



怎样才能配戴一副安全放心的合适眼镜？



眼镜对于屈光不正的矫正是十分重要的措施。它是一种特殊的商品，维系着人们的身心健康，保证屈光不正的人能够配戴一副质量合格的合适眼镜，才会安全放心，反之会带来无限的烦恼和痛苦。

要配戴一副合适的眼镜，首先要保证屈光不正者验光的度数准确无误，并要掌握屈光不正的配镜原则，

即远视一般选配视力最好，度数最高的眼镜，近视一般选配视力最好度

数最低的眼镜，对6.00D以下近视不要过度矫正，成年人首次戴镜可做成1.00D左右，适当照顾到远视力又要兼顾近距离清晰舒适的视力，年龄超过40岁者必要时配戴视远和视近二副眼镜，高度近视完全矫正可造成病人不适，可选配病人能够接受的最佳的镜片，散光原则上应全部矫正，不规则散光和单眼高度数的屈光不正宜配角膜接触镜予以矫正。屈光参差超过3.00D时可低度眼全部矫正，高度眼适当减低度数；验光试镜时间要超过半小时，双眼瞳孔距离测量要准

确，做到配戴眼镜的度数及其它参数与眼镜处方完全一致；第三眼镜架无论材料，样式怎样，但要求结构合理、坚固耐用、美观大方，即镜架的大小形态要适用于眶距离和脸形；镜架的几何中心与瞳孔距离协调一致；第四眼镜本身，即镜片距角膜顶点距离，镜片形态和厚度要相同，柱镜轴位无偏差，镜片质量好，密度均匀，透明度好，加工设计合理，磨制工艺精细等。总之，戴镜的适用好坏因人而异，只要注意到上述所及事项，通常可配戴一副满意的眼镜。

青少年首次配镜，需要知道的那些事

我们是您视力健康的保护者，保护您的眼睛刻不容缓！

对于首次配镜的青少年来说，由于没有经验，很可能就会随便找一家眼镜店，这样做并不行，很有可能会引起其他不良后果，并且由于技术原因，有些眼镜店或许不会注意到青少年是不是假性近视，最终弄假成真，反而对眼睛造成不可挽回的伤害。那么，青少年首次配镜，应该注意些什么呢？

1. 配镜前最好去一次专业的眼镜店进行一次检查

临床上，除了近视会造成视力下降，青少年儿童常见的弱视、斜视、先天性白内障等，也会造成视力下降，而这些眼病并不是单纯戴眼镜所能矫正，如果简单配眼镜了事，就错过了治疗这些疾病的最佳时机，孩子3周岁以后，就应该进行一次全面的眼部检查。

2. 区分真假性近视

对于自己是否应该配眼镜，要请专业的眼镜店来检查。16岁以下儿童第一次配眼镜，最好进行散瞳检查，看是真性近视还是假性近视，只有真性近视才适合配戴眼镜，假性近视多加注意还是有可能恢复的。

3. 科学的用眼习惯和定期检查

青少年本身近视度数不稳

定，近视增长快，因此，并不是眼镜验配完成就万事大吉，平时应注意养成科学合理的用眼习惯，同时定期进行视力检查，验配合适的眼镜。

不要让你的首次配镜反而成为你视力下降的凶手，尽量选择正规的眼镜店进行验光，可以找品牌眼镜店，品牌眼镜店都配有专业的验光设备和专业

人员，基本上能满足首次验光的需求，比如姜玉坤眼镜，每家店内都有专业的设备和人员，致力于让每个消费者都能体验最好的服务。



泰安店

- 财源视光中心店：财源大街与青年路十字路口泰山剧院西邻 6911888
- 金山视光中心店：岱宗大街金山路斜对面家园超市西邻 2142800
- 齐鲁店：岱宗大街齐鲁银座东临 2187076
- 东岳店：市电视台对面 2115100
- 精品店：火车站银座步行街 8227300
- 文化路店：文化路山景叠院1213号 6271988
- 邱家店：邱家店镇政府东行100米十字路口 8863788
- 旗舰店：迎胜路市社保处北邻 33198867 2105217
- 万达店：万达金街C123 8587688
- 凤栖湾店：长城路10609号（海普凤栖湾北门东50米） 8917188
- 擂鼓石店：擂鼓石路中段泰山中学北门 8288788
- 宝龙店：宝龙城市广场中心街东头路北 8807988
- 山口店：山口新合作超市南200米路东 6787988

宁阳店

- 七贤店：宁阳县七贤路县建公司北 0538—5661116
- 西街店：宁阳县电影院对面 0538—5630543
- 欣街店：宁阳县人民会堂对面 0538—5639788
- 凌云店：宁阳县凌云大厦对面 0538—5866667
- 鹤山店：宁阳县鹤山中心商场北临 0538—5766665
- 堽城店：宁阳县堽城庆利超市西侧 0538—5766667
- 葛石店：宁阳县葛石镇信用社往东50米 0538—5681001
- 伏山店：宁阳县伏山镇十字路口北50米路西 15550892712
- 华丰店：华丰镇大华超市路南 邮电局对过 0538—5853389
- 磁窑店：磁窑镇二中北300米路西 0538—5815659
- 南驿店：磁窑镇宁阳六中南门东路北 0538—5912189
- 东庄店：东庄镇汽车站西十字路口 0538—5988234

肥城店

- 总店：向阳街实验中学对面 3237568
- 视光中心：长山街农机公司一楼 3217867
- 形象店：新城路电影院东88米路南 3222658

- 精品店：长山街新华书店南88米路西 3271568
- 边院店：边院镇隆源商场一楼 18553855328
- 汶阳店：汶阳镇医院红绿灯北66米路东 18553855329
- 安庄店：安庄镇大润发时代购物广场负一楼

新泰店

- 新泰店：新泰市新甫路防疫站斜对面 7222273
- 视光中心：新泰市青云路中段不夜城南头向东50米路南 7222071
- 钻石铭厦店：新泰市府前街银座商城肯德基西临 17863885630
- 时尚店：新泰市青云街青云大厦东200米路南 7220713
- 汶南炫彩店：新泰市汶南镇农业银行斜对面 6638261
- 新汶欧亚店：新泰市新汶大街中段路北欧亚商城 7863034
- 新汶五四店：新泰市新汶五四小区新矿家园斜对面 7832412
- 翟镇店：新泰市翟镇鸿好运超市斜对面路东 7512686
- 泉沟店：新泰市泉沟镇农业银行斜对面 6325778
- 谷里店：新泰市谷里镇谷里派出所斜对面 7765328
- 羊流店：新泰市羊流镇羊祜像向西100米粮所东 6378127
- 羊流时尚店：新泰市羊流镇青云购物中心往东20米路北 7446799
- 天宝店：新泰市天宝镇天宝镇政府北临 7652199
- 禹村店：新泰市禹村镇大禹广场东10米路北 7672326
- 果都店：新泰市果都镇青云购物中心西邻 7412016
- 西张庄店：新泰市西张庄镇正阳路南首路东镇医院西邻 7588996
- 宫里店：新泰市宫里镇汽车站北青云超市西邻 7772559
- 楼德店：新泰市楼德镇文化路南端邮政银行斜对过 7646699
- 石莱店：新泰市石莱镇中心小学对面 7912616
- 汶南店：新泰市汶南镇农业银行斜对面 7712776

东平店

- 五星店：105国道荷花广场东 2825999
- 视光店：东平老汽车站对过 2125999
- 百货店：百货大楼超市出口 18254859585
- 华联店：东平国土资源局对过 2462999
- 州城店：州城工商银行东58米路北 2611999
- 彭集店：彭集街华联鞋服广场东 2412789
- 接山店：接山街卫生院北88米路西 2997999

齐鲁晚报小记者团指定配镜单位