

## 近视运动恢复法-明目姐姐近视运动疗法的好处

产品名称	近视运动恢复法-明目姐姐近视运动疗法的好处
公司名称	陕西小学霸教育科技有限公司
价格	39.90/节
规格参数	近视:明目姐姐摘掉近视镜 近视训练法:明目姐姐近视运动疗法 近视恢复法:明目姐姐视力恢复训练法
公司地址	陕西省咸阳市秦都区世纪西路滨湖花园世纪大厦1号楼1单元6层3号（注册地址）
联系电话	15291105680

### 产品详情

为什么运动能提升视力？为什么防控近视要从娃娃抓起？明目姐姐视力恢复训练法是一套通过运动疗法来提升视力的方法，那么近视运动疗法为什么能提升视力呢？

首先，运动可以提高我们身体的含氧量，其次，运动可以改善我们身体的血液循环。

当然，还有一个关键的因素，那就是运动时可以随时终止我们近距离的用眼，利用运动的间隙我们就可以望远或闭眼休息。

只要通过运动，让我们身体血液循环畅通，氧气供应充足，我们的身体自然会好，眼睛的血氧供应当然也好，这样眼睛的视力就不会差。反之，身体的各个部位（包括我们的眼睛）就会开始出现异常，比如说我们平时会出现肩膀酸痛，头痛，头昏，注意力不集中，视力模糊这些疾病大多都是因为供氧不足所致。

由此可以得出，通过运动提高身体的含氧量，促进身体的血液循环，才能使我们的身体健康，也才是治疗和预防近视的根本。

还有，为什么防控近视要从娃娃抓起，因为小孩子的视觉是逐渐发育的，从出生时的远视眼慢慢随着年龄的增长渐变成正视眼，本来每个孩子的视力都可以发育到2.0，甚至更好的视力，可是孩子眼睛的可塑

性很强，或者说孩子的眼睛的调节能力很强，如果不注意保护眼睛，眼轴就会拉长，那么眼睛就会发展成近视眼，所以，防控近视要从娃娃抓起，更要让孩子从小养成爱运动的习惯，喜欢运动不仅仅多身体和眼睛有帮助，也利于孩子心灵的成长。

防控近视要从娃娃抓起，要从运动做起，这才是恢复和防近视的根本：我运动，我健康，我快乐！