

合適、戴上是否感到舒適、會不會容易跑片等情形，再決定是否購買。

配戴隱形眼鏡時，雙手需先清潔並擦乾，若鏡片不慎掉落桌面、地面，則需洗淨消毒後再戴上。初次配戴隱形眼鏡者建議一天配戴4-6小時，後續再逐步調整配戴時間，睡前務必摘除鏡片。

若有視力不良的情況，可先至眼科檢查，確認是否是近視、散光問題，經由專業人員的驗光，再決定使用合適的眼鏡或隱形眼鏡。日常生活中也應保持

良好的用眼習慣，並避免長時間使用3C產品。

食藥署也提醒，隱形眼鏡屬於醫療器材，業者須取得醫療器材許可證後始得製造或輸入販售。民眾在購買隱形眼鏡時，需詳閱包裝上的說明書與注意事項並將其妥善留存；清潔液、生理食鹽水、保存液等隱形眼鏡相關物品，使用前亦須詳閱說明書並留意保存期限，以此善待我們的靈魂之窗。

文字撰寫 | 食力編輯群

受訪對象 | 臺北醫學大學附設醫院
眼科兼任主治醫師 林宜鴻

3 認識管制藥品

您是否曾聽過管制藥品？依據管制藥品管理條例，管制藥品是指成癮性麻醉藥品、影響精神藥品，或其他認為有加強管理必要之藥品。食藥署進一步解釋，管制藥品依習慣性、依賴性、濫用性及社會危害性的程度分四級管理，且限供醫藥及科學上之需用，否則會被視為毒品。

憑處方箋，方能領取管制藥品

醫療上，使用管制藥品須經醫師診療後才能憑處方調劑供應，如用於癌症疼痛止痛時的嗎啡（Morphine）、開刀麻醉常使用的牛奶針（Propofol）或治療失眠時使用的佐沛眠（Zolpidem）等藥品。



然而，因管制藥品可能具有成癮性及濫用性，在使用及管理上較一般藥品有更多的管制措施，皆須經醫師看診後，就個別病患情況開立處方箋。如果是第一級至第三級的管制藥品，民眾領藥時還須出示身分證明並在處方箋上簽名，才能領藥。

食藥署也提醒，醫師開立給病人的藥品及劑量會依患者病情而不同，提醒民眾千萬不可自行服用他人的管制藥品，以免不當用藥，反致成癮，對健康造成傷害。