



麦迪格塑型组合·非手术7天摘掉近视镜

免费体验即赠价值168元“智能视力防护仪”

报名电话
2171788

擦亮心灵之窗

张店建桥实验学校 初一五班 李韶丛 指导教师 周斌

生命,有太多的美好。仰望天空时心头淡淡的美好,远眺大海时胸中澎湃的美好,春天姹紫嫣红的美好,冬天肃穆萧瑟的美好……而这一切视觉上的美好,都依赖我们有一双明亮的眼睛。

都说眼睛是心灵之窗。孩子的眼睛单纯,明亮。少年的眼睛热情,聪慧。大人的眼睛灵利,成熟。老人的眼睛睿智,慈祥。我真正懂得这句话,是在一次游戏中。那时,我还有一双明亮的眼睛,我还可以通过我的眼睛表达我的喜怒哀乐。那次妈妈在一张纸上挖了两个洞,用纸遮住我的脸,透过这张纸只能看到我的两只眼睛。我做出各种表情微笑、生气、恐惧。妈妈只凭我的眼睛就猜得出我所做表情。然后又换妈妈遮住脸,我还能准确猜出妈妈所做表情。我才明白眼睛还真是心灵之窗啊。

可我这心灵之窗很快就蒙了一层雾霾。二年级,我近视了。原来清亮的世界变得陌生而不可及。模糊的世界让我的眼睛变得暗淡无光,灵动的眼神变得呆滞,这心灵之窗像蒙了尘垢。李白“举杯邀明月,对影成三人。”我再也看不清月亮里的嫦娥和桂树,我要是举杯邀明月会对影成数人。(我还散光啊,空中的月亮在我眼里是一堆)。我使劲眯着眼睛,也看不清展翅飞翔的小鸟;我仰望天空,星星不再冲我眨眼;我趴到镜子上,才看到鼻尖有一道墨痕,为此同学已笑了我一整天。谁叫我当初不好好保护眼睛,此刻的我后悔已晚。从此,我只能依靠眼镜的帮助来欣赏这个世界。

我体尝这样的痛苦也就算了,可周围的同学,鼻梁架眼镜的也不在少数。保护眼睛要在近视之前,户外活动、用眼卫生、劳逸结合、营养均衡。

为了那些美好,那些花红柳绿,蝶飞燕舞,蓝天白云,山峦秀树。我们一起好好保护眼睛,一起擦亮心灵的窗户。

擦亮心灵之窗

张店建桥实验学校 初一二班 姜瑜萌 指导教师 路珊珊

眼睛,心灵之窗,人生道路上的扫描器,为你洞察事物,排除障碍,如果没有眼睛就见不到光明,那就好像大海里没有航标的船儿迷失方向,永远都不能到达指定的彼岸,给自己、给别人带来不便与伤害。

我们眼睛还非常娇嫩,未发育完善,只要稍不注意,就容易生病。那怎样才能保护好自己的眼睛呢?我想提醒同学们做到以下几点:

首先要正确使用眼睛,预防近视。不良的用眼习惯,都可能引起眼睛疲劳,导致近视。如看书写字姿势不好、距离太近、时间太长、光线不好等。

要预防近视,就应该做到科学用眼,读书写字姿势要端正,眼睛与书本的距离须保持33厘米;连续看书写字1小时左右要休息一会儿,或向远处眺望片刻。不要在光线不足或直射阳光下看书写字;不要躺在床上或在走路、乘车时看书。

其次,在学习过程中,要注

意劳逸结合。坚持每天做好两次眼保健操,还要多参加体育锻炼,如打乒乓球,可以调节眼部的血液循环。每天要有足够的睡眠时间,至少9-10小时。看电视的时间也不要过长,眼睛与电视机的距离应在2米以上。

最后,还应做到讲卫生,爱清洁,勤洗手,不用手揉眼;毛巾、脸盆、手帕等用具要和大人分开;游泳后滴眼药水。加强预防传染性眼病,如果一旦得了传染性眼病,要及时治疗。

所以,眼睛是人体不可缺少的一部分,以上的事例足以证明眼睛的重要性!如果没有好的眼睛,就像歌星的歌词不通畅;工程师的图纸不完美;名将的军队都是懒散的一样!所以,同学们,眼睛是心灵的窗户,我们应该爱护它。

同学们,为了让你的眼睛更加健康、明亮!希望你从现在做起,从小做起,保护好自己的眼睛吧!

近视矫治已经进入非手术时代

在刚刚结束的2015年第十五届国际眼科学术会议上,麦迪格塑形组合再次成为各国专家关注的热点。该项技术专为中国学生设计,利用物理原理,无需手术,即可让近视学生摘掉眼镜。目前,已有十余万中国学生通过该项技术成功摘掉了近视眼镜。

我们知道小树长歪了,用木棍进行矫正,一段时间后,小树就会笔直的生长了。麦迪格塑形组合技术正是通过在夜间配戴一种多维塑形镜片,依据流体力学原理,并借助眼睑的自然压力,对角膜进行整夜的健康塑形,使角膜中心区平坦,周边区逆几何改变,重塑角膜曲率,从而恢复正常视力。白天,学生在大量近距离用眼时,使用麦迪格智能防护镜,可有效缓解视疲劳,防止新的近视再次产生,从而巩固塑形镜的矫治效果。麦迪格塑形组合解决了矫治量大于用眼量的关键难题,通过“角膜塑形组合技术”,600度以下近视学生白天不戴眼镜,即可拥有清晰的裸眼视力。

为帮助更多的学生及家长了解这种先进的近视矫治技术,争取让近视学生摘掉眼镜,本报联合美国麦迪格(国际)眼视光中心举办“了解近视眼·科学治近视”公益活动,带您了解这项近视矫治技术。淄博市8-18岁近视学生及家长均可报名参加。前50名报名的孩子可获得价值168元的“智能视力防护仪”一台,所有检查不收费。

活动热线:0533-2171788。
(张军)



耕耘心田,播种希望,成就明日之星。齐鲁晚报《今日淄博》与麦迪格联合推出《明日之星作文选》栏目,每周五与大家见面。刊发淄博市中小学生优秀作文。小作者们以稚嫩的笔,书写着自己成长中的欢乐与烦恼。望读者们在品读他们纯真的表白中,分享他们获奖的快乐,同时为全市中小学生提供一个写作交流的平台。欢迎全市爱好写作的中小学生踊跃投稿,投稿邮箱为fwhkeven@163.com。

“小博士”的烦恼

张店建桥实验中学 初一一班 毕研羲 指导教师 刘凤杰

傍晚,小扬走回家的路上。他在心里默默盘算:今晚一共有四项作业,做完应该在八点半左右,可以赶上足球比赛的下半场。他暗暗高兴,应该能进一个球,尝一把看别人进球的高兴滋味。

想到这里,他加快了步子。

晚餐后,小扬飞快地跑到了书桌前,把作业摆放到桌子上,拿出笔趴在桌子上斜着身子快速地写。爸爸看到了,连忙让他坐直写作业,小扬不听,执意要斜着写,说这样快,爸爸劝了半天也没说服小扬,只好作罢。

八点四十,小扬终于写完了,打开电视就直接趴在电视前一米处看了起来。妈妈正在客厅打扫,看到小扬,就对他说:“不能挨这么近看电视啊。”“这场比赛很重要,我一定不能漏看场上一丁点的蛛丝马迹。”“可这样会伤害视力的,唉。”“看一会到窗前往远处眺望一下。”“没事,没事……”

九点半,小扬该睡觉了。他极不情愿地简单洗漱了一下,

爬上床,拧开台灯,捧起书本。每天睡觉前,小扬总得需要点“催眠剂”——那就是码在床头的那一摞图书。妈妈要求小扬坐在书桌前看书,小扬不肯;小扬起先还是趴着看,看着看着就成躺着看了,看着看着也就睡着了。

后来,小扬看事物越来越模糊,没办法,妈妈只好陪小扬去配戴上了近视眼镜,小扬,成了班里的“小博士”之一。小扬依然爱足球、爱看书。

级部举行足球比赛,球技一直被大家公认的小扬作为主力球员首发上场。小扬这才发现,戴着眼镜踢比赛真别扭啊——抢也不敢抢,过人也不敢过,射门也看不准球门在哪。为了不影响班级成绩,小扬只好痛苦地要求被替换下场。

小扬好后悔,悔不该随心所欲毁坏了自己视力!眼睛是心灵的窗户,眼睛也是快乐生活的保障啊!保护视力,我还来得及吗?

有一个国王,他爱民如子,善于治国,为人善良,可他就是有一个缺点,不爱干净,浑身上下脏兮兮的,他每次出行时,总会有人把它当成乞丐,他还特别不爱护自己的眼睛,只要眼睛不舒服的时候,总会用他那脏兮兮的手去揉眼睛,不论皇后、大臣怎样好言相劝他都不听,就算答应了,那也只是应付一下,之后也不见他改。

皇后十分担忧,生怕国王的眼睛会出毛病,而洁净之神也听到了她的担忧,说:“真是个肮脏的国王,不仅不爱干净,还要让关心他的人替他担忧,我一定要好好惩罚一下他,看他以后还敢不敢这样了。”

于是,在国王出行巡游的那一天时,洁净之神用她那拂尘般的双手卷起了一阵大风,刹那间,原本湛蓝如宝石的天空被黄沙所覆盖,沙粒“入侵”了国王的眼睛,国王用手揉了揉眼睛,瞬

心灵之窗

张店建桥实验学校 初一三班 孙可茗 指导教师 于锡虹

打开窗户,才能看到风景,领略大千世界的美好,而眼睛正是我们心灵的窗口。通过眼睛,我们才能与外界建立联系,并且真实的感知世界。由此可见,眼睛对于我们多么重要。

但是近几年来,我国的近视率在不断升高,许多小学二三年级的孩子也戴上了矫正镜,近视呈低龄化、普遍化发展,形势不容乐观。

作为一个近视的人,近视给我的生活带来了许多不便之处。在跑步时,要时刻注意眼镜,不能让它掉下来;在冬天时,从室外回屋后,眼镜上会有一层水汽,看不清东西;在喝热水时,热气会在镜片上液化,视线内一片白……近视给生活带来的苦恼数不胜数,所以,趁你的眼睛还是清清亮亮的,抓紧时间保护眼睛吧。

眼睛作为五官之首,自然对我们非常重要,我们应该怎样保护它呢?首先,要养成良好的用眼习惯。读书写字时坐姿端正,光线要适宜;看电视、电脑等时间不要过长,中间要适当休息。

间感觉疼痛难忍,眼睛无法睁开,眼泪止不住簌簌地流淌下来,侍卫立刻扶住了国王,带他躲到了一家店铺里,国王的疼痛感渐渐消失,他慢慢睁开了眼睛,眼前的一切变得模糊不清,他又揉了揉眼睛,结果视线变得更模糊了,他急得大叫起来:“快来帮帮我,我看不见啦,快来人帮帮我!”

一旁的侍卫听到了国王的喊叫,急忙跑了过来,发现国王的眼球上生出了一层薄膜,像帘子似的。过了一宿,越来越严重,眼睛上的薄膜越来越厚,跟硬币一样大小。

眼睛的视线越来越模糊,国王也不敢独处一室,生怕自己跌倒受伤。过了几天,国王听到了自己的眼睛里好像有声音,好像有两个人在说话,渐渐地,这两个声音越来越清楚,国王能听到他们说话的内容:“这个国王真是活该,自己那么不干净,怪

其次,要注意营养,可以多吃含有维生素A或胡萝卜素的食物,富含维生素A的食物主要是动物的肝脏、鱼类、鸡蛋等动物性食物,富含胡萝卜素的食物主要是橙黄色和绿色蔬菜,还应注意不挑食,保证体内微量元素的摄取。最后,还要多进行室外活动,放松一下眼睛。

海伦·凯勒很有才华,被誉为“十九世纪的奇人之一”,然而身体上的不自由终究是一种缺憾;“瞎子阿炳”华彦钧一生刻苦钻研音乐,创作了许多有名的曲子,可因为双目失明,他最大的遗憾就是无法看到别人倾听音乐时的神情。这些,无一不是身体上的缺憾带给人的遗憾。

当今世界电子产品大行其道,许多人沉迷于电脑、电视与手机中,而很少走进自然,欣赏户外的美景。在闲暇的时候,不如放下手中的工作,出去看看吧。看看头上的蓝天白云,看看远处的高山流水,看看脚下的青青草地,放飞心灵,给眼睛一些自由的旅行吧。

得洁净之神让咱俩来他眼睛里呆着呢。”国王这才意识到了自己的过错,十分悔恨,于是下令开始清扫皇宫的卫生,自己也在仆人的看护下洗了澡,将自己的衣物洗干净并整齐穿戴好,再也不用手去碰眼睛了。

干净的几天后的一个早晨,国王从睡梦中醒来,睁开眼后,眼前的东西突然变得清楚了!卧室里的桌椅板凳,墙壁上的油画,窗外的风景,所有的一切都能看得清清楚楚,耳朵也听不见眼睛里的声音了,眼球上的薄膜也消失了,国王在兴奋中也意识到,一个人的卫生,尤其是对眼睛的卫生,是对别人的尊重,也是对自己健康的尊重。从此以后,国王在以后的生活中十分注意卫生,也开始注意对城邦的卫生处理,人民也更爱戴他了。

(本篇文章改编自《聊斋志异》中的《瞳人语》)

2015.6

眼睛烦恼消除记

张店建桥实验学校
初一七班 耿佳慧
指导教师 张海蓉

我是一双又美丽又有神的大眼睛,可是我的小主人却一点也不注意用眼卫生,经常让我受到伤害。

白天在学校,老师一让做题,小主人便不由自主地让我和试卷来个“亲密接触”,因为离得太近了,我老是会睁大眼睛帮小主人使劲看。我好难受呀,可是小主人必须让我这样做。唉,多希望小主人能够关心关心我呀!

做眼保健操的时候,小主人老是不珍惜这个爱护我的机会,经常偷偷地睁开我的身体,还经常用他那又脏又黑的手揉我。这样下去,我什么时候才能过得舒坦点儿呀!就算到了家里,我也不可能放松。小主人做作业时对我的伤害也就不说了,可他做完作业就趴在电脑前面打游戏、聊QQ。一点休息的机会也不给我,我真想逃离这个家!

今天,小主人又在伤害我了,我准备“罢工”。今天,我怎么也不睁开了,小主人便生活在一个黑暗的世界里。今天,他因为看不见,没法学习,没法上课,没法做作业,没法玩游戏。我倒是快活了一天,可是小主人却痛苦了一天,活该,谁让他以前那么伤害我。

晚上,小主人哭泣着对我说:“眼睛眼睛,我的好眼睛,我以后保证不再伤害你了,你快回来吧!”“真的吗?”我将信将疑地问道。“当然是真的,以后我要是再欺负你,你就再离开,再不回来不行了。”“好!”我又重新回到了我的工作岗位上。

以后小主人再也没有伤害我,我的烦恼也消除了。

瞳人语

张店建桥实验学校
初二四班 胡佳栋
指导教师 赵梦如