您的镜片可以缓解视疲劳吗？

无论是在眼镜店，还是在医院眼科门诊，经常碰到有人说诉说眼睛干涩、易流泪和疲劳，用眼不能持久等现象，尤其是近视患者这种现象更严重。那么，出现这些症状通常是因为长时间的近距离看书、读报、使用电脑。尤其是长时间在电脑前用眼者，其症状更明显。我们把这些患者诊为“视疲劳症”，单纯由于用电脑造成的，叫做“电脑终端综合症”。如果产生用眼疲劳症状以后，由于工作量比较多，工作时间比较长，还必须继续用眼的，不仅会产生严重的视疲劳，还会使近视加深，对眼睛非常不利。

过去治疗这类患者，主要是滴抗疲劳眼药水和建议配一副电脑专用眼镜。眼药水之所以能够减缓视疲劳，是因为眼药水里面含有一种成分能够放松睫状肌，还有的眼药水，滴到眼睛里面冰凉冰凉的感觉，感觉很舒服。但是这些眼药水不能长期滴用，他们不仅破坏眼睛的酸碱平衡，而且药物用时间长了，眼睛产生了耐受作用，再滴用效果就没那么明显了。电脑专用镜其实就是一个单光眼镜，在原来远用度数的基础上降低一些，专门用来看近的。

上海吴良材眼镜合肥公司推荐的华斯度抗疲劳镜片究竟是怎么来减缓视疲劳的。无论您眼睛近视还是不近视，人眼在看远的时候呢，是处于一个完全放松的状态的，因为此时候眼睛不需要使用调节力。远处的光线进入到眼睛里面以后可以直接汇聚在视网膜上。在视网膜上成像，眼睛就可以清晰的看到这个物体。

而看近的时候呢，光线是呈发散的状态进入眼睛里面的。如果此时眼睛还是处于完全放松的状态的话，光线就会在视网膜之后汇聚，那么在视网膜上所成的像就是一个模糊的像，眼睛就不能清楚的看到这个物体。此时为了看清楚此物体，眼睛就必须使用调节力，使得光线汇聚点重新落在视网膜上。

使用调节力的过程，其实就是眼睛的睫状肌收缩，使晶状体变凸，变凸了以后就相当于一个凸透镜的作用，让光线汇聚，汇聚点重新落在视网膜上。眼睛所使用的调节力的大小跟进入到眼睛里面的光线的发散程度是有关的。发散程度越大，用到的调节力就必须大，发散程度越小，用到的调节力就小。那么光线的发散程度跟什么有关呢？它跟我们所要看的物体的位置有关。物体位置越近，光线发散程度是越大的。也就是说看越近的物体眼睛所用的调节力就越大。那么时间长了，睫状肌和晶状体持续处于一个用力紧张的状态，就很容易产生视疲劳症状。

不容小觑的视疲劳问题

视疲劳也称眼疲劳，是用眼过度或其它原因引起的眼肌劳累、神经紧张的一种症状。其症状有：眼睛酸胀、眼睛干涩、眼睛疼痛、眼花嗜睡、视觉模糊、视力下降。严重者头痛恶心、四肢麻木、腰酸背疼、劳累乏力。过去对视疲劳的问题都不太重视，认为视疲劳只是一种疲劳状态，只要放松一下情绪、多休息、少用眼就可以缓解了。其实随着学习的压力、就业的压力、竞争压力的增加，视疲劳的问题越来越凸显出其危害性，现代社会许多人常处于亚健康状态都与视疲劳有关。

学习的压力、就业的压力、竞争的压力迫使人们从小需要不断地学习再学习，休息不足、睡眠不足、超负荷的用眼，都促使了眼睛疲劳，时间一久造成精神紧张，心急烦躁，情绪低落，身心处于亚健康状态。视疲劳所导致的神经因素，使得很多人精神不振。视疲劳不同于肌肉性疲劳。举个简单例子，一个人肌肉疲劳了只要休息一下就好，而如果是看书，时间一长，疲劳了就想睡觉，因为视疲劳导致的中枢神经抑制让人感到瘫软，尽管是坐着不动，没有付出体力消耗，这种典型的视疲劳就是俗称的伤神。视疲劳的主要原因之一就是用眼过度，特别是近距离用眼过度。

华斯度抗疲劳镜片采用特殊设计在镜片里面加入抗疲劳功能。起到凸透镜汇聚光线，放松眼调节的作用。使长时间用眼不易疲劳，而且舒适，保证看远看近都看得清，还能减缓近视的加深。

华斯度抗疲劳镜片验配指导

长时间使用电脑工作，造成了眼睛干涩酸胀、视力短暂性模糊等眼部问题。这些是由于过度用眼特别是近距离用眼而造成的“视疲劳”。白领及其他使用电脑的人群若长时间面对电脑屏幕，眼睛内部的晶状体长期处于紧张状态，得不到放松更容易患上“视疲劳”。

上海天鸿光学针对以上人群研发了华斯度抗疲劳镜片，华斯度抗疲劳镜片有别于我们以往配镜时采用的镜片，镜片中植入了抗疲劳功能，特别适合近距离办公人群配戴。戴上它，通过镜片下半部分看近时，能减少眼睛晶状体的调节力，放松眼球，从而起到有效缓解视疲劳作用。视力正常或是存在视疲劳症状的人群都可以放心配戴。

——— 本报特别推荐

中国驰名商标 上海吴良材®眼镜 合肥公司
中华老字号 创始于1719年
“镜”彩开学季
镜在吴良材
减缓 度数增加的镜片
开学配镜特惠
配小博士功能型镜片
送价值268元镜架一付
配华斯度青少年视博迷你镜片
送价值680元镜架一付
镜享特惠价
A 宾吉尼镜架 + 采迪 1.553 抗辐射加膜(经济型)镜片
原价 308 元 “镜”享价 168 元
B 蓝顿镜架(375元镜架)+ 保视莱 1.553 抗辐射加膜镜片
原价 675 元 “镜”享价 368 元
C 摩卡镜架 + 保视莱 1.60 超薄抗 UV 抗辐射镜片
原价 1098 元 “镜”享价 568 元
镜彩九月
购买隐形彩片一副可享购第二副半价；
2010年款太阳镜购300元送150元，购400元送200元
部分太阳镜降至4折
一分店(旗舰店):淮 河路步行街明教寺东58米
二分店(特色店):长江中路120号（青云楼东50米）
三分店(校园店):金寨路155号黄金广场
四分店(三孝口店):金寨路438号（光明影都对面）
五分店(三里庵店):长江西路234号（家乐福斜对面）
六分店(含山路店):含山路1号（长江中路口）
七分店(黄山大厦店):长江中路113号（黄山大厦下）
八分店(飞凤街店):长江路316号（飞凤街口）
服务热线：2675898 8008680028
活动详情请见店内海报
安徽省眼镜行业专业委员会
提醒广大购镜消费者认准：“中国驰名商标 上海吴良材®眼镜”谨防假冒！