

光学视功能近视训练仪厂家 视力训练恢复 台湾视功能训练仪

产品名称	光学视功能近视训练仪厂家 视力训练恢复 台湾视功能训练仪
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

暑假要来了，千万警惕孩子视力下降！这7点一定提醒孩子

盼望着，盼望着，暑假就要到了！虽然孩子们目前还处在紧张的复习阶段，心中的喜悦还无法言表。但对家长来说，此时想必已在心中帮孩子规划假期计划了。

但在孩子的假期中，有一件很小但是很重要的事，中教君决定在假期开启之前一定要提前为您打好预防针。

在假期中，孩子们常常“眼睛很忙”。有不少孩子宅在家里没人管，出现长时间看书看电视、看手机、玩游戏等无节制用眼的情况，再加上作息时间不规律、饮食不规律等不良生活习惯的养成，每逢暑假结束，都会容易出现孩子视力普遍降低的情况。

回顾往年，一到暑期结束后，以下这些类似的新闻就会常常出现，让人惋惜，让人后悔没有“早知道”。

今年，中教君给大家提个醒，让家长们早知道、早预防、早重视，在接下来的暑期中，一定要让孩子注意保护好眼睛！

预防视力三部曲

1. 视力发育有两个“黄金期”

人的眼睛发育有两个快速阶段，个阶段是3-6岁，第二个阶段是12-15岁，这两个阶段也称之为视力发育的“黄金期”。

在个“黄金期”，尽量不要让孩子过多读书、写字、绘画、玩电脑游戏，而应多参加户外活动，如打球

、跳舞等活动，以避免发生过早的近视倾向。

第二个“黄金期”则是身体发育和个性发展的关键时期，过度的疲劳用眼会加快眼轴的增长，从而使近视度数不断加深，终发展为高度近视。因此，关注孩子的视力健康，保护好孩子的视力发育“黄金期”非常重要。

2. 孩子要避免过早过度用眼

一般情况下，新生儿视力较弱，其眼轴较短，双眼都处于状态；一般3至4岁的孩子都有200度左右的生理性；随着生长发育，视力逐渐趋于正常，小孩长到7~8岁的时候，眼球的大小基本定型了，眼轴的大小已接近了成人水平，这一个过程被称为“正视化过程”。

“不能输在起跑线上”的观念让不少家长帮孩子早早就报了各种兴趣班，把孩子的日程安排得满满的，钢琴和画画则是家长们热门选择。但是有专家提醒，学龄前是眼睛发育的关键期，这个阶段如果过度用眼，对孩子的眼睛会产生很大的影响。孩子在6岁之前，直线视功能训练仪，视力是比较脆弱的，在此年龄段之前，并不提倡过早让孩子多用眼，比如学习认字、学乐器看琴谱等。

3. 注意勤检查，真近视就要戴眼镜

不少家长在孩子查出近视后，由于接受不了这个现实，不愿让孩子佩戴眼镜，但这样反而会加重孩子近视的进展速度。如果由屈光不正造成的视力下降，没有得到及时矫正，则会带来孩子眼睛更疲劳，度数会增长得更快的不良后果。

青少年时期属于生长发育期，视力没有定型，许多孩子配镜时没有经过散瞳验光，眼镜度数并不准确，再加上学习负担沉重、用眼不卫生以及配镜的不正规，因而容易造成眼镜更换频繁。但是只要度数发生了变化，哪怕只有25度也要及时更换眼镜，否则度数将直线上升，所以家长应当定期带孩子去医院检查孩子眼睛的健康状况。

保护视力三大指南

1. 家长需要言传身教

父母是孩子的任老师，孩子的行为往往是成人世界的反映，家长以及老师平时潜移默化的“示范”效应，也是也是让孩子眼睛“受伤”的重要诱因。

曾经有一个小学六年级学生费东创作的一首小诗曾一度走红：“别人都要生二胎，我爸妈不用了，因为他们已经有了小儿子---手机。早上，他们捧着手机，看看朋友圈；晚上，他们捧着手机，刷刷微博；长此以往，视功能训练仪操作视频教程，我的地位早晚不保。我该怎么办？”原来是他发现爸妈好像常常都很忙，有问题想问他们时，都拿着手机对他敷衍了事。这种现象在家庭生活中颇具普遍性。身教重于言教，可以想见，家长如此“以身作则”，受其熏陶，到了暑假，那些自制力相对较差的孩子，怎么可能不撒着欢仿效父母将手头的电子产品玩个痛快呢？

所以要督促孩子养成良好习惯的家长，还敢在孩子面前“手机控”吗？

2. 孩子要加强户外锻炼

根据研究成果，形成的主要原因，是青少年户外活动时间严重不足，因此专家呼吁，保护孩子的视力，除了保持良好的用眼习惯，每天2小时的室外活动一定不能少。

从小我们就在强调学习时要注意劳逸结合，避免长时间近距离用眼。无论学业多重，都应当留出足够的

时间进行室外远望、室外活动和体育锻炼，因为即使不看书，屋内的视野也仅仅几米，长期在室内同样会让眼睛的调节能力弱化。

再加上在炎热的夏季，空调、风扇无处不在，在这样的室内环境里空气较干燥，会加速眼睛水分流失，眼发胀。所以不要一直待在这种环境中，应尽量多出去走走。

3. 适宜的灯光强度非常重要

对于孩子们的学习环境家长们都很重视，尤其是对灯光格外注意，家长们一般都会担心灯光够不够亮？灯光暗了会影响孩子的视力？

实际上，专家认为，现在孩子看书、写字的灯光不是太暗，而是太亮了。过强的光线会使孩子的眼睛很容易感到疲劳。孩子需要的是柔和的光，而且要保证光线来自于孩子的左前方。所以，晚上孩子看书、写字时，应该选择能调节明暗度的灯，将亮度调到柔和为准。

七大科学用眼习惯

一般青少年的，开始多为“假性近视”，多是由于用眼过度、调节紧张而引起的一种功能性近视，如果不及时进行矫治和预防，日积月累后就会发展成真性近视了。

1.培养孩子正确的读书、写字姿势。不要趴在桌子上或扭着身体写字，书本和眼睛应保持一市尺，身体离课桌应保持一个拳头（成人）的距离，手应离笔尖一寸。学校课桌椅应适合学生身高变化。同时，也要防止孩子睡前躲在被窝里看书。

2.看书写字时间不宜过久。持续用眼30~40分钟后要有10分钟的休息，眼睛向远眺，平时多看绿色植物，光学视功能近视训练仪厂家，做眼保健操。

3.写字读书要有适当光线，光从左边照射过来。不要在太暗或者太亮的光线下看书、写字，保证每看40分钟书要休息10分钟，以减轻视力疲劳。

4.写字不要过小过密。更不要写斜、草字。

5.看电视时要注意高度与距离。视线应与视线相平；眼与荧光屏的距离不应小于荧光屏对角线长度的5倍；看电视时室内应开一盏柔和的小灯，有利于保护视力；在持续看电视30~40分钟后要有一个短时间休息望远或做眼保健操。

6.应多吃含B种维生素较丰富的食物，各种蔬菜及动物的内脏、蛋黄等。胡萝卜含维生素B，睛有好处；多吃动物的内脏可以治夜盲。近视患者普遍缺乏铬和锌，应多吃一些含锌和铬较多的食物，如黄豆、杏仁、紫菜、海带、羊肉、黄鱼、奶粉、茶叶、肉类、牛肉、肝类等，补锌服用蛋白锌；少食用含糖高的食物。

7.打羽毛球、乒乓球可防近视。在打球过程中眼睛须快速追随羽毛球和乒乓球这类灵活性很强的“小球运动”轨迹变化，这对5~9岁孩子的眼球功能完善有意想不到的好处。另外，每天应保证孩子有一小时的户外活动时间，对于孩子视力恢复有极大作用。

养成良好的科学用眼习惯是预防近视的关键环节，而这些除了对青少年来说是至关重要的好习惯，对时常感到眼睛疲劳过度的成年人来说也是有益身心健康的好建议。所以，家长们，快和你的孩子一起为明亮的双眼而努力吧

怎么预防眼睛变形

长期戴眼镜的人都会有这样的感受，摘了眼镜之后，会觉得很不自在，整个眼睛好像凹进去了，非常难看，所以很多近视朋友平时都不敢摘掉眼镜，除非是在睡觉的时候，才可以轻松一下。变形后的眼睛实在太难看了。

究竟是什么原因导致眼睛变形的呢？

长期戴眼镜，眼眶至鼻梁两边一定范围被压迫而显得扁平，脱掉眼镜后让人觉得整个眼部范围没有了这部分应有的轮廓，甚至可能相当难看，我们就会觉得眼睛好像凹进去了，特别难看。很多不敢摘掉眼镜的近视患者都会说：“我眼睛变形了，不戴眼镜都不行。”其实这种变形不是不可逆转的，当长时间不戴眼镜由于人体肌肤本身的柔韧性是会让眼眶部的轮廓逐渐恢复过来的。所以这种变形其实是“眼部轮廓塌陷”，是可以逐渐恢复的。

但是，近视了不戴眼镜怎么可以呢？每天看东西都模模糊糊，云里雾里，那怎么行呢？戴了之后，眼睛当然会越来越感觉变形了，越来越难以恢复。

xie视

xie视的原因 xie视的原因主要包括先天异常、遗传、发育不完善，以及一些眼部疾病也会引起xie视。具体原因如下：

- 1、发育不完善：断奶、换牙、惊吓等，都可以使大脑的融合功能受到破坏造成xie视。
- 2、先天异常：这种xie视多由先天眼外肌肉的位置发育异常，眼外肌本身发育异常。也有的由于生产过程中，使用产钳造成婴儿头面部损伤或母亲生产时用力过度致胎儿颅压升高产生大脑点状出血，而出血刚好在支配眼球运动的神经核处引起眼外肌麻痹。
- 3、遗传因素：遗传因素xie视眼在家族中遗传不是全体成员，这种缺陷往往是间接遗传到下一代子女身上。一般出生6个月内发生xie视称xie视，它不具备建立双眼视物的基本条件，对视功能的发育危害大。
- 4、眼球发育特点：由于儿童眼球小，眼轴短，多为远视。又因为儿童的眼睛调节力强，台湾视功能训练仪，想看清物体就需要更多的调节力，同时双眼也用力向内转产生了过量辐辏，容易引起内xie视，这种内xie视称调节性内斜。

如果集合过强或外展不足或两者同时存在就产生.....

光学视功能近视训练仪厂家-视力训练恢复-台湾视功能训练仪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) 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.jiantong.83609.com) 还是从事贝茨训练法,健瞳训练法,视力训练法的服务商,欢迎来电咨询。