

健康視力檢查表

如何保持一生好視力

每年進行眼科檢查



佩戴太陽鏡



不吸煙

吸煙會增加以下風險：

白內障
視神經損傷
黃斑變性



避免常見眼睛傷害源頭

每年有 72 萬的加拿大人患有醫源性眼損傷。



44%
的傷害發生在家中

眼睛在家中受傷的常見原因有：

16%
發生在工作場所

- 家庭裝修
- 化妝用具
- 指甲

14%
發生在學校或其它地方

15%
發生在運動和娛樂時

- 家用清潔產品
- 隱形眼鏡佩戴不當
- 隱形眼鏡濫用

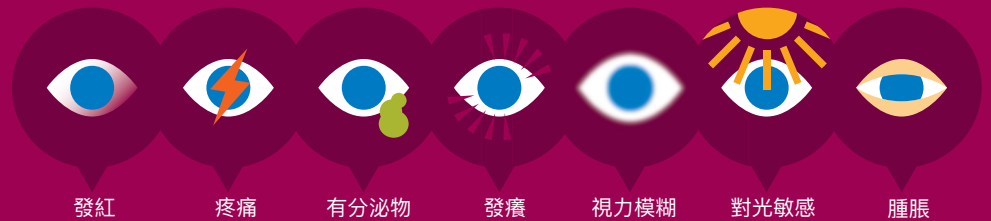
11%
發生在道路上

了解您的家族病史



重視眼部感染問題

症狀包括：



注意！

如果您懷疑眼部感染，請立即去看眼科醫生。耽誤治療可能導致視力下降。

找一位了解您眼睛病史的眼科醫生

找一位了解您和您的眼睛病史的眼科醫生，可以確保您在適當的時間得到正確的治療。請在此空白處記錄眼科醫生的聯繫信息：

姓名：

電話：



CANADIAN ASSOCIATION OF OPTOMETRISTS
ASSOCIATION CANADIENNE DES OPTOMÉTRISTES

需要一位眼科醫生？請瀏覽 at <https://opto.ca> 查找您就近的眼科醫生