



全国连锁山东省知名品牌

祝贺泰安姜玉坤眼镜万达店和新泰石莱店盛大开业！ 开业期间全场太阳镜8折大促销！ 配镜优惠活动进行中！

暑假到了

如何保护孩子的视力， 姜玉坤视光专家告诉你不知道的事！

暑假到来了，孩子在家一天到晚看电视玩游戏，过度用眼令家长担忧。关于保护视力，我们有哪些不知道的事，让姜玉坤视光专家为你解答。专家说，玩10分钟手机相当于看30分钟电视，“宅”的孩子更容易近视，打乒乓球可以预防近视……这些护眼理念，你知道吗？

1.看电视对视力的影响并非全部负面

按照传统的用眼观，“看电视有损视力”的观念已深入人心，在平板电子产品横空出世之前，80后、90后对于看电视受阻的记忆深刻。然而当前在眼病临床诊疗过程中，看电视是治疗弱视患者视力的手段之一。

临床上，儿童单眼弱视由于隐蔽性，常在一些机构体检中被忽视。在眼视光医院，每天接诊的单眼弱视患者大约10余人。据眼视光医院黄医师介绍，单眼弱视多数是由先天性的远视、散光或斜视、白内障等因素造成，5岁开始治疗，康复的可能性高达75%，而8岁以后再治疗，失去的部分视力可能无法挽回。

不幸的是，多数单眼弱视的患者没有及时治疗。此前，黄小明接诊过一名22岁的“独眼”病患，弱视的时间已超过15年，却总认为与近视有关，直到眼睛实在看不清楚了，才到医院就诊，“门诊中，单眼弱视的大龄儿童居多”。

弱视的治疗除了先使用矫正眼镜之外，还要辅助其他综合治疗方法，包括“看电视”。医生透露，电视中的光、影像、色彩对眼睛的刺激，可以增强视觉神经功能，看电视对视力的影响并非全部负面，可以明确的是，它对弱视的治疗也有一定的疗效。

2.伤眼程度：看电视<看书<玩手机

看电视、看书、玩手机，三大用眼项目对视力的损伤程度逐步加深。比起远距离看电视，近距离地看书和玩手机更“伤眼”。今年初，浙江省某眼科医院进行了一项对比实验发现，玩10分钟手机相当于看30分钟电视。

实验中，3名6岁的儿童在四天时间里分别使用、观看平板电脑、手机、42寸液晶电视和投影仪，通过对比眼睛的屈光度、泪膜破裂时间和一分钟眨眼次数的前后变化，来判断它们对孩子视力的伤害程度。结果显示，20分钟手机游戏后，3名儿童的平均视力接近轻度假性近视状态。可以确定的是，手机和平板电脑对孩子视力屈光度影响远大于电视、投影。

医生解释，视力的影响因素在于视物的距离，距离太近、时间太久会造成眼睛疲劳、肌肉紧张、晶状体调节痉挛，可引起近视初期的假性近视，若无及时缓解，这个近视将不可逆转。

据医院获悉，每逢寒暑假结束，就有一批青

少年因假期过度用眼而视力大幅度下降，症状较轻的，视力下降25-50度左右，严重的甚至下降了100-200度。

3.“关灯玩手机，易患青光眼”是误传

过去家长认为电视是影响视力的第一杀手，而现在对青少年视力损伤最大的则是平板电子产品。此前网络上一则“关灯玩手机，易患青光眼”帖子被频繁转发，黑暗中的手机活动到底有多伤眼？浙江省某眼科医院针对该说法进行了实验，发现网传内容有误。

很多学生都有在被窝里玩手机、看书的习惯，门诊中接诊了大量因这种用眼恶习而视力下降的学生，“这类学生有一个共性，近视上升得特别快，且度数都很深”。

那么，黑暗中玩手机会不会引起青光眼呢？通过对10余名体验者进行了测试，他们被安排在黑暗环境和光亮环境中分别使用手机20分钟，随后进行眼压测试。结果发现，在两个不同的环境中，体验者的眼压并没有发生变化。高眼压是青光眼的主要致病因素，实验结果证明，黑暗中玩手机不会直接引发青光眼。实验证明，关灯玩手机并不会直接导致青光眼，但却可能引发近视、干眼症等其他眼病，电脑和手机屏幕发出的蓝光和紫外线对眼睛，特别是眼底有一定的危害，长时间看屏幕会导致眼底损伤。

4.户外活动少容易近视

青少年的视力一年不如一年，主要与近距离的用眼习惯有关。通过对学龄儿童的视力异常率进行了10年的跟踪调查和分析，结果发现“名校”学龄儿童视力异常率远高于民工子弟学校，课外、户外活动时间过短甚至缺乏，是影响视力的另一大重要因素。

过早地成为“宅”一族，无形中增加了孩子近视的可能性。“长期近距离地观看，眼睛看远处的机会少了，户外活动有助于青少年的眼睛进行远、近调节。”专家称，视远机会的减少，眼轴缺乏远近调节，眼轴会增长，户外活动是青少年放松眼睛、预防近视的较佳办法。理论上，眼轴每增长1毫米，近视将增加300度。

此外，视光专家推荐，“多打乒乓球，球在5米内近距离移动，此时睫状肌也频繁地进行远近交替调节，收缩放松，能促进眼部的新陈代谢，值得推广”。

暑假来临， 快来姜玉坤报名摘掉眼镜吧

1.角膜塑形镜和普通隐形眼镜有什么不同呢？

1.角膜塑形镜可以防控近视度数的加深，这点普通的框架眼镜和隐形眼镜都是做不到的。

2.角膜塑形镜是高透氧性材质，适合睡觉时佩戴。而普通隐形眼镜的材质透氧性不佳，是绝对不可以睡觉时佩戴的，否则易引起角膜炎、结膜炎等眼病。

2.角膜塑形镜需要佩戴多久才能见效？

角膜塑形镜配戴一夜就可以明显感受到矫正的效果，但要长时间维持最佳视力，须持续配戴1-2周时间。

3.角膜塑形镜安全吗？会不会有副作用？

角膜塑形镜矫正近视属于物理治疗，没有伤口，经过专业医师检查合格之后方可配戴，既安全又有效。科视角膜塑形镜自1998年引进中国，迄今为止专业服务中国市场18年，使用人数超过百万，迄今为止无一例不良验配案例。

角膜塑形镜是一种夜间睡觉时佩戴的，高透氧硬性角膜接触镜。借由镜片的特殊设计，以渐进轻柔的方式改变角膜表面的形状，降低原有的眼轴长度，从而白天不用戴镜也可获得清晰视力。

角膜塑形镜来帮你

传统框架镜戴久了，总是让人有种变丑了的感觉。而角膜塑形镜就避免近视者产生这种尴尬和负担，夜里睡觉配戴角膜塑形镜一段时间后，白天就能拥有清晰好视力，不必再戴任何近视镜，因此也就同时不必忍受任何不便利，想要怎么任性变美，都不再有隔阂障碍！

角膜塑形镜优势：

夜晚戴镜，白天无需再戴眼镜，不影响正常的学习和生活。

控制近视度数的增长，尤其对于青少年的近视矫正。高透氧镜片材质，提供角膜安全的佩戴环境。轻松佩戴，使用方便。

可用于某些特殊职业(如公务员、军人、运动员、潜水员、飞行员、演员等)对视力的要求。



- | | | |
|------------|---|-------------------------------------|
| 泰安店 | 财源视光中心店地址：财源大街与青年路十字路口泰山剧院西邻，电话：6911888 | 金山店地址：岱宗大街金山路斜对面家园超市西邻，电话：2187300 |
| | 金山视光中心店地址：金山店二楼，电话：2142800 | 齐鲁店地址：岱宗大街齐鲁银座东，电话：2187076 |
| | 精品店地址：火车站银座步行街，电话：8227300 | 东岳店地址：市电视台对面，电话：2115100 |
| | 邱家店地址：邱家店镇政府东行100米十字路口，电话：8863788 | 文化路店地址：文化路山景叠院1213号，电话：6271988 |
| | | 万达店地址：万达金街C123，电话：8587688 |
| | | 旗舰店地址：迎胜路市社保处北邻，电话：2105217 |
| 宁阳店 | 七贤店：宁阳县七贤路县建公司北临 电话：0538-5661116 | 西街店：宁阳县电影院对面 电话：0538-5630543 |
| | 欣街店：宁阳县人民会堂对面 电话：0538-5639788 | 凌云店：宁阳县凌云大厦对面 电话：0538-5866667 |
| | 鹤山店：宁阳县鹤山中心商场北临 电话：0538-5766665 | 华丰店：华丰镇大华超市路南 邮电局对过 电话：0538-5853389 |
| | 磁窑店：磁窑镇二北300米路西 电话：0538-5815659 | 南驿店：磁窑镇宁阳六中南门东路北 电话：0538-5912189 |
| 新泰店 | 新泰市新甫路中段（防疫站对面），电话：7222273 | 新泰市青云路中段（东南关社区西80米），电话：2179903 |
| | 新泰市青云路中段（春天服饰广场东50米），电话：7222071 | 新泰市青云路中段（青云购物中心东200米），电话：7220713 |
| | 新泰市新汶大街中段欧亚商城东门，电话：7863034 | 新泰市新汶五四小区新汶中学北150米路东，电话：7832412 |
| | 新泰市汶南镇嘉禾购物中心对面，电话：7712776 | 新泰市羊祜像西100米路北粮所门口，电话：6378127 |
| | 新泰市楼德镇文化路南头邮政局对面，电话：7646699 | 新泰市谷里镇派出所对面，电话：7765328 |
| | 新泰市汶南镇中国邮政对面，电话：6638261 | 新泰市翟镇青云联华对面，电话：7512686 |
| | 新泰市府前街银座商场西侧（装修中） 新泰市禹村镇大禹广场东边路北，电话：7672326 | 新泰市泉沟镇农业银行对面，电话：6325778 |
| | | 新泰市石莱店（新泰市石莱镇中心小学对面），电话：7912616 |
| 东平店 | 姜玉坤眼镜视光店：东平老汽车站对过，电话：2125999 | 姜玉坤眼镜五星店：东平105国道荷花广场东，电话：2825999 |
| | 姜玉坤眼镜百货店：东平百货大楼超市出口处，电话：18254859585 | 东平姜玉坤眼镜客服热线：400-153-8018 |
| 肥城店 | 总部：向阳街实验中学对面，电话：0538-3237568 | 视光中心：长山街农机公司一楼，电话：0538-3217867 |
| | 形象店：新城路技术监督局对面，电话：0538-3222658 | 盛世佳和店：长山街盛世佳和一楼，电话：15269838059 |