



郑州第一报道，我们一直在你身边

热烈祝贺《郑州晚报》单日出版672版
创造“大世界基尼斯”新的世界纪录

养生堂

暑 W O

自由

暑假来到了，很多人都在琢磨暑假怎么玩。大家在快乐玩耍的同时，一定要注意自己的健康及人身安全！远离危险，健康暑假！中医专家建议，孩子一定要在家长的看护下游玩，不能自主去郊区、山林或者河边玩耍，稍有不慎就会受伤甚至危及生命！夏季蚊虫较多，家长更应该为孩子备好花露水等常用物品。安全第一！
万佳

出游还是宅家 健康暑假安全第一

野外郊游 爬树过敏可致窒息

暑期，不少学生喜欢成群结伴去野外郊游、爬山。然而山林中蚊虫很多，一旦被其叮咬，便出现指头大小的红疹，又肿又痒，医学上称为“丘疹性荨麻疹”。专家指出，野生蚊虫毒性非同寻常，可能携带病菌，被叮咬后可能引起感染。

有些学生喜欢爬树、采食野果。爬树除了可能惊扰树上的蚊虫，还可能引起过敏。专家说：“比如芒果。不仅吃芒果会引起过敏，爬芒果树也能使皮肤产生过敏。”一旦过敏，身体会长出弥漫性红斑，发热发痒。严重时，还可能引起喉头水肿，缺氧窒息。

特别提醒：到山间、林区郊游应特别谨慎，避免在草地等潮湿的地方坐卧。随身携带防蚊液、风油精或可防蚊虫的外衣等，做好防蚊虫工作。建议不要攀爬果树、采食野果，尤其是对芒果、荔枝等水果过敏的人更要注意。

“宅童”族 眼睛最容易受伤害

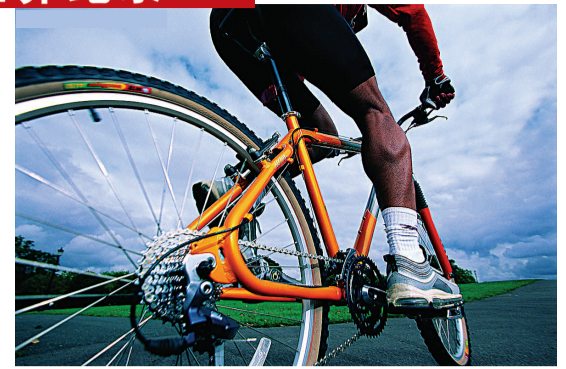
暑假期间，独自在家孩子没有了家长的管制，看电视，玩电脑游戏，经常一玩就是一整天。暑假过后，医院眼科便多了许多小病号。

据专家介绍，对着电脑一整天会使眼睛肿胀，头痛头晕，看东西出现重影，产生视疲劳，这是近视的信号。此外，也可能引起干眼症，眨眼

水上嬉戏小心晒伤

炎炎夏日，海滩上、游泳池里随处可见穿着泳衣泳裤在阳光下奔跑的学生。很多人没有防晒意识，然而晒太阳不仅会变黑，也会晒伤。据专家介绍，“剥脱性皮炎”便是中“太阳毒”所致。“晒伤后，皮肤会变得红肿、疼痛，严重的话还可能掉皮、有渗液。”

人流量增多，水成了细菌滋生的温床，红眼病也随之光顾。据专家介绍，红眼病是一种急



频率会降低，眼睛变得干燥不舒服。

特别提醒：看电视、玩电脑的时间应尽量控制在一天3个小时以内。每隔一小时要让眼睛休息一次。做眼保健操前一定要把手洗干净，避免引起感染。此外，建议学生多进行户外活动，不要变成“宅童”。

性流行性眼结膜炎，发病时眼皮肿、眼睛红，又痛又痒，有黄色分泌物，严重时像流脓。

特别提醒：夏日海边，防晒工作要做足，除了涂防晒霜等护肤品外，也要记得带上伞、长袖衣服等及时防晒，不要在阳光下长时间暴晒。改掉揉眼睛的坏习惯，游泳后及时滴眼药水清洗眼睛，预防染上红眼病。平时应少吃油炸、热气食品，多吃清淡食品。

我省首期“弱视干预救助计划”公益活动正式启动—— 征集百名弱视儿童免费治疗

报名热线：400-0399-000 0371-56788981

今起，郑州晚报第1健康、河南省煤炭总医院联合青少年非手术视力矫正开创者——七彩视光举办的“弱视干预救助计划”公益扶助活动正式拉开帷幕。活动期间，将向我市100名弱视儿童进行免费专项治疗和专业视力检测，一个疗程即可省去7000余元。

弱视是儿童最常见的视觉疾病之一，会严重影响青少年身心健康成长，已逐步引起社会重视。视力专家研究发现，弱视最佳治疗期在12岁前，一旦错过，将对孩子今后的视功能造成无法

补救的影响，很难治愈，弱视治疗绝不能拖延。

我国著名的眼视光专家、第四军医大学眼科教授、七彩视光专家团顾问徐渊教授表示：弱视的传统治疗进展缓慢，效果较差，很大程度上是由于找不到病根、治疗手段落后、弱视

眼不花、头不晕、小字儿倍清晰，张爷爷举着眼镜感慨 时间看再长，眼睛也不累

“真的没想到，看书看报这么清楚，几份报纸读完，一点都不觉得累”，家住中原区的老张无比感慨的说。

原来老张退休前是个中学老师，当年天天忙碌，现在一闲下就坐不住，每天还是保持着读报、看书的习惯。前段时间却苦恼了，原来，跟了他六十多年的这双眼睛却越来越不争气了，接连换了三幅老花镜，可换来换来，效果却越换越差，读书看报更加模糊，一二十分钟下来，眼睛就会胀痛、干涩，时间稍微长点儿甚至出现头晕、头痛和恶心的症状。

本想着退休生活多美好，可以有充足的时间搞搞文学，做做自己喜欢的事情，可怎么也

美不起来。儿子小张也挺上心的，托人从美国带回一副老花镜，可依旧是那样。小张只好求助于网络，一天晚上，外地同事发过来一篇专讲老花镜的邮件让小张顿时欣喜若狂。

原来，我国居然是世界上眼镜的起源地，据史料记载：“在公元前2283年，中国皇帝就通过透镜来观察星星。”根据孔子所说：中国那时就有人戴水晶和其它透明矿物质做成的眼镜，用来医治眼睛或遮避阳光。到了明代开始到现在一直称为“眼镜”。由于当时加工技术的局限，只有老花镜，并限于宫廷内流传，皇帝常常作为御品赐给年老大臣，以矫正视力老花的缺陷。渐渐的，眼镜开

始进入了普通人的生活之中。因此，中国完全可以说是老花镜的鼻祖。

几段文章读下来，让小张感觉到，配老花镜还是得找这个写文章的“高人”。急忙致电该文的作者，在他的推荐下购买了一副名叫“倍青松”的老花镜，解决了老张两年来的难题，就出现了前文的这一幕。

为此，我们找到了该款老花镜的发明人李安博士，据他介绍，传统的老花镜，其实就是个凸透镜，俗称放大镜，整个眼镜只有一个焦点，看书看报时眼睫高度紧张，聚在一起，这也就是为什么佩戴传统老花镜时眼睛会发涩、酸困、甚至出现头晕、头痛和恶心。而“倍



张爷爷一家人试戴“倍青松”智能老花镜

清松”采用的是棱镜加透镜的原理，看近时把眼镜打开，相当于眼睛看远的状态自然就轻松。其特殊的材质能让老人看近比其他老花镜清晰数倍。

据悉，目前，这一新产品刚上市，正试推这款既环保又时尚的保健类眼镜，平价销售，市民如有需要，可拨打电话0371-56788983进行咨询。

“非手术视力自然提升法”引进我市，近视青少年将全面受惠 咨询电话：0371-56788982

近视不手术 七天矫正好

毕业班学生视力为啥不降反升
“以前教室里是黑压压的一片小四眼，现在怎么越来越少了，按说这个年龄也不能做手术啊？”二七区某重点中学毕业班的张老师最近发现一个奇怪现象：本学期，班上有近视的学生越来越少了。这些学生只有15岁左右，还不到手术年龄，学习又这么紧张，近视是怎么治好的呢？

经询问，孩子们告诉张老师，他们最近都接受了“非手术视力自然提升法”的治疗，而且一致表示在短期内都收到了很明显的效果。张老师疑惑，这究竟是一种什么样的治疗方法呢？

一位同学说，“这种‘非手术视力自然提升法’晚上睡觉戴，白天就不用戴近视眼镜，用起来很方便，每周去参加一次视功能训练，轻度近视，两个月下来，基本上就能摘掉眼镜。”

治近视找对方法，视力可稳定1.0

众所周知，近视治疗是个老难题，很多家长也反映，在给小孩治疗近视这些年，他们没少花钱，但效果一直都不怎样。

我国著名的视光专家彭运昌解释：视力=光+眼+脑。光是视觉的源泉，眼是视觉信息的容纳器，眼在大脑的控制指挥下实现视觉信号的收纳和传递，大脑是视觉系统的核心，是一切



非手术视力自然提升法，在我市备受追捧

视觉活动主导者，也是视觉的终端。举个例子，天晴我们看得清晰一些，而天阴看东西就相对差一些，感觉不清楚。这就是光对视觉的影响。通常我们通过戴近视眼镜、激光手术矫正或改变屈光度来提升视力，这是单纯的对眼睛的补救办法。而光和眼最终会将物象传递到脑形成影像，没有脑视力，光和眼睛再好，也是白搭，这就是为什么近视易反弹和加深的原理。脑视力调节功能的发达与否，直接导致影像的清晰或模糊变形。所以说，要治好近视，防止反弹，眼和脑在视觉的作用中是重中之重。

不手术、不吃药、防控 近视有绝招

据悉，“非手术视力自然提升法”，是一种纯物理治疗方法，其主要原理是采用角膜塑形镜加上视功能训练的组合治疗来达到提升视力的目的，运用镜片与泪液产生的流体力学逐步改变角膜几何形态，使眼轴缩短，从而改变和阻止近视的发展。然后再用特殊的近视训练仪调节视网膜神经对光线的敏感性和清晰图像的能力，最后补充视神经细胞营养，达到定型视力，防止复发的效果。对于部分假性近视，七天就可得到矫正。

权威机构联合推广 “非手术视力自然提升法”

美国早在2005年就开始普及这一疗法，据美国官方统计得出，在2007年到2011年之间，经“非手术视力自然提升法”治好的近视儿童已达6万例，有效率为98.6%。我国著名的眼视光专家徐渊教授等对“非

手术视力自然提升法”的研究和在国外的推广给予了积极的肯定和支持，北京及上海地区已开始全面推广，其安全、有效，得到了业界的一致认可，世界眼科基金会中国分会、中华眼科与视觉科学学会、河南省眼科医院郑州大学第四附属医院对此还颁发了牌，并由河南省煤炭总医院联合七彩视光中心在我市负责推广“非手术视力自然提升法”，计划力求在两年内让我市2万名近视儿童恢复视力。

给我一个暑假，还孩子一生光明

家住人民公园的黄女士兴奋地说：“孩子近视300多度，试了很多治疗方法都不管用，我只能干着急，想不到采用非手术视力自然提升法才两周，视力就提升了两行！孩子不用一辈子戴眼镜，我也安心了。”

在治疗现场，一位家长颇有感慨地说：“如今社会竞争太激烈了，孩子没有一双好眼睛，升学就业以及工作生活就会困难重重。很多成绩好的孩子就因近视错过了报考理想专业的机会，这实在是太可惜了。马上就要放假了，孩子也正好有时间了，为了让孩子有个好前途，无论如何都要试试。”

据悉，此次由七彩视光首推的“非手术视力自然提升法”解决了青少年近视度数年年涨，等着去挨刀的难堪局面，能安全有效的帮忙18岁以下青少年提升视力。咨询电话：0371-56788982。