

【請即發佈】

## 陳慧珊籲全城關注乾眼症 支持【奧比斯世界視覺日】

久未露面的陳慧珊 Flora，今日化身愛眼之星，出席「奧比斯世界視覺日」頒獎典禮。Flora 平日除了忙碌照顧家庭，已經完成碩士課程的她，最近亦忙於攻讀教育博士課程，絕對是時代女性的代表。Flora 舉手投足散發的知性氣質，一直令觀眾著迷，不過原來她與很多都市人一樣，經常受乾眼問題的困擾。

Flora 分享，自己平日都會注意眼睛健康，例如閱讀時會格外留意讓眼睛休息，但由於使用電腦、手機時間，無可避免愈來愈長，近年眼睛都出現乾眼問題，有時需要使用眼藥水，滋潤眼睛。

其實 Flora 情況並非罕見，奧比斯藉世界視覺日，早前與香港眼科學會、香港防盲協會完成了一項「OSDI©乾眼症指數」網上調查。2741 名接受自我測試的市民中，三成可能患有嚴重乾眼症，但當中八成人士從未就乾眼症問題求診，顯示市民普遍低估乾眼症對眼睛健康的影響。

Flora 亦表示，聽過眼科醫生的護眼方法，主要是透過「20-20 護眼法則」保護眼睛，即使用電子屏幕，包括電腦、平板電腦及智能手機時，應每 20 分鐘作 20 秒休息。她經已特別提醒自己要讓眼睛休息，加上注意眨眼，幫助淚水均勻滋潤眼睛，眼乾情況得到改善。

她又說，長時間使用隱形眼鏡可能是眼乾的原因之一，其實每天配戴隱形眼鏡的時間不應超過 10 小時，每星期最好有一至兩天不要配戴隱形眼鏡，讓眼睛休息一下，情況自然會有改善。

在【奧比斯世界視覺日】的倡導活動上，陳慧珊戴上奧比斯救盲襟章，呼籲大眾時刻關注眼睛健康。她更與一眾主禮嘉賓攜手主持「世界視覺日：承擔救盲重擔」的儀式，展現對失明人士的加力，期盼大家一起携手，正視全球眼疾問題，讓更多人擺脫黑暗命運。

### 傳媒查詢：

奧比斯傳訊部           ：   黃卓然 Kennis Wong  
電話：2508 7029        傳真：2877 1297   電郵：[kennis.wong@orbis.org](mailto:kennis.wong@orbis.org)