

# 江苏视功能训练仪 视功能直线训练仪价格 健瞳公司

产品名称	江苏视功能训练仪 视功能直线训练仪价格 健瞳公司
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

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。

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

## 视力训练的十大要领

孩子们每天跟我训练视力，都取得了不错的成绩。视力进步了5行（视力表的行数）的大有人在，甚至有人一天之内就进步了7行。但我还是不放心。害怕他们在平时不能正确用眼。所以，写下此文，以作提醒：

### 一. 眼球也需要“热身”运动

从睡眠中醒来，不要直接去看书看微信，或看视力表。应先洗去眼睛分泌物，活动活动眼球，然后看看窗外，适应周围光线后，再去慢慢提高用眼的强度。

当人走入光线不同的环境中时，也不要马上高强度使用眼球。还是需要给眼球做一个“热身”运动。先内视调节，待适应光线后，再开始启动眼球的正式工作。

### 二. 平时用眼，也不能忘了返观内视。

内视部位包括眼球、太阳穴、眉骨、颅内、后脑、枕骨、脖颈等。

内视的目的是，第壹时间发现视觉神经的不适。并且及时调节，消解不适。

比方说，你正在看黑板，或者看手机，突然感觉头颅内不舒服。就必须返观内视，去寻找头颅内具体的“痛点”（不适之处）。找到“痛点”后，就去用大脑之光柔和照耀此处，以自己的生物电流却化解神经的不适。

养成返观内视习惯的孩子，会第壹时间发现视觉的不适，并瞬间修复受损的视神经。

目前孩子们处于初学阶段，江苏视功能训练仪，还无法瞬间修复受损的视神经。但随着训练的继续，他们将逐渐掌握这一能力。

### 三. 视神经要协调一致

平时用眼，不能让眼球独自工作。必须调动所有的视觉神经。这样才不会让眼球快速疲劳。

具体做法就是：要让后脑、太阳穴、眉骨、眼球连成网络，协调工作。

假如你只让眼球独自作战，睫状肌就很容易紧张疲劳，视功能直线训练仪价格，甚至发生痉挛，从而造成视力的下降。

### 四. 能量连通

平时用眼，除了要调动所有的视觉神经，还要连通视觉的能量通道。

这个能量通道，主要走向是：后背 脖颈 后脑 眼球。

也就是说，在使用眼球时，要一直让这个能量通道精神起来，以保证眼球得到这个通道源源不断的能量

## 五. 一定要注意微按的手法

微按时，力度一定要轻柔而舒缓，若即若离，若有若无。而且要配合返观内视来做。

微按的节奏是：微按 停顿…… 微按 停顿……。而且停顿的时间要远远长于微按的时间。

## 六. 坚持靶向性睡眠

靶向性睡眠要比倒头就睡效果更佳。每晚睡前，进行内视训练。打通视觉神经通道，然后再入睡。这样才能让睡眠的能量有针对性地去修复视觉神经。

## 七. 家长平时应提醒孩子的四个字是：放松眼球

即使孩子经历过我的训练，在训练时表现不错。但这也很难保证他日常生活学习中就能正确用眼。这个时候，家长的提醒就至关重要。

对于没有参与过训练的家长来说，可能并不懂得训练的原理。但您只要经常提醒孩子：放松眼球。这就可以了。

无论孩子看书、写作业，还是看手机，家长都应该适时提醒孩子：放松眼球。

无论孩子用眼有多久，只要他能及时放松眼球，就会减少近视的可能性。

## 八. 家中挂张视力表很重要

跟我训练的孩子，家中都有视力表。这张视力表一定要充分利用起来。

不能只是在跟我训练时才使用。家长要时不时地给孩子检查下视力。

特别是当孩子沉迷于手机时，家长可以提出条件：去检查下视力，视力没降才可以看手机。

## 九. 切忌攀比视力的进步程度

视力训练是个长期的过程。家长不要用别的孩子的进步来给自己的孩子施加压力。否则孩子会因为紧张而影响训练效果。

## 十. 谨慎进行睫状肌的舒展训练

建议孩子们不要独自进行睫状肌训练。这项训练必须在老师的指导下谨慎进行。

如果没有老师指导，孩子们在舒展睫状肌时，很有可能不小心用力过猛，造成睫状肌反向拉伸性痉挛。

孩子和家长们平时只要注意前九项要领即可。

等孩子们经过一年以上的指导训练后，才能独自做第十项训练。

## 高度近视的预防

高度底shi网膜有漆裂纹及萎缩灶预示视力预后不良，因为这些眼有发生shi网膜下新生血管膜的危险，直线视功能训练仪，中心视力会急剧下降。那高度近视如何预防呢？预防高度近视包括以下方面：预防高度近视的发展及预防的并发症。

1、预防高度近视的发展方法：连续近距离用眼的时间不应过长。积极参加户外活动。合理的调节——集合训练。平时要保证充足的睡眠，劳逸结合，平衡饮食，智能视功能训练仪，合理营养等。应特别注意合理用眼，选择适当的工作，避免过度用眼与不良视觉刺激。可能缓减或终止近视发展的措施，包括配镜（双焦点镜、高透氧硬性接触镜）、手术等。

2、高度近视致盲的主要原因为并发症，如shi网膜病变、青光眼、弱shi等均需重点预防。除经常注意视力变化外，还要注重眼部早期出现的任何其他异常现象，如闪光感、飞蚊症、视野缺损，视力进行性下降或突发下降，以及眼部酸胀，疼痛及夜盲等现象。必要时进行其他眼部特殊检查。

江苏视功能训练仪-视功能直线训练仪价格-健瞳公司(推荐商家)由广东健瞳视觉科技有限公司提供。“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”就选广东健瞳视觉科技有限公司（[www.83609.com](http://www.83609.com)），公司位于：广东省肇庆市端州区端州一路端州工业城东兴经贸厂区，多年来，健瞳公司坚持为客户提供好的服务，联系人：李经理。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。健瞳公司期待成为您的长期合作伙伴！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。