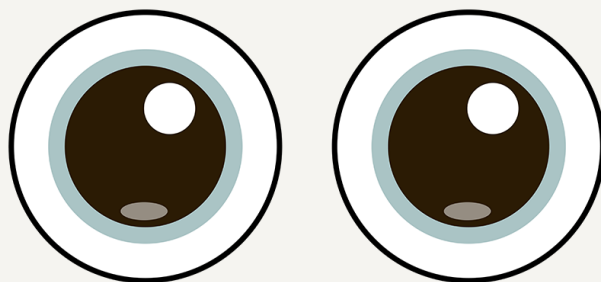


臺北榮民總醫院蘇澳分院

飛蚊症之照護

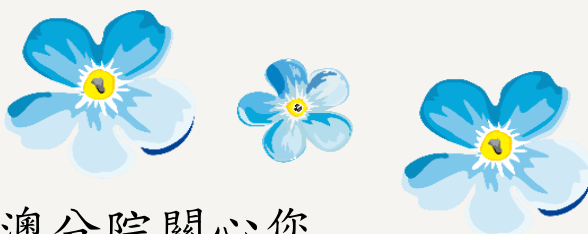
111.2修訂



臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話：

03-9905106轉6100或6150





什麼是飛蚊症？

飛蚊症主要是因為眼球玻璃體退化而產生的現象，造成看東西時，感覺有黑影擋在眼前，在眼球轉動時更容易看到，這類眼前看到漂浮物體，不論是何種型態，都泛稱為飛蚊症。



常見的飛蚊症症狀有哪些？

1. 感覺眼前有黑點、黑影在移動，干擾視野，形狀大小不同，可能是線狀、網狀、圓形或小點。
2. 黑影會跟著眼球移動，當看左，它跑向左，當看右，它就向右。

有上述症狀不一定是飛蚊症，若您有上述症狀，請至[眼科門診](#)就醫。



常見的治療方式有哪些？

1. [眼底視網膜檢查](#)：大部分飛蚊症是良性不用治療的，但須定期至眼科進行眼底檢查，以確定視網膜有無病變。
2. [雷射治療](#)：
 - (1) 如果是因周邊視網膜有形成裂孔，則須先接受雷射治療，以防止造成視網膜剝離。
 - (2) 如果是玻璃體出血引發的飛蚊症，需先口服止血劑三至六個月，再做雷射治療。
3. [手術治療](#)：若病變擴大，就必須做玻璃體切除術或鞏膜扣壓術等治療。



照護原則



1. 減少看手機及電腦的時間，避免眼睛過度使用。
2. 若有飛蚊、閃光光影、高度近視、糖尿病患等，都要定期檢查。
3. 日常可以多攝取具有抗氧化的食物，並從牛奶、蛋、魚、全穀類及豆類、深綠色蔬菜及蔬果補充營養，適度補充營養品，如葉黃素、魚油。



牛奶



蛋



魚



深色蔬菜



水果



魚油