

《拯救视力》

图书基本信息

书名：《拯救视力》

13位ISBN编号：9787200061017

10位ISBN编号：7200061018

出版时间：2006-1

出版社：北京出版

作者：珍妮特·古德里奇

页数：207

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《拯救视力》

内容概要

不依靠眼镜和手术，没有损伤和痛苦；

减轻近视、远视、散光、斜视等功能性礼堂模糊；

轻松护眼，从繁忙的学习中和电脑前拯救你的视力。

让孩子在轻松愉快的训练和游戏中提高视力！让本书帮你的孩子改善视力以及预防视力下降将不再成为一个枯燥的任务，而是一种快乐。全家人可以一起分享这宝贵的快乐时光，自信的孩子也可独立地完成它们。今天就开始吧！你有足够的力量改善孩子的视力！

一步一个脚印地通读本书，改善视力以及预防视力下降将不再成为一个枯燥的任务，而是一种快乐。视觉训练和游戏是有趣的，同时又是建立在科学基础上的，而且能使孩子养成良好的视觉习惯。全家人可以一起分享这宝贵的快乐时光，自信的孩子也可独立地完成它们。

《拯救视力》

作者简介

珍妮特·古德里奇 著名的自然视力改善法先行者，于1975—1983年间执教于洛杉矶生命健康中心。她于1990年在澳大利亚的布里斯班附近建立了她的“自然视力改善法”讲师训练班。历经十余年，珍妮特·古德里奇将她的方法传授推广到美国、澳大利亚、英国、瑞士、德国和亚洲。现在，全世界9个国家的视觉治疗师在运用她的方法。

《拯救视力》

书籍目录

我为什么要写这本书拯救孩子的视力
迫在眉睫眼科专家的中肯建议如何利用这本书谁能从这本书中获益
轻松游戏，提高视力告别眼镜
第一部分 关乎儿童视力的新观点
第一章 别让眼镜遮住心灵的窗口戴眼镜的利与弊
校园近视，不容忽视
珍妮特·古德里奇自然视力改善法的起
儿童视力新观点为什么不试试自然的康复方法
第二章 导致视力缺陷的原因
什么是视力怎样判断视力缺陷
导致视力缺陷的原因
视力缺陷的真正原因
第三章 眼科常规治疗和自然视力改善法
眼科医生与自然视力改善法教师的不同治疗方式
从容就诊，作出正确选择
心中有数，手术慎重
过渡型眼镜会很有帮助
第四章 父母的力量
放飞思想，选择最适合孩子的疗法
建立一个视力日志
将重要的事件与感受记录下来
孩子的情况
就诊资料
计划孩子的视力游戏活动
第五章 儿童的视力发育
什么是儿童童年时期的特殊性
尊重孩子的自我调节
别小看婴儿的感知能力
关注孩子成长的脚步
第二部分 每个孩子都能拥有敏锐的视力.....

《拯救视力》

章节摘录

配眼镜和销售眼镜是世界上一个重要的行业，很多人都参与其中，还包括庞大的消费人群。因此，眼镜理所当然的是自从面包片出现后最出色的发明，如果眼镜能够成为一件时尚品就更好了。眼镜、隐形眼镜和只需16秒钟的近视眼手术，帮助数百万的人减轻了视物模糊的痛苦。亚历山大·达·斯潘那，一位生活于13世纪的僧侣，首先将透镜放入镜架。在中世纪，配戴眼镜是社会财富、知识阶层和地位的象征。这些磨光的镜片可以从那时的行会中获得，它的放大功能可以帮助老年人阅读。文艺复兴时期的作品中所描述的圣经中的人物就配戴着最新款的意大利式眼镜。1884年眼部麻醉术的发明使得在眼球前面的角膜上放置薄薄的弯曲透镜成为可能。如今，在美国有1200万人戴这种隐形眼镜。然而，长期戴隐形眼镜具有其自身的问题。最严重时，在透镜后滋生的细菌会导致失明。角膜上皮细胞有时会出现缺氧并发生溃疡。如今，新型隐形眼镜表面所设计的小孔，能够透过氧分子，通气性更好。虽然技术人员总能生产出更好的视力辅助设备，但是，我仍然建议那些进行自然视力改善的学生不要使用隐形眼镜。而框架眼镜更容易摘下并且不易丢失。虽然隐形眼镜有益于美观，但是他们将会使你感觉很糟，并且妨碍你用眼睛来表达自己的情感。如果将戴眼镜或隐形眼镜作为唯一的解决办法，视力不佳者只能保持现状或者变得更糟。如果没有这些视力辅助工具，人类也许早就意识到并且着手改变那些导致视力减退的因素了。

《拯救视力》

媒体关注与评论

“我衷心地希望更多的人能利用这本书中有趣而又有效的方法。”——伊迪丝·诺曼，医学博士

“这本书为存在视力问题的人提供了许多有价值的方法，而不仅仅是一张眼镜的处方。”

——帕特丽夏·乔伊·维尔曼，医学博士

“珍妮特·古德里奇在全世界范围内唤醒了人们关于视力改进的意识。我非常欣赏她的创新性工作。”——黛博拉·I·班克，医学博士

《拯救视力》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com