

19寸液晶监视器，安泰19寸液晶监视器

产品名称	19寸液晶监视器，安泰19寸液晶监视器
公司名称	深圳市安泰科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	深圳市宝安区福永镇福海大道东福海工业区14栋4楼
联系电话	86-075583754367 13682411110

产品详情

巧置监视器属性 保护视力原来如此简单

第1页：LED液晶太损视力？

对于经常盯着监视器的工作人员可能都会有着这样的感觉：当监视器盯久了以后，我们的眼睛就会有微微的胀痛感，而随着工作时间的愈发长久，这种胀痛感可能也会愈发的明显。尤其对于总盯着视频监控显示的管理人员来说，由于前端摄像机在性能上的局限，往往都会在显示上存在一些噪点，或者造成视频的图像显示上的模糊。而这无疑也是对我们眼睛的一个巨大的考验。

LED液晶太损伤视力吗？

如今，在我们的监控应用中，不少的用户都已经将传统的CRT监视器换成了液晶监视器。究其原因，可能不少用户都会说出显示亮度好，色彩真实，画质清晰的特点。不过，虽然液晶显示在应用上很完善，但是网上却有不少的声音在阐述液晶显示对我们视力的巨大损伤，事实真是如此吗？

在解答液晶显示器的破坏力之前，我们先来看看眼睛疲劳程度与屏幕刷新频率的影响。据研究资料表明，当刷新率在10-14赫兹的时候，它对人眼睛的刺激可以说是非常明显的。在这个刷新频率下，我们很容易会感觉到眼睛的不适，或者是精神上的疲劳。因此，如果我们想要让自己的观看感觉更舒适的话，提升刷新率是我们最简单的办法。如今，据国际上的相关标准显示，只有在30-50赫兹的情况下，人们的才

不会在观看监视器的过程中，产生过多的疲劳感觉。而当设备的刷新率提升到75赫兹的水平时，我们的眼睛才可能称得上有舒适的感觉。而刷新率越高，自然观看的效果也就更舒适。

所以从这些方面来看的话，液晶监视器

无论是从刷新率还是分辨率上，都远远超出了传统的CRT监视器。因此，液晶监视器不但对眼睛没有更明显的损坏，反而对视力的保护还是比传统的监视器有着更加积极的作为。

第2页：网上最流行的护眼大法

不过，相对于液晶监视器的这些改变，并非所有的变化都是对我们的视力有着保护作用的。

与传统的CRT设备相比，虽然液晶显示器消除了刷新频率过低而造成的画面闪烁问题，但是在映射光线和反射光等方面却成为液晶监视器制造疲劳的主要诱因。当外界的光线或周围的物体反光映射到屏幕上以后，无疑会增加画面的读取难度，使眼部的肌肉工作需求超出了正常观测的水平。于是便进一步加速了眼部的疲劳。

此外，近些年来为了使监视器的效果更加清晰、色彩更加的逼真，在监视器的显示性能上也向着高亮度、高对比度的趋势发展着，虽然这样的变化可能更有利于色彩的显示，但是同样也是以牺牲眼睛的疲劳为代价的。

监视器的设置对于我们的舒适度有很大关系

由此可见，液晶显示器对视力的影响是利大于弊还是弊大于利，还真是与我们的使用方式有着很大的关系。

如何让监视器更护眼

网上最流行的护眼大法

在前几年，网上曾经风靡一种护眼的设置大法。即我们在桌面上点击右键后选择属性，在外观中选择高级，然后按照窗口（项目选择）、颜色的顺序，进入色彩调节状态之后，将色调改为85，饱和度调整为123，亮度调整为205，然后选择刚刚设置的显示状态。于是一种柔和的绿色背景就成为了我们在打开文档时的别样背景了。其实不仅仅是绿色，只要是我们感觉柔和的色彩都可以成为我们保护眼睛时的主要选择。

第3页：寻找最佳视觉状态

这样的设置到底是否真的有效呢？据了解，将文档的白色背景改为绿色，确实对于长时间使用后缓解疲劳有着不错的效果，在一定程度上可以保护我们的眼睛尽可能的避免疲劳。

调整屏幕设置，寻找最佳视觉状态

上面提到过，在提升了画面的刷新频率之后，基本上影响我们视觉疲劳的因素也就是当前显示器的设置亮度了。而在显示器的亮度选择上，无论是过亮还是过暗，都会造成我们的瞳孔放大，精神的高度集中，最终增加我们的观测疲劳。

所以在监视器

亮度的设置上，我们只要将其调整到大致为周围环境的3-4倍即可。而且在字体的显示也最好调整至底色效果的5到10倍，而且在其他性能上，也要保证字体的清晰稳定。这样的一个状态，才是真正最利于我们视力保持的最佳选择。

白亮的显示屏很容易造成我们的视觉疲劳

在我们的监视器

上，那些显示工具的控制按钮往往是最容易让我们忽视的地方，殊不知，这些可是我们保持视力或者消除疲劳时为数不多的救命稻草。在我们需要长时间的工作时，除了对亮度的调整以外，对比度，上下左右偏差，甚至是倾斜的角度，也都可以随着我们的习惯进行灵活的调整。在多次不停的尝试之后，选择一个最适合我们的状态，才能更好的帮助我们保持工作中的激情。

消除疲劳，我们需要什么样的习惯？

对于很多的用户来说，往往都把保护视力，避免疲劳的希望寄托在设备的身上，其实在好多时候，一些小小的习惯，同样可以帮助我们摆脱疲劳的困扰。

第4页：我们需要什么样的习惯

比如说我们最好将光线与显示器避免出现在同样的范围内，避免光线直接射到显示屏，或者将室内的亮度调整的更暗一些。以免让光线对显示屏构成太强烈的冲击。

对于我们常用的工具或者文件，尽量放在我们手边或者与监视器同侧的位置。尽可能的避免视力在亮暗不同的环境下经常性的变换。

在我们工作过程中，最好养成隔十几分钟就远眺一次运动的物体，或者寻找一些光线较暗的远景来休息眼睛，避免眼睛始终在一个高亮的环境下长时间的工作。

一个人负责几台监控的工作非常容易导致疲劳（图片来源百度）

对于不少的公司白领来说，都喜欢在电脑的旁边摆一盆植物。虽然大家的出发点可能不尽相同，不过这不得不说是非常好的习惯，因为植物的存在不但可以适当的增加湿度，吸收少量的辐射，同时这少许的绿色也是我们休息眼睛，放松状态的不错选择。

众所周知，长时间的面对显示屏幕着实是一件影响视力，同时也非常容易让人疲劳的工作。不过，随着我们对显示技术的不断了解，面对这种有损健康的设备，其实我们并非就一定束手无策，坐等消耗。只要我们把握了显示屏幕的主要特点，控制一些关键的参数，再小小的培养一些良好的习惯，保护视力其实就是这么简单。