

Comment fonctionnent les lunettes ?

Les lunettes améliorent l'élasticité et la mise a feu. Comment ?



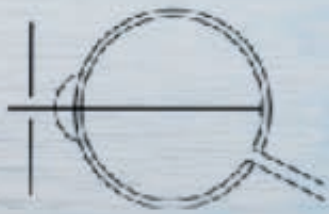
Lunettes à grilles



oeil myope



œil presbyte ou hypermétrope



œil avec les lunettes à grilles

Les trous réduisent la largeur du cône produit par les défauts de réfraction et améliorent donc la focalisation.

naturalvision.it

www.naturalvision.it



Lunettes à grilles !



Les lunettes à trous sont aussi appelées « lunettes à sténopé » (sténopé = resserrer la vision). Si vous regardez à travers un trou dans une feuille de papier, vous voyez comme à travers une lentille ... n'est-ce pas ?

A qui conviennent-elles ?

Pour tout le monde ! Pour myope, presbyte, astigmat. Même les personnes atteintes de cataracte peuvent être surprises de constater qu'elles voient mieux. Elles sont idéales pour regarder la télévision, devant l'ordinateur, aussi pour lire. Dans tous ces cas, les minuscules trous stimulent des mouvements imperceptibles des yeux, qui dissolvent les tensions de la musculature extra-oculaire.

Comment utiliser les lunettes ?

Beaucoup se sentent tout de suite à l'aise, et peuvent utiliser les lunettes sténopé un peu dans toutes les activités et aussi longtemps qu'ils le souhaitent. Toute personne mal à l'aise devra suivre un programme d'augmentation progressive de son utilisation..

Je vois clair, mais divisé...

Cela se produit en raison des anciennes habitudes de regard fixe liées à l'utilisation de lunettes normales.

N'oubliez pas que vous devez bouger la tête, pas seulement les yeux, sans essayer de vous concentrer sur une phrase ou un objet d'un seul coup, mais un morceau à la fois. Utilisez beaucoup de lumière !

D'autres exercices particuliers ?

Il existe de nombreuses façons d'utiliser les lunettes dans la méthode Bates, par exemple vous pouvez les trouver sur www.naturalvision.it, mais l'utilisation quotidienne est si simple qu'aucun exercice particulier n'est requis.

Pouvons-nous les porter dans la rue ?

Bien sûr ! Il existe de nombreux modèles particulièrement séduisants et adaptés aux femmes, aux hommes et aux enfants. Les lunettes à trous peuvent également être utilisées comme lunettes de soleil pour lire un livre sur la plage (éviter les situations extrêmes).

Contre-indications

Ils ne doivent pas être utilisés pour conduire la voiture ou dans des activités très rapides. Ils ont également besoin de beaucoup de lumière. Devant l'ordinateur ou la télévision, augmentez la luminosité, et si vous lisez au lit, mettez un coup de projecteur sur le livre.