

# 智能视功能训练仪推荐货源

产品名称	智能视功能训练仪推荐货源
公司名称	广东健瞳科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广东省肇庆市端州区端州一路端州工业城东兴经贸厂区
联系电话	13717225892 13717225892

## 产品详情

视力训练恢复，我们可以这样做

一切屈光不正（近视、和散光）的原因，只不过是“不正常的精神状态”所引起的“紧张”。而眼镜不能消除这种紧张，反而妨碍了视力的矫正，紧张状态使眼睛越来越坏，眼镜的度数也越来越深。视力训练恢复是通过调节眼球晶状体改变形状来完成的。我们目前常用的视力恢复法是贝茨视力训练恢复法，目前市场上已有眼保仪将这一训练技术融入在产品中，训练恢复法就是再次纠正你的视力的方法。使视力通过训练不断调整自身机制，从而达到和纠正甚至近视和视力问题的方法

贝茨视力训练恢复法核心观点：调节理论

贝茨医生观点的核心是他的调节理论。“调节”是指一个人转眼注视不同距离的东西时，每只眼内调节焦点的过程。目前主流眼解剖学认为，这种调节是通过眼球晶状体改变形状来完成的。当眼睛注视较近的物体时，称为睫肌的一束肌肉使晶状体变得更为凸出。晶状体的这种变化已经被人拍摄下来，并且已作过测定。然而，贝茨医生认为，晶状体起到的调节作用是有限的、暂时的，当养成不良用眼习惯时，为了弥补晶状调节能力的不足眼睛需要通过调节眼周肌肉来改变眼球形状以适应这种不良视物习惯。

贝茨视力训练恢复法方法介绍

- 1、手掌按法：闭眼，将手掌覆盖住双眼，完全阻挡光线，让眼睛感到温暖、舒适的感觉，保持五分钟；每日三到五次。
- 2、尺子游戏：近视从15厘米的短尺开始，竖放；逐步加长后达到使用米尺。则相反。将尺子边缘向上放置在两眼之间，尺子一边架在鼻梁上，另一边抵住额头下方。捏住尺子下缘使尺子成一直线，刻度与眼睛垂直。这时如果将目光聚焦远处，尺子产生的二重影像看起来像一条隧道的两条边，且两条边缘同样清晰。将视线收回，这时隧道的边缘开始交叉相遇。往复看，每次三到五分钟。
- 3、眨眼：经过手掌按完后，以每十秒钟眨2—4次的频率眨眼几十次。

- 4、呼吸：经常注意自主呼吸，如果发现因专注于某事物抑制呼吸时，注意恢复正常呼吸。
- 5、眼睛移位运动：目标从清楚移动到不清楚，智能视功能训练仪，来回移动进行眼球移位运动。
- 6、视觉记忆恢复：主要通过心理暗示的方法使视力得到一个目标，从而提高视力和恢复良好的视觉系统。

## 贝茨视力训练恢复法训练方法

### 手掌按法：用手掌按眼部周围

- 1.轻轻闭上眼睛，手掌覆盖到眼睛上，阻挡光线和压力；
- 2.手掌在颧骨上，手指在额头上，注意保持鼻子的呼吸畅通

时间: 保持4-5分钟 重复: 每天3-5次 要点: 保持宁静

### 眼部日光浴：合上眼睑，享受阳光

- 1.少带墨镜，合上眼睑，享受阳光；
- 2.手掌轻轻按，直到影像从视野内消退

时间: 第壹天半分钟，以后每次延长一些

重复: 第壹天2次，以后每天增加一次，直到20次

- 要点:1.如果没有阳光，可以用聚光灯，注意不要用荧光灯或者紫外线、红外线灯；
- 2.为了均匀照射到视网膜的每个角落，可以适当缓慢摇动头部

企业视频展播，请点击播放

视频作者：广东健瞳视觉科技有限公司

## 近视

儿童近视属于近视，是屈光不正的一种，和成人近视的特点有所不同。近视是指眼睛在不用调节的情况下，五米远的平行光线经屈光系统屈折后，聚集在视网膜前，在视网膜上不能形成清晰的物像。因此，患者看清远方的物体，需要缩短与物体之间的距离，比如将物体移近，移动身体，或者配戴凹透镜。小儿近视指发病为儿童时期，存在调节异常，进展性，易受多因素干扰的特点。

按近视程度可分为轻度近视，中度近视，重度近视。按近视发生改变的结构可分为轴性近视和屈率性近视。按发病病程可分为初发性近视，进展期近视，近视。按遗传相关性可分为遗传性近视和非遗传性近视。按近视类别可分为单纯性近视，近视散光，复性近视散光。按调节因素分为真性近视和假性近视。

怎样提高视力

——说到的治療，我们几乎就只能想到激光矫正

虽然说预防就是在得之前多多注意

但是，这并不意味着得了就只能手术了

下面，教你几招有效的方法

（效果么——有，但仅限轻度近视的童鞋.....）

尽可能不要带眼镜

千万不要让你的眼睛习惯于眼镜，那会让你由假性近视成为真正的近视

倒不如说，当你的眼睛习惯于眼镜之后，那么想要恢复视力几乎不可能（除非手术）

就如小编我（咳~）小时候也有感到看不清的时候，但在爸妈的坚持下没戴眼镜，后来也没近视

但小编那些戴了眼镜的同学，一个个后都成了真近视了。

所以，除非实在是看不清，还是尽可能要远离眼镜。

当然——如果已经戴了眼镜，那以下方法用处就不大了.....

远近视力锻炼（核心）1

寻找一个远处的事物（可以房子，树，汽车.....）

再寻找一个近处的事物（可以是自己的手.....）

当你看远处事物时，你会发现近处的事物变得模糊

同理，当你看近处事物时，你会发现远处的事物变得模糊（就是我们所谓 视力焦点）

让你的注意力在两者之间不断交换，锻炼你的眼睛

同时，锻炼时间不要过长，几分钟就好（否则眼睛会很累的。）

每天练一练

这招可以对轻度近视有明显效果

（中重度近视的话——毕竟这方法不是全能的.....所以还是别想了。）

## 保护眼睛

毕竟——视力的根本还是在保护

无论是否有近视，下面这些都一定要注意。

同时，即使在按上述方法锻炼，眼睛保护也是必不可少的。

### 避免过度用眼

不要长时间地专注于电脑，电视，作业（.....）

至少，1个小时中休息一下，让眼睛放松一下（考试时除外.....）

对于学生，至少，课间就不要专注于书本了，稍微活动活动，不仅眼睛好，也对身体好~

另外，认真做眼保健操也很重要~

### 充足睡眠

——貌似我废话了，嗯（感觉近有点唠叨.....）

不过充足的睡眠，还是保护眼睛的有效方法。

智能视功能训练仪推荐货源由广东健瞳视觉科技有限公司提供。广东健瞳视觉科技有限公司（[www.83609.com](http://www.83609.com)）为客户提供“健瞳训练仪,直线视力矫训练仪器设备,眼健康产品,眼&科器械”等业务，公司拥有“健瞳”等品牌，专注于光学仪器等行业。欢迎来电垂询，联系人：李经理。同时本公司（[www.12345.co9.cn](http://www.12345.co9.cn)）还是从事屈光不正，屈光不正近视，屈光不正症状的厂家，欢迎来电咨询。