



ПРОБЛЕМА БЛИЗОРУКОСТИ

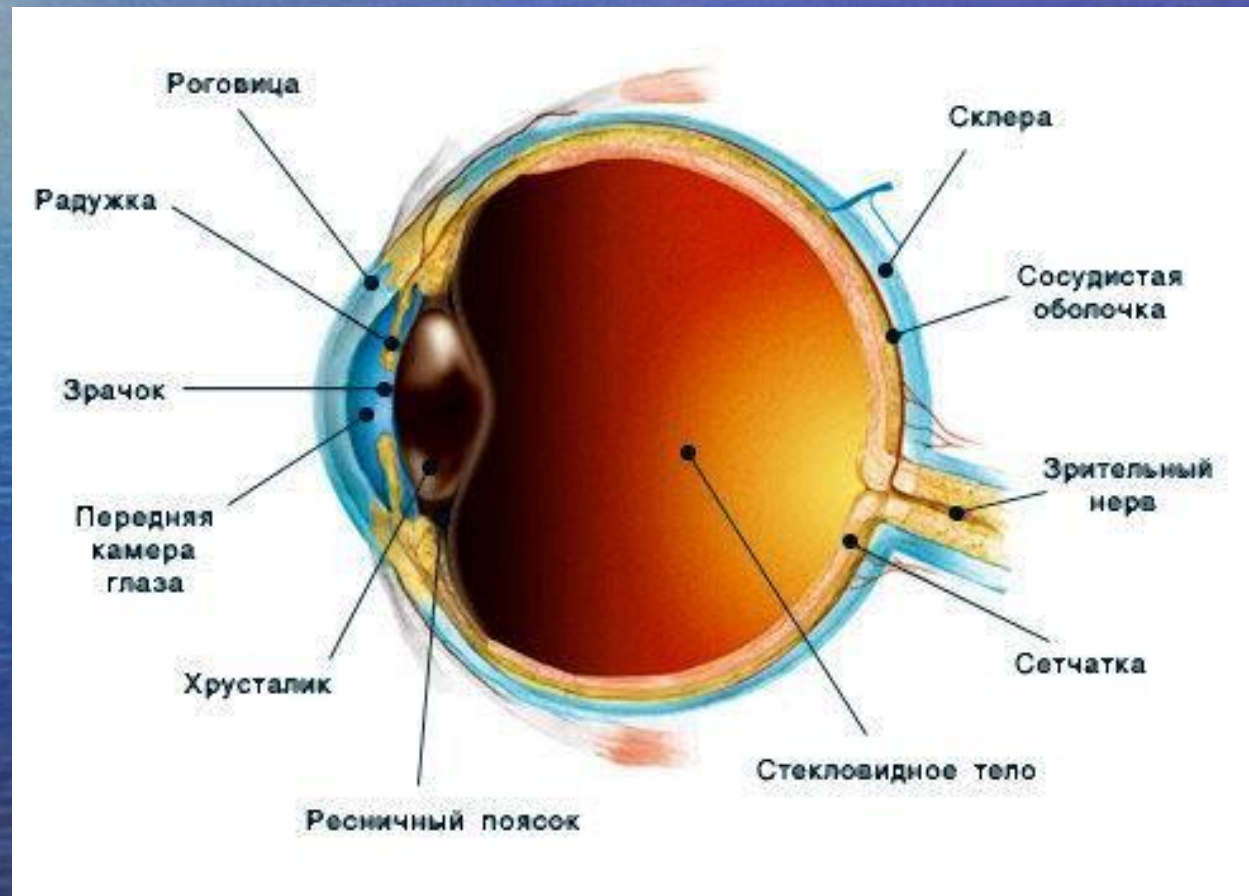
Взгляд без очков. Возможно?!



Цель :

- Выяснить какие причины ведут к возникновению близорукости
- Каковы методы коррекции и профилактики близорукости

Строение глаза



Строение хрусталика



Проверка остроты зрения

| | | |
|-----------|-----------------|---------|
| D = 50,0 | Ш Б | V = 0,1 |
| D = 25,0 | М Н К | V = 0,2 |
| D = 16,67 | Ы М Б Ш | V = 0,3 |
| D = 12,5 | Б Ы Н К М | V = 0,4 |
| D = 10,0 | И Н Ш М К | V = 0,5 |
| D = 8,33 | Н Ш Ы И К Б | V = 0,6 |
| D = 7,14 | Ш И Н Б К Ы | V = 0,7 |
| D = 6,25 | К Н Ш М Ы Б И | V = 0,8 |
| D = 5,55 | Б К Ш М И Ы Н | V = 0,9 |
| D = 5,0 | Н К И Б М Ш Ы Б | V = 1,0 |
| D = 3,33 | Ш И Н К М И Ы Б | V = 1,5 |
| D = 2,5 | И М Ш Ы Н Б М К | V = 2,0 |

| | |
|---------------------|----|
| А Б | 1 |
| П Д Е | 2 |
| Р М З У | 3 |
| Ш З Г Н Х | 4 |
| К Г О Т И Ф | 5 |
| В Х А Л Ж Р Н | 6 |
| З Б М О Я Т П Ч Е | 7 |
| У Ц Р Г С Л А К Ш Д | 8 |
| Н Т Х И Ч Я Г Е | 9 |
| К Ц О З М Г У В | 10 |

Коррекция близорукости

- Очки-тренажеры



- КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ



- Лазерная коррекция

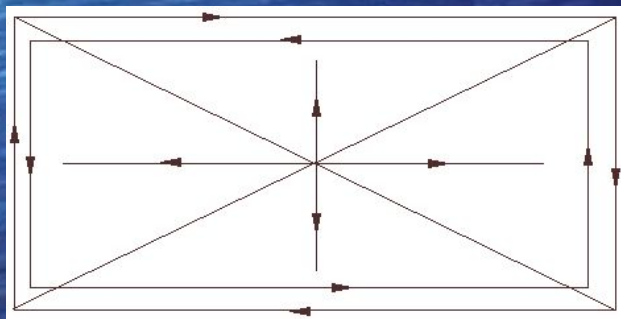
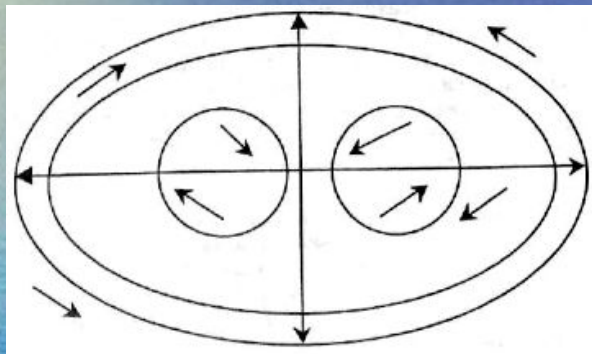


Профилактика близорукости

- Укрепление здоровья
- Правильная организация рабочего места:
 - достаточное естественное освещение
 - рабочий стол с наклоном 12-15 градусов
- Каждые 35-40 минут отдых для глаз
- Прием препаратов с черникой
- Офтальмотренаж



Упражнения для восстановления остроты зрения



Взгляд без очков : возможно!

