



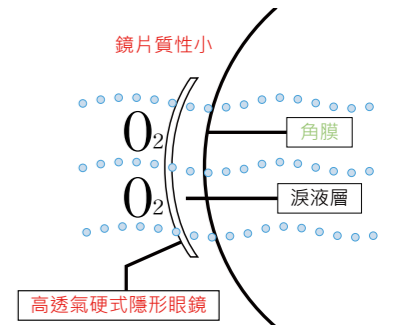
角膜專題 - 隱形眼鏡比較 & 選擇

隱形眼鏡超級比一比

隱形眼鏡就如同眼鏡般，戴上後可以讓視力變得清楚，但它有非常多種，你知道你帶的到底是什麼類型的隱形眼鏡嗎？本篇整理了各種隱形眼鏡，讓你更了解、也可以戴的更安心！

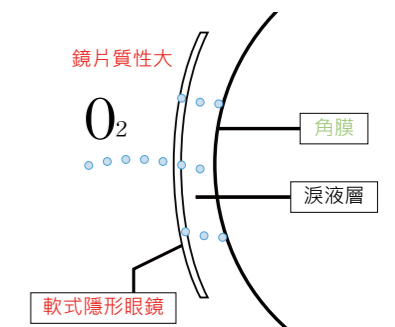
一、硬式高透氧 (RGP)

- 1、良好的生理相容性，使長期配戴 RGP 鏡片不易引起角膜肥厚與水腫。
- 2、透氧性高，不易引起缺氧及乾眼症，不會造成角膜內皮細胞數的改變。
- 3、對防止近視或散光的加深，視力矯正效果優於軟性隱形眼鏡。
- 4、保養簡單，使用壽命長；花費相對較便宜
- 5、長期使用可維護角膜的生理健康，安全性高
- 6、初戴不適感較大，需要一週到兩週適應



二、軟式隱形眼鏡

- 1、有分為長戴型以及拋棄式
- 2、透氧度相較起來較低；含水量高（但會吸收淚水，容易導致眼睛乾澀）
- 3、無法減緩近視、散光發展，無矯正效果
- 4、比較容易滋生細菌；淚液蛋白質沈澱較多
- 5、要注重清潔，且不可以超戴（以雙週拋為例，最多只能戴兩個星期）
- 6、初戴比較沒有適應問題，民眾接受度高



李醫師表示，曾經有一次，一位患者因為配戴隱形眼不舒服而來求診，當患者脫下隱形眼鏡發現裡面居然還有一副隱形眼鏡，而患者本身根本沒發現，這些事情對於眼睛都是非常不好的，希望大家可以多加注意。然後正確地清洗、消毒、配戴的方式很重要，千萬不可以輕忽這些枝微末節的小事，只要正確的使用，隱形眼鏡絕對是有視力患者的一大福音。



李淑慧 醫師

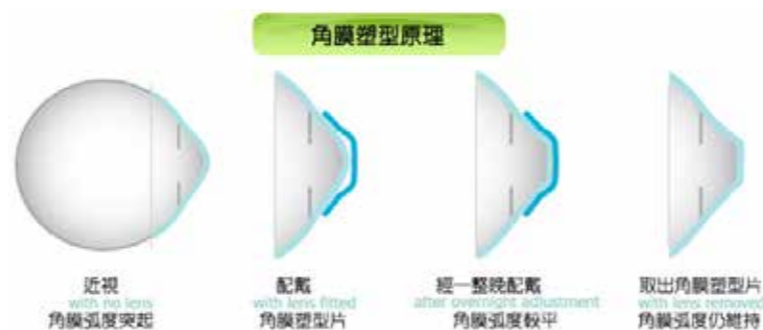
國泰綜合醫院
眼科主任



角膜專題 - 隱形眼鏡比較 & 選擇

三、角膜塑形鏡

俗稱 OK 鏡，屬於高透氧式的硬式隱形眼鏡。是利用特殊醫療專用、超高透氧夜戴型的隱形眼鏡，依據個人眼球屈光度、角膜曲率和角膜特性而特殊訂製，其間有淚液交換區，使眼睛能夠獲得充分的營養與氧氣供應。特殊鏡片可安全的暫時改變角膜弧度，使角膜變的比較平，幫助影像重新正確聚焦在視網膜上。睡醒來後取下角膜塑形片，角膜能夠暫時維持塑型後的形狀，讓配戴者白天不用配戴眼鏡就能獲得清晰的好視力。



四、治療型隱形眼鏡

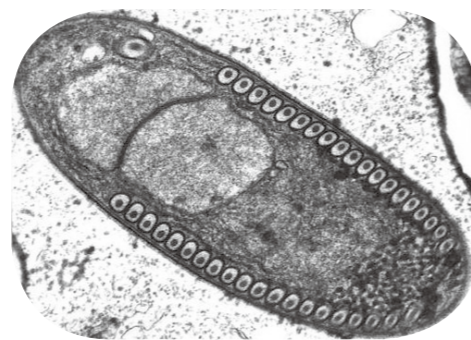
由於破皮會引起疼痛，針對一些特殊病患，像是反覆型角膜糜爛、外傷引起的角膜破皮、天生角膜就比較不好的患者，除了藥物治療以外，為了要促進傷口癒合或者是減少表皮的摩擦等等，醫生也會給患者配戴治療型隱形眼鏡。通常配戴這種隱形眼鏡，為期都會超過一星期，因此李醫師也強調，它有一定感染的風險，是需要謹慎評估的，而通常會搭配使用抗生素藥水預防，針對合併乾燥症的患者，也會搭配使用人工淚液，避免不適。

隱形眼鏡要小心！

隱形眼鏡的出現，是擁有視力問題者的一大福音，因為眼鏡在配戴上有諸多不便。然而隱形眼鏡也造成了不少的問題，許多人因為不當配戴、不當清洗等等問題，讓隱形眼鏡成了一大麻煩。對此陳克華醫師希望，大家還是可以以配戴眼鏡為優先考量，若是非得帶隱形眼鏡，盡量配戴硬式的隱形眼鏡較好。

保護自己小撇步

- 1、使隱形眼鏡保持良好的衛生，不要使用未經恰當消毒的隱形眼鏡。
- 2、不要戴著隱形眼鏡用自來水沖洗眼睛，也不要自來水沖洗鏡片。
- 3、戴隱形眼鏡時避免自來水或受污染的水濺到臉上和進入眼內。
- 4、不要戴著隱形眼鏡游泳、泡湯、進行接觸到泥濘的活動。



阿米巴原蟲

角膜專題 - 隱形眼鏡感染

隱形眼鏡的感染

配戴隱形眼鏡造成的不適，輕微有紅腫症狀，嚴重的話也是有失明的可能。對此陳醫師介紹了阿米巴原蟲與微孢子蟲 (micro-sporidial) 引起的感染。

一、阿米巴原蟲

阿米巴原蟲主要生活在土壤及水中，在污水系統、冷卻水塔、冷暖空調系統也能找得到，在人體中，主要會造成中樞神經及角膜的感染。若是未好好清理、清潔隱形眼鏡（如用自來水沖洗隱形眼鏡）、戴著隱形眼鏡游泳、洗澡，或是角膜有外傷，接觸污水者，更有可能得到阿米巴角膜炎。

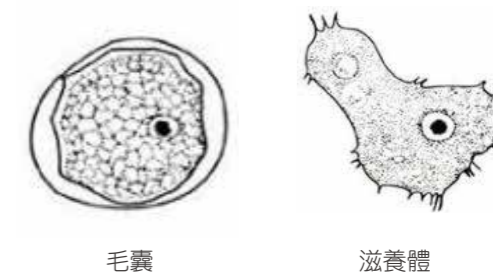
而阿米巴角膜炎的臨床表現，多為單眼發病，病人會有異物感、畏光、流淚等症狀。它常被診斷為單純性疱疹病毒感染。因此診斷要靠醫師高度的警覺性，再用角膜檢體的抹片及培養，以便能正確診斷。研究顯示，阿米巴角膜炎癒後最有相關的因子是從發病到確定診斷的時間長短，也就是說，早期診斷是治療成功最重要的因素。

二、微孢子蟲 micro-sporidial

此類型的感染較少見，屬於新型的感染。陳醫師表示它是屬於原始的黴菌，原本認為常見於免疫缺乏的人身上才容易感染，但這幾年來在亞熱帶地區，都大量的在人類的角膜上被發現，主要原因都是因為不潔的水源及土壤接觸，尤其是泡湯時更要特別注意這隻可怕的病原。

此類型引發的感染會有包括眼疼、眼紅及偶爾出現視力模糊。有些人或會有畏光、流

淚、眼瞼腫脹和很癢的症狀。採集眼球表面拭子樣本加以染色可幫助診斷。而它的潛伏期約 2-30 日。



角膜變色片問題多多

現在許多愛美的人士，會選擇配戴俗稱「美容鏡片」的角膜變色片，讓眼睛看起來更大、又有許多不同顏色可以選擇。對此，陳醫師表示，角膜變色片的原理是類似像三明治那樣，兩個鏡片包覆住有顏色的部分，因此它的透氧性是很低的，所以更不能久戴，加上市面上有許多來路不明的牌子，也是很大的問題。

而現在市面上很多各式各樣的角膜變色片，有季拋、有年拋式的，陳醫師感慨地說，不管是透明或是變色片，只要是拋棄式的隱形眼鏡，當初設計的原理就是不必存、不必洗、用過就丟，所以應該只有日拋，但為了因應大家的需求，而有了雙週拋、月拋等等的隱形眼鏡問世，似乎破壞了設計者當初的美意。

陳克華 醫師

臺北榮總眼科部
主治醫師



您家的寶貝挑食嗎?

不想輸在起跑點，就要加強識別力!



葉黃素 Lutein



小米草 Eyebright



山桑子 Bilberry



特別添加 葉黃素、小米草
為孩子的競爭力加油!



海吉尼斯 生物科技
HYGEIANURSE BIOTECHNOLOGY



VIP醫師專線
ID: 0225184928

人工水晶體 - 深度論壇

人工水晶體是取代白內障手術移除混濁晶體後的功能。傳統上是希望眼睛能夠『復明』就好，但現代的患者更要求自己的視力能夠『回春』。而為了滿足患者對於視力的要求，才会有功能性水晶體的問世。

完美手術是一切基礎

潘醫師表示，功能性水晶體若要發揮最大的效益，前提必須建立在擁有一場「趨近完美」的手術下，它才能發揮應有的功效。不只是要求手術的成功率，更必須增加手術的精準度。比如說，在做手術時，如何去保持眼球的完整度、如何讓手術對眼球侵入最小以減少對角膜傷口的破壞等等，都是需要在手術上不斷精進的。正確且良好的手術是功能性人工水晶體的重要基礎，因此開刀醫師對於手術的控制性一定要很好，多功能水晶體才有它的存在意義。

健保 V.S 自費

以醫師的角度來看，透過自費功能性水晶體成功的植入，必須提升開診所、醫院手術的技術與品質。像非球面的人工水晶體，它必需要讓水晶體正中植入，若是偏位 0.8 釐米就發揮不出優點了。潘醫師表示，通常開自費水晶體的醫院、診所所需技術及設備投資必須提昇，而這些技術與品質都會投射回所有的病人（包含健保病患）身上，最

終目的無疑就是希望給所有病人最好的品質。

若是手術技術都在同一個水平上，那健保與自費的差別就在於人工水晶體本身的功能性了。而人工水晶體的種類有非常多種，潘醫師強調通常醫師在手術前一定會先和病人做謹慎的溝通，由醫病雙方共同決定適合採用的人工水晶體。

單焦人工水晶體分類：

濾光型 有黃片、紫片兩種顏色，可減少紫外線及有害藍光侵害眼睛，但夜間視力部分還是具有爭議性。	非球面 可以增加夜間對比敏感度，有效增加夜間視覺，但透明白片就無法保護眼球受有害藍光侵害。
散光型 針對「規律性散光」75度以上的患者。	變色片型 依據紫外線照射程度變化顏色，可以兼顧透明片與黃片的優點，也可補足兩種顏色鏡片之間的不足。

多焦點人工水晶體分類：

多焦點 正確來說是「雙焦點」，因為它有雙峰現象產生，會利用兩眼視差來改善，多焦點又可以分為三種： 1. 看近加強型（光線不足時眩光較大，視覺品質會下降） 2. 看遠加強型（需搭配淺度老花眼鏡，但開車不易受干擾、亮度視覺品質較佳） 3. 遠中近平衡型（需在依病患作調整）	多焦點 + 散光 加上散光功能	焦點可調式 越來越少人使用，因為它本身長期效益遭受挑戰。
---	---------------------------	--

Well Lutein

天然植物精華 讓您識力昇華

葳露膠囊

識力輕鬆無負擔 · 純素可食

純植物天然萃取營養食品

萃取自菠菜、橄欖菜的葉黃素，搭配中草配方，生地黃、穿心蓮、菊花、枸杞、決明子等天然植物精華。



白內障手術前 病患應該做的七件事



一 手術前停看聽並尋求第二意見 (Second opinion)

尤其年輕患者

二 問有沒有白內障以外的合併症

手術前是否有詳盡的眼科檢查包括：

初階檢查（約四十分鐘）

- 測量最好的矯正視力 - 散光？
兩眼視差？眼鏡配帶狀況如何？！
- 眼壓：看是否有青光眼及視神經問題
這會影響開刀後的視力狀況
- 裂隙燈檢查，看眼球前半部的狀況
- 角膜弧度、透明度及瞳孔檢查
- 白內障狀況及有沒有外傷的跡像
- 散瞳→ 視網膜檢查

進階檢查（約四十分鐘）：

- 手術前幫助選擇適當的『高階功能性』水晶體
- 角膜地圖儀 (TOPO)
 - 視網膜斷層掃描 (OCT)
 - 像差測量儀 (iTrace 等)
 - Verion 威力楊手術影像導引系統

三 問口碑

- 會開刀的醫生，口碑好、有經驗，能把白內障手術風險降到最低。
- 醫療沒有保證、更不應強調快速簡單而迴避潛在的風險：在廣播、網路上的口碑推薦不盡然可信，最好從身旁熟識的親友打聽，「親口告訴你的就醫經驗比較值得信賴」。可以多問問他們對醫生感覺如何，是否說明詳盡、親切等。
- 各種水晶體優缺點分析：如使用多焦點水晶體有許多好處，但是設備技術要求層面高，並不適合全部的人。手術前必須詳細檢查來篩檢不適合的病人（不是有錢就好）。

例如在光線暗的情形下視覺品質會有降低、在某些距離視力會不好（非連續性式聚焦）等而非一味推薦這種治療。

四 多觀察

- 進診所後可先看牆壁上醫護人員的專業證照。
- 從旁觀察病人和醫護人員的互動：
如果你是容易緊張的人，溫和友善的醫護人員能安撫你讓手術進行更順利。
- 環境是否乾淨衛生！？
做白內障手術要意識清楚、眼睛睜大躺在手術房三十分鐘以上令人安心的環境很重要。
- 從檢查到建議手術尤其高階水晶體檢查是否完備？
不用三十分鐘的檢查就安排高階人工水晶體手術出錯機會較高

潘志勤 醫師

上明眼科院長
中華民國視力保健
推展協會理事長



五 手術前一定要多發問

- 手術的步驟是什麼？
- 有沒有潛在風險？
- 裝了這個人工水晶體，術後最好的視力能到那裡？

另外，潘醫師建議可加問一句，「這個手術有需要注意的地方嗎？我比別人多什麼風險？」
醫生說，當病人這麼問可以提醒醫生思考你的個人狀況，手術中多留意就能減少併發症

如果有以下狀況，也請你主動告知醫生：

- 有沒有服用藥物？譬如降血壓或心臟病藥物中的抗凝血劑會造成眼睛傷口流血不止，要特別注意。
- 如果你有做過近視雷射手術，最好讓醫生知道手術前的視力度數和角膜弧度以便計算白內障的手術角度，降低失誤率。

六 選擇適合的人工水晶體

- 依個人經濟狀況、生活型態及需求不同選擇：必須有預算概念：有沒有買醫療險？
- 平常的工作和生活習慣也要考慮進去，如果你的工作需要經常閱讀或使用電腦，多焦點的人工水晶體比較適合；如果不開車、不閱讀只看看電視，基本需求的單焦點水晶體也就夠了。
- 沒有 100 分的完美人工水晶體，就算最貴最好的，也不可能讓你完全回復到二十歲的方便清晰視力
要想不花冤枉錢，選人工水晶體前先問問自己也問醫師是否適合。
- 多焦人工水晶體：是用散射同心圓原理，讓遠近影像同時成形，可一次解決老花、散光及近視來提供生活及工作的上便利。但會降低視覺銳利度及增加眩光、光暈問題，需要約半年時間適應。
如果你是需要非常清晰的視力或事事要求完美的 A 型人格，可能要多考慮，因為使用多焦功能水晶體初期產生的光學折射會讓你不舒服。
- 單焦水晶體：分球面、非球面和散光三種，優點是視覺銳利度高但缺點是功能有限，需要佩戴老化或散光眼鏡。

七 選擇高階手術輔助方案：病況複雜的病人或年輕病人可優先考慮

- 無刀飛秒雷射白內障前置手術：先『利用電腦斷層同步監控系統及精準的雷射取代手術刀』來製作傷口、前囊及白內障核的切割。後段配合使用白內障超聲乳化並植入人工水晶體來完成手術。
更精準：過程更穩定精巧
更穩定：前囊大小恆定，對植入的人工晶體提供長期穩定的空間。
- 影像導引系統：手術前檢查與規劃：測量角膜屈率（散光軸度）。
同步攝影定位虹膜及結膜生物特徵與角膜散光軸度的相對位置。並計算規劃人工水晶體植入的詳細方案
手術中影像導引：電腦同步連結無刀飛秒雷射及手術顯微鏡下『動態追蹤定位』：角膜切口、散光角度及人工水晶體正確植入。
- 囊袋張力環（人工水晶體穩定環）- 手術最後階段植入撐平並穩定囊袋、舒展褶皺。
減少囊袋收縮以達到人工水晶體精確的中心定位以發揮長期穩定效果。

人工水晶體 - 深度論壇

白內障手術在近二、三十年來的發展下，隨著手術方式、機器設備及人工水晶體的長足進步，已變成一個成熟、精密、安全且術後效果良好的手術。

新一代人工水晶體 抗藍光變色非球面 人工水晶體

近年來，藍光對於視網膜黃斑部的漸進傷害已受到醫界及大眾的關注。因此，市面上出現了可過濾藍光以保護黃斑部的黃色人工水晶體。黃色人工水晶體的出現，同時也改善了臨床上白內障術後病人自覺過度刺眼流淚的症狀。但過濾了藍光，在比較陰暗的環境下，會稍微影響光度與辨色能力，對一些專業人員，例如攝影工作者、修片人員、美術藝術創作者、深夜出海漁業從事人員、夜間駕駛者...等等，植入黃色人工水晶體前必須和患者做最好的溝通與說明。此外，藍光透過對褪黑激素分泌的調節，有振奮精神作用。因此，醫師在面對憂鬱症、季節性情緒障礙白內障患者時，黃色人工水晶體之植入要更加謹慎。

而有一款新型的濾藍光變色非球面人工水晶體 (Medennium Matrix Photochromic IOL)。此種人工水晶體，在室內或暗處呈現透明無色；當接觸到紫外線 (UV) 時，會從透明無色的狀態變成黃色，同時過濾掉紫外線 (UV) 和部份的藍光。其變色速度迅速 (少於 30 秒)，相較於目前市面上眼鏡變色鏡片 (大於 1 分鐘) 來得快速，減少在明暗環境轉換時對視力帶來的短暫影響。

郭淑純 醫師

奇美醫學中心
眼科部主任



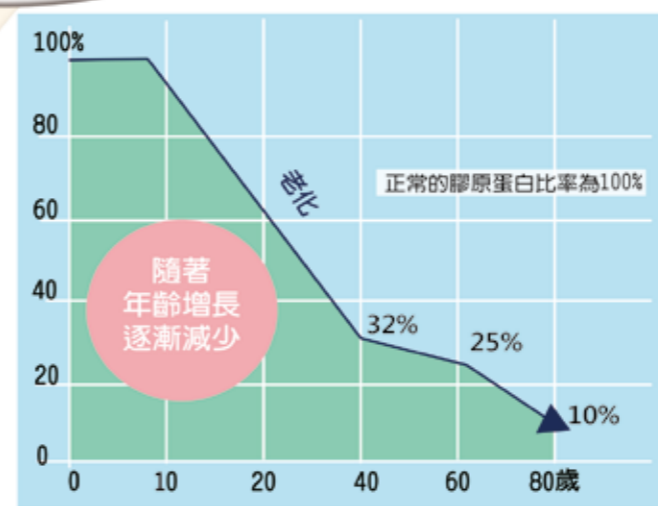
此一變色人工水晶體同時具備了透明人工水晶體與黃色人工水晶體之優點，除了過濾藍光，避免藍光對視網膜黃斑部的傷害，也可防止病人在昏暗環境下視力、辨色力、光度受到影響，白內障患者有了這項新的選擇，將使病人視網膜在強光下避免藍光的傷害，同時可保有良好的夜間視力。

近年來接受白內障手術的年齡有下降的趨勢，而民眾平均壽命則逐年的增加，因此對於白內障術後視力品質要求則日漸受到重視。目前健保給付的一般功能型人工水晶體，品質亦達一定的水準，可以滿足一般基本的需求；至於各式不同功能性人工水晶體的問世，除了滿足術後屈光需求外，同時也照護了視網膜黃斑部的健康，提升了白內障手術的術後品質。變色人工水晶體的問世，同時具備了透明人工水晶體與黃色人工水晶體之優點，讓白內障手術患者多了一項優良的選擇。

特殊功能性人工水晶體，屬健保部份給付項目。病人需自付差額。病人在術前可依自己本身狀況跟醫師討論，依本身的條件及需求選擇一般功能型或是特殊功能性人工水晶體。

退化性乾眼症

膠原蛋白 身體老化的指標



細紋、皺紋



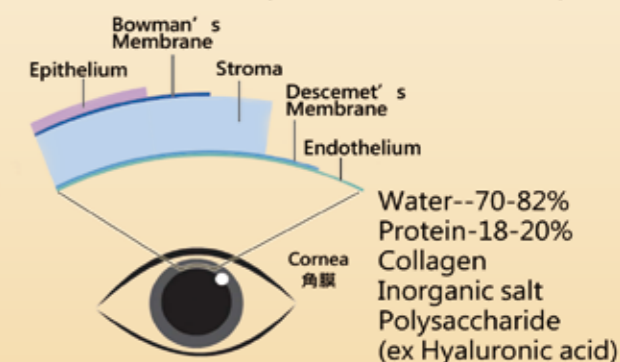
退化性關節症



退化性乾眼症



Layers and Chemistry Component of the Cornea (眼睛角膜組織結構)



Collagen

膠原蛋白
2000道爾敦小分子
可鞏固視網膜結構
保骨、眼睛濕潤
皮膚緊緻

Capros®

余甘子(超級水果多酚)
美白亮澤吃的美容聖品
五項美國專利
具多樣保健功能



Vitamin C

維他命 - C
促使膠原蛋白生成
保護眼睛抗氧化

N-Acetylglucosamine

N-乙酰葡萄糖胺
為玻尿酸之前驅物
使肌膚緊緻有彈性
強化眼睛黏液腺體
與鈣質結合成骨組織



人工水晶體 - 深度論壇

白內障手術後全方位的防護 自動變色非球面 人工水晶體

白內障術後需植入人工水晶體

當天然的水晶體被手術移除時，大概會造成一千八百度的遠視，因此當白內障手術接近完成時會植入人工水晶體，使光線能精準的投射在視網膜，提供白內障患者清晰的視力，所以人工晶體必須要與天然水晶體的功能越相近越好。

黃色與透明人工水晶體的優缺點

抗藍光水晶體（俗稱的黃色人工水晶體）被認為能過濾高能量的有害藍光，避免視網膜色素細胞的損傷，尤其是有些年紀大有黃斑部病變患者，因此有不少人會選擇黃色人工水晶體來保護眼睛。但是也有醫師反對，認為藍光與視網膜黃斑部病變目前並沒有直接的相關證據，而且藍光對我們日常暗視力、夜間視力及睡眠週期有重大的影響，若完全去除可能較容易得憂鬱症，甚至影響夜間開車患者的視力。



兩全其美的自動變色人工水晶體

科技始終來自於人性，童醫師表示很高興現在出現了這種可變色的非球面人工水晶體。它的變色機制主要是針對穿透力最強的UV-A (400-320nm) 紫外光產生反應，而角膜本身能夠過濾的主要是以穿透力較弱的UV-B (320-290nm) 及UV-C (290-100nm) 兩種紫外光，因此當它在戶外或強光底下約7-10秒便會開始溫和的變成黃色，阻隔有害藍光，而走進室內或暗處約30秒會變回透明。而且此款變色人工水晶體會依照紫外光強弱而有不同的變色程度，就像我們戴的變色眼鏡一樣，在有需要的時候提供最優的眼睛保護與最佳的視力表現。另外，非球面的設計讓光線的折射更接近真實角膜的曲度，減少球面像差而提高影像的清晰銳利度。

而目前已有不少患者選擇植入自動變色人工水晶體，提供白內障患者術後全方位的防護，不受大量的藍光傷害同時保有良好的夜間視力，享受科技帶來的方便與人性！

童逸禎 醫師

大順博愛
眼科診所總院長



價格實惠的淺層眼睛醫美

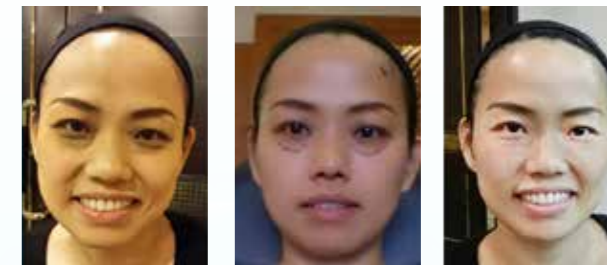
玻尿酸 告別3C眼

不管男生女生都愛漂亮，但你知道太常當低頭族也會讓你的眼睛下垂嗎？由於長時間低頭的因素，容易導致眼眶周圍組織鬆垮下垂而產生靜態紋。所謂的靜態紋是指即使臉部不做任何表情，也會出現的皺紋，我們就可以稱它為「靜態紋」；相對的，「動態紋」就是泛指做臉部表情時會出現的皺紋。邱院長表示，我們平均一天要眨眼六千次到八千次左右，當用眼過度會造成眼眶鬆弛、血液循環不好、眼皮下垂、眼尾凹陷等問題，會容易讓人看起來很疲憊、很不健康的樣子。

玻尿酸讓你看起來炯炯有神

當眼球周圍老化問題比較嚴重時，許多人會選擇施打玻尿酸來解決靜態紋的問題，施打玻尿酸可以有效改善凹陷及陰影的部分，讓眼睛看起來比較有神、明亮，而且不只是眼睛周圍，像是淚溝、蘋果肌凹陷都可以使用玻尿酸來修復。

很多消費者會質疑，像這樣稱之為「微整型」的療程，是不是很快就會失效了？對此，邱院長表示，這其實要端看玻尿酸本身的品質，光是玻尿酸本身就有快一百種產品，而邱院長所使用的更可以維持一年到一年半之間，續航力是非常好的。但院長也強調，玻尿酸本身是靠量去產



施打前 → 施打後

生它的效果，當使用者打的越深（肌肉層下面）、劑量越多，效果會相對的比較自然；當使用者打的比較淺層（皮膚組織）、劑量較少，在做比較大的表情時可能就會有突點問題存在，會比較不自然，但這一切就取決於使用者的預算，因為越高的劑量，相對的價格也會越高。

慎選慎選再慎選

現在市場上有太多的醫美診所，由於沒有公道價的存在，許多業者常常會以低價競爭，常常忽略了品質，這點是非常可惜的。對此，邱院長認為，在選擇的時候，一定要多加比較，千萬不要一味選擇價格較低廉的，邱院長建議大家找口碑較好的醫院診所，一分錢一分貨，以施打玻尿酸為例，除了玻尿酸產品本身的差異以外，雖然沒有開刀行為，但它依舊是侵入性的治療，依舊有它的風險在，而選擇經驗值較高、口碑較好的醫師，除了擁有美麗的外表以外，經驗值較高的醫師更能避免發生像是併發症、不適等症狀。

邱靖甯 醫師

安泰眼科院長



你知道什麼是幹細胞嗎？

幹細胞的醫學用途

科學家對幹細胞在醫學上的應用，抱持著樂觀的態度，但許多的證據顯示，直接使用幹細胞仍具有一定的風險，因為幹細胞與癌細胞一樣都具有不斷分化、複製能力。目前一般的常規醫療，只准許使用幹細胞治療白血病，而其他使用幹細胞的醫療行為，各國政府只准許用於實驗性的試驗，不可用在一般的常規醫療。

有其他方法安全的使用幹細胞技術嗎？

近來科學家發現，幹細胞除了會自己分化成身體裡面年輕的細胞，來做組織修復之外。幹細胞也會分泌多種成份，去活化身體裡面老化的細胞，以及激活處於冬眠狀態的幹細胞，因為不是直接使用幹細胞，不會有幹細胞轉變成癌細胞的疑慮。這項發現，使得幹細胞技術的運用可以更方便廣大和安全。而幹細胞分泌物也可以外用，例如擦拭於皮膚和毛囊，作為美容保養品，幹細胞則無法。



上圖：51 歲男性單邊（白色箭頭）使用幹細胞分泌物四個月前後
下圖：47 歲女性使用二個半月後

科學新知：你知道什麼是幹細胞嗎？

人體內中的幹細胞：
 胚胎幹細胞 - 胚胎時期才有，可以分化成各種器官組織
 成體幹細胞 - 成體幹細胞存在於已分化組織與器官中，具有自我更新、高度增殖和分化潛能。

幹細胞可以分泌三百多種成份，其中包括了數十種生長因子，加上許多不同的胜肽和細胞激素，形成一種功能強大的複合因子，而我們肌膚需要多種生長因子一起作用，來達到最好的效果。

目前可以提供幹細胞分泌物，是來自作為醫療產品的無菌豬的幹細胞分泌物，另一種則是抽取客戶的血液（或是脂肪），由此檢體中提煉培養客戶自己的幹細胞，作客戶專屬客製化的幹細胞分泌物。幹細胞分泌物混合特殊的保養液，擦拭在皮膚上，可喚醒肌膚內的幹細胞，達到促進新陳代謝以及膠原蛋白的產生，因此具有美白、消除細紋、活化肌膚功能。另外幹細胞分泌物也可以做成毛囊及髮根的保養品，具有減少落髮、促進髮質健康年輕柔順的效果。

幹細胞分泌液做的產品，是由人體細胞成分組成，非化學藥物，因此具有高度人體吸收性及相容性，不易過敏、容易代謝、不產生毒性等優點。幹細胞做成的產品可以直接擦拭，具有簡單、方便、不需打針及吃藥的優點，因此可以長期使用，為幹細胞再生醫學的重大突破。

梁中玲 醫師

亮晶晶眼科
院長



小孩視力不能等！弱視要儘早就醫！

治療不能等

所謂的弱視，是指小朋友視力經過矯正後，視力仍舊無法達到 0.8 以上，就可以稱之為弱視。然而，小朋友的弱視治療是有時間限制的。7 歲以前是治療的黃金期，8-10 歲雖然已經過了黃金期，經治療仍然有機會成功，一旦超過 10 歲，視覺發育就定型了，治療成功的比率便大幅下降。

簡醫師表示，針對孩童視力問題，在小學一年級時，各個學校都會進行視力篩檢，針對視力有問題的小朋友做定期的追蹤；在雙北市的小朋友近年還有政府補助的「護眼護照」計畫，強制二年級所有小朋友要給眼科醫師做檢查。

弱視原因很多種

1. 屈光不正：
遠視大於 400 度、散光大於 200 度或是近視大於 600 度。
2. 兩眼不等視：
比如說一隻眼睛遠視 100 度，另一隻遠視 400 度，400 度的那隻眼睛視力就無法正常發育。
3. 斜視：
雖然斜視的那隻眼睛能有清晰的影像，但是影像傳入大腦會被自動抑制而無法正常發育。
4. 視覺剝奪：
例如先天性的白內障或眼瞼下垂，阻礙視線，視力無法正常發育而導致弱視。

簡醫師表示，造成弱視的原因有好幾種。而根據統計，治療成功後未正常追蹤導致視力又再次下降的人數可能高達 25%，所以定期回診是必需的，千萬別以為好了就再也不需要做治療。



平時保健不可少

小孩的視力永遠是家長最頭痛的問題之一，很多人都指 3C 產品為最大的元凶，對此簡醫師認為，把 3C 近距離使用、長時間使用才是造成視力問題的原因，其實看書、拼圖、玩積木過度長時間使用都一樣可能導致近視度數上升。因此正確的觀念應該是讓小朋友多做戶外活動，多接觸大自然少待在家；若是發現視力有不正常，一定要儘快檢查，以免耽誤黃金治療期。

簡醫師特別提到一個案例，一位小朋友已經 8-10 歲左右，雙眼視差非常嚴重，一隻眼睛的遠視高達 800 度，父母才帶她來檢查。簡醫師感慨的說，其實這在入學前的篩檢就能檢測出問題，只是因為父母太忙，忽略了這項警訊，也沒有空親自帶小孩來醫院，錯過了黃金治療期，小孩的視力就很難再救回來了，即使工作再有成就，也換不回孩子的眼睛健康。

簡克鴻 醫師

國防部醫學院
眼科醫師



視力保健篇 - 角膜篇

大部分的病患都會搞混結膜炎與角膜炎的差別，因為它們實在是太像了！到底這兩者之間有什麼差別呢？又要怎麼對症下藥不讓病情越拖越嚴重呢？本期邀請陳永豐醫師與蕭靜熹醫師來為讀者做解答！

角膜炎

陳醫師表示，角膜炎是黑眼球最外層的眼角膜受到損傷而引起的，以乾眼症引起的角膜炎為例，它的症狀是異物感不適、眼睛發紅，嚴重一點可能會有視力模糊及畏光的情況產生。由於一開始的病狀並不嚴重，很多病患會以為是過敏等等現象而沒有及時就醫，往往到更嚴重之後才會有警覺心，這時候治療期可能就要兩星期到一個月了。

至於它的治療方式，陳醫師表示大部分的患者只要好好的點人工淚水，依據嚴重程度還會再搭配類固醇眼藥水或者是局部的消炎藥，醫師強調，人工淚水還是希望大家能夠使用不含防腐劑的人工淚水，避免眼睛再次受到刺激。

若嚴重程度不能只靠藥水治療的話，醫師也會採用配戴保護型隱形眼鏡、自體血清甚至是眼瞼縫合手術，但絕大部分的患者都可以依據藥物治療來紓解症狀，也不需要過度恐慌。

當然角膜炎絕非一定是由乾眼症引起的，像是隱形眼鏡、病毒感染等等都有可能，醫師強調，當眼睛有不適時一定要盡快就醫，醫師才能針對病因，給予不同的治療方式。另外，也可以吃能讓淚水分泌減少的營養品，像是小米草等等。

結膜炎

蕭醫師表示，結膜是眼白部分最外層的透明組織。而結膜炎的成因可分為感染性跟非感染性兩種，像是最常見的病毒引起流行性結膜炎就是屬於感染性結膜炎，而像是過敏、自身免疫系統引發的就是非感染性結膜炎。針對過敏部分的結膜炎，蕭醫師說其實過敏結膜炎可再分為季節性、春季性、異位性及隱形眼鏡引起的結膜炎。

結膜炎本身引起的症狀會有紅腫癢、分泌物（眼屎）產生、異物不適感及灼熱感。至於治療方式，蕭醫師表示若知過敏原能去避免過敏原才是治本的方法。穩定過敏細胞的藥水，藥效約兩週才會出來。要快速解除不適感的話，可用冰敷或使用抗組織胺藥水。至於較嚴重需要用到類固醇眼藥水的患者，蕭醫師強調說，不建議患者自行購買，一定要經由醫師診斷後由開立處方，並須回診，因為類固醇若長期使用，可能會造成眼壓升高，白內障等併發症。

陳永豐 醫師

長庚紀念醫院
北院區眼角膜科
主治醫師



蕭靜熹 醫師

長庚紀念醫院
北院區眼角膜科
主任



視力保健篇 - 孕婦也要護眼睛

許多高度近視孕婦都會在懷孕第三期左右時因為視力急速下降而至眼科求診，甚至有孕婦會出現眼底大量出血的情況，但懷孕與視力衰退到底有什麼關聯呢？那是因為孕婦缺乏了一些「必需」的營養補充，而且懷孕期間又大量受光用眼，以致造成眼睛無法負擔的原因。

在眾多的必需營養素裡頭，Omega-3 中的 DHA 與胡蘿蔔素中的葉黃素是人體無法自行合成的，兩者都是必須靠外界供給的「必需」脂溶性物質，而它們也是少數能通過視網膜屏障（BRB）到達視網膜的黃斑部的必需成分。因此，這些特殊成分與維護眼睛視力功能息息相關。

DHA 對於建構胎兒優秀的神經系統，及傳承表現父母的基因特質非常的重要，在懷孕初期的時候母體內的 DHA 就會開始往胎盤集結，好提供胎兒發育所需。此外，在母體臍帶內也可以發現高量的葉黃素，也能印證胎兒眼部發育是需要從母體內去獲得葉黃素的。

在懷孕六個月時，寶寶開始大量吸收媽媽體內的營養物質，造成孕婦血中的葉黃素與 DHA

逐漸下降，這樣的情況會導致孕婦記憶力下降、睡不好、視力衰退、脾氣不好等現象產生，所以額外的補充就變得非常重要了！不只是高度近視族群的孕婦，其實每一位孕婦都應該要適時的補充營養品。國外研究也顯示，有在懷孕第三期補充 DHA 的孕婦所生的小寶寶，五年的追蹤期下，可以明顯發現小孩的 EQ、IQ、睡眠品質、脾氣及服從性上都比沒有補充 DHA 的小寶寶表現來得好。

那孕婦到底該吃什麼？該注意什麼？其實，除了從深綠色蔬菜（葉黃素）、及深海魚（富含 omega-3）以外，市面上也有許多補充葉黃素及魚油的產品，但孕婦一定要謹慎挑選，市售的魚油有非常多種，首先，上面都會標示 EPA 與 DHA 比例，EPA 比例多的不適合孕婦食用，應要挑選 DHA 比例較多的魚油。「吃油降油只有魚油」，是完全不必擔心吃魚油後，膽固醇升高或造成肥胖的。

在哺乳時期，醫師也會建議媽媽們繼續補充葉黃素與魚油，因為授乳時期也會造成母體的營養流失。此外，醫師也強調未雨綢繆的重要，也就是平時注意眼睛保養，不要過度使 3C 產品，飲食均衡外，多攝取綠色植物及深海魚，這樣才不會懷孕後或授乳期，除了會擔心母體因 DHA 及葉黃素低下，造成黃斑部無法抵抗光線的傷害外，胎兒也因攝取不良，造成眼睛無法正常發育。

陳瑩山 醫師

新竹國泰綜合醫院
眼科主任



角膜移植 Q & A

誰需要移植角膜

林醫師表示，正常的角膜應該是透明無色的，由於沒有血管，也特別的脆弱，若是遇到外力，就可能受到永久性的傷害而造成混濁。若是只有角膜受傷無法復原，即可考慮作角膜移植。

像是角膜白斑、水腫、表面不平整、圓錐角膜、外傷導致角膜裂傷嚴重甚至潰瘍，都是屬於可以接受角膜移植的患者。

手術前該注意什麼

國內角膜移植一定要先登記，首先需做一連串的检查（抽血、眼球弧度測定、細胞、視神經功能、用藥紀錄等等），最後做配對，等待合適的角膜。林醫師表示，像是本身已經有弱視、視網膜病變的患者，即使換了角膜，視力改善還是有限的；有青光眼的患者必須要先控制，才能進行角膜移植手術；若有眼瞼閉合不全、睫毛倒插、眼瞼內翻或外翻等等毛病，也必須先矯正。此外，手術前一定不能發有發炎的情況產生。

而角膜也有分國內與國外兩種，在台灣由於器官捐贈不盛行，通常等待時間會比較長，時間從幾天到幾年都有可能。至於國外，林醫師表示大多數的角膜都是從美國的眼庫進口，為了讓角膜延續可使用的時間，都會將角膜存放在保存液裡頭，不管國內外手術成功率是差不多的。

林宏裕 醫師

彰化秀傳醫院
副院長
世紀眼科院長



手術有哪幾種

林醫師表示，角膜移植有分全層移植以及層狀移植。現在許多病患都傾向層狀移植，它的優點在於傷口會比較小、也比較不會因為碰撞導致併發症；且患者的視力恢復較快、較佳，此外，保留內皮層可以降低組織排斥的機率。

目前最新的手術為「內皮細胞移植」（DSAEK&DMEK），它是屬於層狀移植，針對角膜內皮細胞損壞，但其他層是沒受損的患者。它的好處是手術沒有縫線，可以避免縫線所造成的後遺症、高度散光的情形；而且排斥反應很低、術後視力也很快恢復。



術後保健二三事

成功的手術是指，經過半年檢驗期，基本上移植的角膜已經成為自己的角膜，且沒有併發症等問題，林醫師表示現在手術成功率可以高達80%。

術後三個月內要儘量避免眼壓上升的動作，像是提重物、轉頭、用力、劇烈運動等等；也要依據醫師指示點藥，以防感染及排斥的作用。林醫師表示，患者一定要做好心理準備，因為開完刀後半年間，一定要定期回診、點藥以及做檢查，確保眼睛康復狀況，而且一定要非常注意自身眼睛的狀況，只要稍有不適一定要立即就醫。

新希望!! 幹細胞治療AMD

近年來幹細胞的使用正在蓬勃發展中，從臨床實驗到醫美所使用的幹細胞生長因子，層面非常的廣，卻也有許多爭議，本期透過訪談邱士華醫師，更深入的去了解幹細胞治療黃斑部病變的趨勢。

據醫學統計，台灣在65歲以上人口，有一成的人罹患「視網膜黃斑部病變」，其會造成視網膜組織或是色素細胞受損，更為台灣老年人口失明的主因，然而後期病患幾乎無法靠藥物治療，因此胚胎幹細胞的研究可以說是未來的一道曙光。

胚胎幹細胞

幹細胞有很多種類，目前用在治療眼睛上的是「胚胎幹細胞」，為什麼要使用它而不是其他的幹細胞呢？邱醫師表示，由於胚胎幹細胞是取自受精卵，它本身就是人體一切的開端，可以分化成人體各個組織、器官，因此它的能力非常的強。其餘種類的成體幹細胞雖然也可能有足夠能力修補視網膜色素上皮細胞，但若要成功分化細胞、甚至分化成整個視網膜，還是胚胎幹細胞較可行。

許多對幹細胞存疑的人認為，幹細胞與癌細胞是一樣的，因為它們都具有分化的特性，因此擔心幹細胞會有癌化可能而不受控制。然而就目前美國所做的視網膜幹細胞移植個案來說，並無癌化的情形被發現。

邱醫師認為，以治療黃斑部病變來說，目前在不管是在技術上、及人體免疫排斥性上所產生問題較小，但胚胎幹細胞本身較具爭議的，是關於倫理議題。因為胚胎幹細胞的取得是來自受精卵所分化成的早期囊胚，等同於必須扼殺一個胚胎才有辦法取得胚胎幹細胞。

以目前美國臨床實驗來說，目前胚胎都是由捐贈者捐贈，而一個胚胎幹細胞可供18位試驗

者使用，在未來甚至可能可以供千人以上使用，若是它的使用性高、技術成熟、幫助的事情大，這些議題是可以在一個公正的平台上去討論、解決的。

以美國的試驗為例，目前第二期實驗已經接近尾聲，七成的患者在視網膜的生長、色素上皮細胞都有很好的效果；也沒有免疫排斥性的問題。此實驗可以說是人類在胚胎幹細胞成果上很大的突破，有諸多證據都樂觀顯示，胚胎幹細胞甚至可以分化成感光細胞，未來在眼睛疾病的應用上非常的廣泛。

展望台灣

歐美、日本都已經如火如荼的在進行實驗，至於台灣呢？邱醫師認為，台灣在幹細胞的研究成果上不亞於其他先進各國，尤其在眼睛病變這塊領域，已經有相當成熟的技術，只是礙於現行法規、倫理問題等需要去解決，如何做法規上的修改、倫理問題上的討論，都是要儘快進行的。邱醫師樂觀的表示，在未來，胚胎幹細胞將會成為治療視網膜病變的主流。

邱士華 醫師

臺北榮民總醫院
醫學研究部
基礎研究科主任



HISEE 魚油葉黃素膠囊

識力茫茫非偶然

5:1黃金比例
全省眼科醫院診所洽詢



好油新主張

- 英國GMP廠品質保證 (CRODA)
- DHA : EPA (5 : 1)
- 人體利用度高的TG型魚油
- 三道鑽石級蒸餾純化萃取
- 純淨海洋中的小型魚類
- 高總的Omega-3多元不飽和脂肪酸的濃度 (70% 以上)
- 歐洲藥典標準



海吉尼斯 生物科技股份有限公司
HYGELANURSE BIOTECHNOLOGY

服務專線：(02)2503-8055

對付乾眼症該怎麼做？

中醫是門歷史悠久的學問，從黃帝內經開始不斷流傳、發揚光大。針對這次的乾眼症問題，透過訪談郭醫師，我們看到許多與西醫不同的觀點。

中西差異

郭醫師認為，西醫在對付眼睛疾病上是屬於比較「微觀」的，西醫會從組織、結構等等非常科學、細微的內涵去探討，針對特性做分析、治療，看的問題非常的細，只是還是會遇到治療瓶頸，還是會有些患者無法痊癒。而中醫就是屬於較「宏觀」的理論，中醫會考慮時、地、人，比如說在一年四時節氣裡頭，「秋」是屬於乾眼症的好發期；以地理位置來看，較乾、冷的地方比較容易眼睛乾澀；以人來看，就會有分陰、陽、虛、實等等不同體質，這些「證型」整合起來，就是中醫診斷的依據，以眼睛疾病來看，五臟六腑、經絡可能都是導致的因素，可以說是牽一髮，動全身，雖然中醫看不到西醫那些細微結構上的東西，但卻擅長從整體方面切入去調整體質。

中醫怎麼對付乾眼症

郭醫師透過臨床經驗與我們分享幾個例子，他表示，同樣是眼壓高，就會有好幾種不同的治療方式，這就是中醫的特色之一：針對症狀特徵、人的體質去歸類、探討疾病跟五臟六腑哪類相關，再針對不同類型給予不同藥物處理，也就是所謂的「辨證治療」。以乾眼症為例，若是診斷結果是由肺引起的，就會給予類似像養陰清肺湯的藥方做診治；若是屬於肝腎陰虛的話，則會給予像是六味地黃丸的藥方；屬於陽虛浮火類型的，就使用溫補方法；脾胃虛弱的话，那歸脾湯就是很好的藥方。



滋養小秘方

中醫的藥方有千百種，到底該吃甚麼才能顧眼呢？

對此郭醫師分享了幾樣食材，針對不同體質吃不同的食材可以保健、甚至是治好惱人的乾眼症。

針對肝腎陰虛不足：

海參 / 蛤蠣 / 燕窩 / 白木耳
桑椹 / 烏梅 / 枸杞 / 西洋參

針對肝火較旺（陽）：

菊花 / 銀花 / 桑葉（養肝明目清熱作用）

茶飲部分：

枸杞三錢 + 菊花三錢 + 谷精草兩錢 + 桑葉兩錢

（單位：壹錢 = 3.7 克）

常用藥方

杞菊地黃丸：

熟地黃、山茱萸、山藥、澤瀉、牡丹、皮茯苓、枸杞、菊花

養陰清肺湯：

大生地麥、門冬甘草、玄參貝母、去心丹、皮薄荷、白芍

滋腎明目湯：

四物、人參、桔梗、山梔子、白芷、黃連、菊花、蔓荊子、燈心草、茶葉

血府逐瘀湯：活血的藥方

郭忠禎 醫師

長庚紀念醫院 中醫
內兒科主治醫師



封面人物

黃倩萍

三立新聞主播

本期封面黃倩萍為知名主播及電視主持人。本身就有近視的她，再加上長期面對鏡頭、螢幕及大量閱讀稿件，常常會有眼睛乾澀等等的小毛病，而她平常都怎麼保護自己的眼睛呢？本期透過專訪讓黃主播與讀者分享她的護眼小秘訣。

我 因為工作的關係，要一直面對強光與螢幕，久而久之，眼睛理所當然的會常常乾澀。

另外，因為近視，我都會戴著隱形眼鏡，但同時又要上妝，所以常常會眼影粉等等的油污跑掉眼睛裡，視線會有霧霧的感覺、很不舒服，對付這些問題的方法，我發展了自己的護眼小撇步。

首先，我會隨身攜帶日拋型的隱形眼鏡，平時的我都會戴比較長期的軟式隱形眼鏡，一旦眼睛不舒服、或有眼妝跑進眼睛裡的話，我會馬上換成日拋的隱形眼鏡。

再來，我也會慎選洗卸的產品，因為使用不好的產品的話，眼睛常常會更不舒服，因此我都會挑選天然成分、不含酒精的卸妝產品。此外，我也會常常搭配洗眼劑、熱敷眼睛、人工淚液、在家裡看書時的燈光等等的方式去保護自己的眼睛。比較特別的是，我還會用穴道按摩來舒緩眼睛的不適。眉頭到眉尾、眼睛四周的骨頭、下臉頰的顴骨輕輕的按摩，會有微酸的感覺，按摩完後會很舒服。

平常我也會多攝取一些對眼睛有益的天然食材，像是小藍莓、魚、花青菜、葡萄等紫色的食物等等，補充眼睛所需的營養。也因為自己眼睛有這些小毛病，對於小孩的眼睛保健，我也非常的重視，像是會買不炫光的檯燈；也會規定使用 3C 產品的時間，每 20 分鐘就要休息

10 分鐘；有時間的話也會多帶小孩外出走走，盡量別一直待在家裡。

其實我的護眼方式很簡單、也很輕鬆，每天只要多花一點時間就可以讓眼睛更舒服，因此不妨試試我的方法，或許對你也有幫助喔！



大摩傳奇 璀璨不滅

如果你知道自己去哪裡，全世界都會為你讓路。
儘管放手一搏，再浩瀚的宇宙，
你都能創造耀眼軌跡！



大摩12年單一麥芽蘇格蘭威士忌

TO THE BRAVE

1263年Mackenzie家族首領勇敢迎向巨鹿，綻放出勇敢獻身的精神，國王亞歷山大三世便將「12叉鹿角之鹿首」皇室徽章授予Mackenzie家族。直到今日依然閃耀，大摩在拍賣場屢創下全球威士忌正式拍賣價格的世界紀錄，如Mackenzie家族名言「璀璨耀眼，永不燃盡」。

禁止酒駕  酒後不開車 安全有保障

品酒專區

「蘇格蘭威士忌」風靡全球，其中又被劃分為六個產區，各區有不同的風味、不同的歷史，本期Dr.Club專欄，與愛威士忌的你用一頁篇幅一淺談六產區，若想要更了解，不妨去翻翻《世界威士忌地圖》。蘇格蘭威士忌這個名稱，只可以使用在蘇格蘭蒸餾、並在當地已橡木桶陳年三年以上的穀物蒸餾酒，而蘇格蘭因為風土、地理環境等因素，造就了許多區域性的特色，演變出很多說法，目前最常見的就是「六產區」。

低地區

相對於高地區，口味以清淡為特色。是以出產加味酒、基酒聞名。

艾雷島

艾雷島 (Isle of Islay) 是一個位於蘇格蘭西南部的離島，與世隔絕的此區正好是面對大西洋海風的第一線，當威士忌由愛爾蘭傳入蘇格蘭時也是由此起源，因此無論是在歷史上還是地理上，都擁有迥異於其他離島的地位。艾雷島盛產泥煤 (peat)，此區的威士忌普遍擁有非常重的煙燻程度，由於大部分的酒廠都緊鄰海岸線，因此海鹽般的鹹味也是此區威士忌普遍的特色之一。

島嶼區

包括奧克尼群島 (Orkney Islands)、斯凱島 (Isle of Skye)、茂爾島 (Isle of Mull)、侏羅島 (Isle of Jura) 與亞蘭島 (Isle of Arran)。而島嶼區常常受到海風的吹襲，因此酒中蘊含明顯的鹹味與碘味。

坎貝爾鎮

以坎貝爾鎮為中心的此產區，由於距離蘇格蘭與英格蘭本土非常遙遠，再加上境內盛產大麥與泥炭，天生就是非常優良的威士忌酒生產地點。

由於位置上與艾拉島一樣，位於大西洋海風的向風面，以及大量使用泥炭燻烤，坎貝爾鎮的威士忌在口味上也是屬於偏重型。香氣濃烈、酒體厚重再加上鹽味與炭燻，坎貝爾鎮威士忌曾一度被認為是最有「男人味」的種類。

高地區

高地區的地形起伏劇烈、氣候凜冽，因此也塑造了個性較為強烈的威士忌產品形象。然而，有鑒於該區包括的範圍廣大，區內的蒸餾廠分布零星，要想很明確的歸納出一個高地區威士忌的特色，其實不容易。如果要說，質地確實，口味甘烈，帶有一些泥炭燻香與海水鹽味，可能是大部分高地型威士忌都有的特質。

斯佩塞

斯佩塞 (Speyside，斯佩河的河岸) 的興盛，其實可以歸功於調和式威士忌的發明。斯佩塞地區的地形、氣候與豐富的水源及農產，製造出來的威士忌普遍帶有比較豐富的果香與花香 (該地區的山坡地帶，經常滿布石南這種溫帶植物)，以及些許的泥煤煙燻，這樣的威士忌產品非常適合使用於調和威士忌，因此逐漸在該產業裡面斬露頭角。目前斯佩塞是麥芽威士忌酒廠裡面密度最高的一區，而這些蒸餾廠，大都集中在斯佩河與其他幾條河流沿岸的河谷地區裡面。



不論你是威士忌行家，還是剛接觸威士忌的新手，想一次了解全世界所有的威士忌，《國家地理世界威士忌地圖》就是你的最佳選擇。帶領你實地走訪全世界每一個威士忌生產國，探索每個地方的生產歷史、流程特色、蒸餾廠和風格表現。

而威士忌品牌如雨後春筍般的成立，你不能只了解約翰走路、麥卡倫了！這本書告訴你許多你不知道新興威士忌品牌，跨出蘇格蘭區，從日本、玻利維亞、瑞典到南非，一覽全球各個國家威士忌的品牌歷史與特色。

完美的威士忌工具書

酒不是好東西，
但不能不喝。

《酒徒》劉以鬯

本書的作者也是大有來頭—戴夫·布魯姆 (Dave Broom)，從事威士忌寫作與報導超過 25 年，是全球最具影響力的威士忌專家之一。已出版八本書，其中兩本《喝吧！》(Drink!) 和《蘭姆酒》(Rum) 獲頒格蘭菲迪年度最佳酒類圖書獎，並曾兩度贏得格蘭菲迪年度最佳酒類作家獎。2013 年獲聲譽卓越的國際葡萄酒暨烈酒競賽 (IWSC) 頒發年度最佳品評人獎。

他將威士忌分成五大「風味陣營」(flavour camp)，作為最完美的選購指南，包括香氣細緻濃郁的「芬芳花香型」，散發如餅乾般香味的「麥芽不甜型」，充滿香草、奶油、松樹、椰子和甘味料香味的「水果香料型」，有明顯的蛋糕、苜蓿、核桃和無花果味的「豐富圓潤型」，以及以煙燻味為主體的「煙燻泥煤型」。讓消費者可以依據風味，挑選自己最適合、最喜歡的威士忌，還在等什麼？拿起一杯酒，與《國家地理世界威士忌地圖》一同沈迷在酒香當中吧！



水果酵素

蔬果精華 酵果加倍



日本山茶花萃取
體內廢物清道夫



專利草莓多酚
白皙透亮新選擇



綜合蔬果
幫助消化 健康UP↑



奇亞籽
幫助腸胃蠕動



難消化糊精
水溶性膳食纖維

Review 書摘

甩油減糖 - 健康不復胖

肥胖已是新國病！根據衛生福利部在 2012 年的報告指出，台灣是亞洲地區肥胖盛行率最高的國家，台灣有 1/2 男性、1/3 女性及 1/4 兒童有體重問題，每年因嚴重肥胖接受減重手術者更超過 2300 例以上，所占人口比率也是亞洲國家最高。

而台灣近年十大死因約有六成與肥胖有關，如部分惡性腫瘤（如：大腸癌、乳癌、子宮內膜癌等）、心血管疾病、高血壓性疾病、糖尿病、中風等，都與「肥」脫離不了關係，而五成以上的肥胖者都有阻塞性睡眠呼吸中止的問題。

傳統的糖尿病治療只能以飲食、運動、口服降血糖藥或施打胰島素等方式來控制血糖，延緩併發症發生的時間。但近年來醫界已經證實胃腸道手術可以有效控制血糖，可以讓大多數的第二型糖尿病患者手術後不再需要吃藥或打針，就可以維持良好的血糖濃度。

病人在接受手術後糖尿病通常會快速、有效地得到改善，病人可能本來需要服用兩、三種口服降血糖藥或打胰島素，在開完刀後有機會不需再服用任何藥物，或只需服用少量藥物即可將血糖控制得很好，因此減重手術在最近幾年又有一個新的名稱為「代謝性手術」或「糖尿病治療手術」，如《甩油減糖健康不復胖診治 & 飲食全書》中的陳董事長、梅嫂、阿振等人都有糖尿病的問題，但接受手術後身體的狀況都有大幅度的改善。



然而現代人愛美，體重永遠都多一公斤。想要瘦，也要瘦的漂亮、瘦得健康、瘦的長長久久！這次由名醫群出的「甩油。減糖。健康不復胖」一書，從肥胖的定義、肥胖造成的威脅、減重、代謝性手術的術前評估、手術的選擇、飲食照顧，將你所需的知識秘笈一網打盡。





視網膜醫學會
高雄榮總許淑娟
晚宴花絮

The Dalmore大摩
品酒會花絮





膠原蛋白傷口敷料

"耐敷吉"

Collagen Wound Dressing 

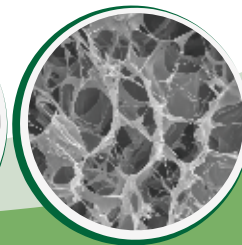
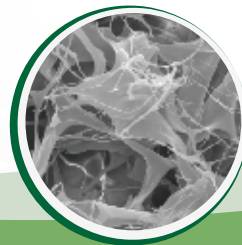
照護傷口守護者

產品規格：

- MWCC-01-3035 : 30mm X 35mm X 2 mm
- MWCC-01-2020 : 20mm X 20mm X 2 mm

衛部醫器製字第004686號

南市衛醫器廣製字第1040300006號



產品特色

- 1 可吸收滲液，提供傷口濕潤環境
- 2 良好生物分解性，減少更換頻率
- 3 避免傷口過於乾燥。
- 4 多孔結構透氣性佳
- 5 低過敏、低抗異性



醫療級生產設備10,000級潔淨室



高潔淨度凍乾設備