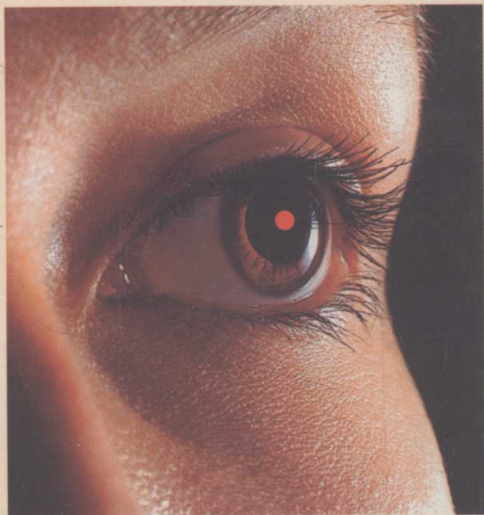


近视、远视 和散光的 矫正 180问

JINSHI、YUANSHI
HE SANGUANG DE
JIAOZHENG 180 WEN

○单伟 著



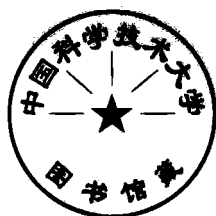
青形成近视以后，
还能恢复吗？
娱乐活动对视力
作用？
是远视眼？
眼是怎样形成的？
么办法
治老花眼？
叫隐形眼镜？
缺点是什么？
能力与年龄
系？
理解眼镜的合格
的关系？

- 什么是视力？
- 什么是假性近视？
- 假性近视是否需戴用
近视眼镜矫正视力？
- 近视眼有什么病症
及特点？
- 近视眼镜能否控制
近视的发展？
- 用近视眼镜矫正视力
需大一点度数好，
还是小一点度数好？
- 如何理解近视眼的
有效预防？

中国商业出版社

近视、远视和散光的 矫正180问

单 伟 著



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

近视、远视和散光的矫正 180 问/单伟著. - 北京:
中国商业出版社, 2000.12

ISBN 7-5044-4178-3

I. 近… II. 单… III. 屈光不正 - 防治 - 问答
NR778.1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 87039 号

责任编辑: 陈学勤

策划编辑: 曲惠英

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

新华书店总店北京发行所经销

北京海洋印刷厂

*

787×1092 毫米 32 开 4.5 印张 105 千字

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

印数: 3000 册

定价: 12.00 元

* * *

(如有印装质量问题可更换)

愿把光明带人间

——代序

朱效宏

坐落在辽阳文圣区新华路中段的“乐精华钟表眼镜店”，营业面积不足 50 平方米，可这里有省级专业验光员——单伟，他为全市城乡、省内外众多屈光不正患者配上了合适的眼镜，使得小小的眼镜店名声大振，很多人慕名而来，真可谓“山不在高，有仙则名；水不在深，有龙则灵”。

在辽阳古城土生土长的单伟，从初中毕业后就与眼镜行业结下了不解之缘。那是 1980 年，刚满 21 岁，风华正茂、踌躇满志的单伟正准备考大学，他的父亲却鼓励他钻研眼镜行业，并说：“针对社会上青少年近视早、度数大两大趋势，干眼镜行业也是有发展的，行行出状元嘛。”就这样，单伟遵从父命，毅然干起了眼镜事业。他是个诚实有为的青年，干一行、爱一行、钻一行。为了尽快掌握技术本领，他虚心求教，刻苦学习，先

后购买和自学了《验光与配镜》、《青少年近视眼简易疗法》、《近视、远视、散光 and 老花》等 20 多种书籍。1980 年初，在组织的关怀下，他赴丹东专门学习了验光配镜技术，接受了省内验光名师张云祥老先生的技术传授。于年底经市有关部门批准，在“西关一百”开始为全市屈光不正患者进行验光配镜。他用所学到的知识和技术主动热情地为眼疾患者服务，并从此结束了辽阳人配镜必须北去沈阳、南去鞍山等地的历史。

他的验光配镜技术得到了广大屈光不正患者的赞赏，但单伟认为，技术是无止境的，他于 1984 年到市眼镜厂专门做验光配镜工作。他刻苦钻研、精益求精，认真务实、一丝不苟，使他的验光配镜技术不仅得到很大的提高和发挥，而且受到省、市卫生部门的充分肯定。

单伟的心里有一个崇高的理想，那就是要通过自己的诚实劳动，在市内创办一个规范化的眼镜店，用自己的验光配镜技术，解除屈光不正人们的烦恼和痛苦。1988 年，在眼镜厂效益不佳的情况下，单伟毅然辞掉了工作，走上了个体发展的道路。在党的政策支持下，在亲友的帮助下，经过 8 年滚雪球似的发展，终于于 1996 年创办了

“乐精华钟表眼镜店”。有志者事竟成。一晃 20 年过去了，20 年风风雨雨，20 个春华秋实，他终于练就了一身过硬的验光配镜本领，使人羡慕、赞叹，出现了许多感人的事迹。

佟二堡皮夹克市场个体户高德仁老汉患近视眼多年，曾到过沈阳多家眼镜店配镜，总是不合适，如今 70 多岁的高老汉视力更加模糊不清，慕名来到乐精华眼镜店。经单伟验光发现是“复性近视散光”，他立即给高老汉配制了一副近视散光镜，当老汉戴上这副镜子后，逢人便说：“我戴了几十年的眼镜啊，却是第一次戴上这么合适的眼镜，还是乐精华好啊！乐精华真精华啊！”

单伟不但验光准确，而且配镜合格率可达 100%。辽阳化工厂一位叫刘静的女同志，双眼视力不仅差距大，而且散光度高，左、右眼分别为 450 度，50 度。就目前我国配镜技术要求，双眼视力差距不能超过 350 度，否则将会出现双眼双视现象，即看物体为双影。这位女同志跑了多家眼镜店，都说不能配这种镜子，最后她怀着一线希望来到乐精华眼镜店，单伟经过仔细检查发现，如果她不戴眼镜，其左眼眼肌将要萎缩，视力将会迅速下降。凭自己多年的经验，单伟给她配制

了一副左眼 400 度，右眼 50 度的近视散光镜，从此为她解除了痛苦。

针对当前市场五花八门的验光配镜广告，单伟经常告诫人们，一副眼镜加工制作的依据在于验光，验光出问题，制作再精细也没用。所以人们且莫轻信电脑验光，它的数据只能作为参考，因为它不仅受验光员操作技术、电压高低等人为因素的影响，而且验光时你眯眼、瞪眼也会改变验光数据。

单伟不仅验光配镜技术精湛，而且他文明办店，品德高尚，凡是经过单伟验光配镜的人都一致称赞，他不把眼睛盯在“钱”眼上，而是把“心思”放在解除患者的痛苦上。他不分白天、晚上、节假日，做到随找随到的服务，也不论大人小孩、贫富贵贱、新老客户，他都一视同仁地真诚服务。当客户配试眼镜时，他耐心地给你试戴，指导你感觉光线柔和为佳，再让你戴上 20 分钟，让你高兴而来，满意而去。他还常年坚持完善的免费售后服务。人们被单伟这种热情周到的服务所折服，有的人为了感谢他，给他送钱、送物，都被他拒绝了。用人们的话说：“他不抽烟、不喝酒，真可谓廉洁自律；他一无彩电、冰箱，二无

高档家具，真是勤俭节约，艰苦创业，是一心扑在眼镜事业上的人。”

1999 年，辽阳市近视眼病防治研究所选送一名验光员请单伟培训，单伟十分高兴，一口应允，并毫无保留地、手把手地传帮带。单伟深情地说：“我酷爱验光配镜工作，但人的生命是有限的，所以我应该把我掌握的验光配镜技术传给他人，把光明带给人间。”

写给我的读者

《近视、远视和散光的矫正 180 问》一书，是我二十多年验光与配镜的经验总结，书中对近视、远视及散光的形成和具有的病症有浅白的论述，并对近视、远视和散光的实质进行了直观的解剖，同时对如何科学验光、专业配镜也作了实例说明。本书将给读者在了解近视、远视和散光等眼部疾病方面提供一定的客观依据，并对眼镜店验光专业人员做到科学验光、专业配镜及学生家长对学生如何保护视力都具有无可替代的帮助。本书也可作为专业人员的职业再教育、培训教材使用。

由于我的水平有限，本书出现的错误，恳请同行给予批评指正。

单 伟

2000 年 9 月

目 录

愿把光明带人间 (代序)	(1)
写给我的读者	(5)
1. 眼睛是什么?	(1)
2. 眼睛是由什么构成的?	(1)
3. 眼球是什么形体?	(1)
4. 正常眼球的前后径 (即眼轴)、垂直径 各有多长?	(1)
5. 什么是眼球的附属器官? 它的作用 是什么?	(1)
6. 什么是视力?	(2)
7. 什么是周围视力?	(2)
8. 什么是低视力?	(2)
9. 什么是近视力?	(2)
10. 什么是远视力?	(2)
11. 什么是裸眼视力?	(2)

12. 什么是正常视力? (3)
13. 什么是饱和视力? 测定饱和视力有什么意义? (3)
14. 如何计算饱和视力? (3)
15. 如何规范测定远视力和近视力? (4)
16. 为什么需用 5 米距离来测定远视力? (7)
17. 测定远视力会发现什么? (8)
18. 什么是光? (8)
19. 什么是屈光? (8)
20. 什么是屈光不正? 屈光不正具体包括什么? (8)
21. 什么是近视眼? (9)
22. 近视眼的“焦点”为什么在视网膜前面? (10)
23. 什么是假性近视? 假性近视是否需要戴用近视眼镜矫正视力? (10)
24. 近视眼的实质是什么? (11)
25. 近视眼的晶状体是处在什么状态? (11)
26. 近视眼有什么病症及特点? (12)
27. 近视眼有什么危害? (12)
28. 近视眼者为什么会出现外斜视? (13)

-
29. 长时间近距离用眼为什么容易形成
近视? (13)
30. 近视眼镜能否控制近视的发展? (14)
31. 用近视眼镜矫正视力需大一点度数好,
还是小一点度数好? (16)
32. 矫正近视眼的视力为什么需用凹透
镜片? (17)
33. 凹透玻璃镜片为什么长期被近视者
享用? (19)
34. 眼科医生验光配镜为什么能得到人
们的认可? (20)
35. 如何理解近视眼的有效预防? (22)
36. 眼睛形成近视以后, 视力还能恢复吗?
..... (23)
37. 如何理解低度近视眼的有效治疗和中度
近视眼的有效控制? (26)
38. 高度近视眼为什么要经常性配戴眼镜矫
正视力? 它的科学依据是什么? (29)
39. 近视眼是否可采用手术治疗? (30)
40. OK 镜治疗近视会带来什么不良现象和
后果? (31)
41. 如果用手术治疗近视, 最佳年龄应

- 多大? (31)
42. 近视的预防与治疗, 哪个方面的医疗行为
值得借鉴? (31)
43. 如何理解视疲劳所出现的近视
现象? (31)
44. 视疲劳现象出现后, 验光师应采取什么
有效办法? (32)
45. 眼处于什么样的屈光状态, 开始戴用凸
透眼镜看书学习最为有利? (33)
46. 新时期近视眼的三大趋势是什么? (33)
47. 矫正近视镜片的弯度对视野和近距离用
眼有什么影响? (33)
48. 矫正近视镜片是什么透镜? 具有什么
性质? (33)
49. 近视眼镜配制以后, 是否要经常
戴用? (34)
50. 对中度以上的近视者为什么要配制
一副矫正近视力的近视眼镜, 它的
科学依据是什么? (35)
51. 一位中学生, 他的右眼患有 $-1.50D$
近视, 左眼为正视, 配制矫正远点的
眼镜后, 应侧重于怎样戴用? (36)

-
52. 近视者配戴“合格”的眼镜是重要的，
但更重要的是什么？……………（36）
53. 近视眼在什么情况下会有更大
调节？……………（39）
54. 近视眼镜的自身不足表现在什
么方面？……………（39）
55. 如何理解近视眼镜给近视者带来的恶
性循环？……………（39）
56. 青少年久看电视为什么会引起近视和
近视度的进一步加深？……………（42）
57. 远方凝视可以预防和治疗近视，那
么看电视为什么会形成近视和近视
度加深？……………（42）
58. 什么体育运动对视力有保护作用？……（43）
59. 什么娱乐活动对视力有损害作用？……（43）
60. 什么食品对视力有害？……………（43）
61. 什么食品对视力有利？……………（43）
62. 如何理解吃与近视的关系？……………（43）
63. 近视的发展与饮食有关，与近距离用
眼有关，与无科学戴镜有关，还与什
么有关？……………（44）
64. 什么是远视眼？……………（44）

65. 远视眼的“焦点”为什么在视网膜后面? (45)
66. 远视眼的晶状体处有什么状态? (45)
67. 如何理解远视眼的形成和病症? (45)
68. 远视眼为什么看近看远都不清? 长时间看近为什么会感到不适? (46)
69. 矫正远视眼的视力为什么需用凸透镜片? (47)
70. 矫正远视镜片是什么透镜? 具有什么性质? (49)
71. 为什么矫正远视眼的视力应注意矫正眼镜片的屈光度数不宜过大? (49)
72. 眼的屈光状态分几类? (51)
73. 什么是弱视眼? (51)
74. 什么是正视眼? (51)
75. 什么是散光眼? (51)
76. 散光眼所形成的“焦线”与散光轴是什么关系? (53)
77. 如何理解近视正散光和近视反散光与互垂“十”字直线的关系? (53)
78. 散光度数的大小由什么来决定? (55)
79. 散光眼是怎样形成的? (55)

-
80. 散光眼有什么病症? (57)
81. 散光眼的病症为什么有多种现象? (57)
82. 单纯性近视散光眼所辨认的视标是什么
“形体”, 与眼内的散光轴位方向是什么
关系? (58)
83. 如何理解单纯性近视散光眼的
矫正? (59)
84. 矫正单纯性近视散光眼应注意
什么? (60)
85. 如何理解复性近视散光眼的矫正? (61)
86. 矫正复性近视散光眼的视力应掌握什
么要领? (62)
87. 单纯性远视散光眼所辨认的视标是什
么“形体”, 与眼内的散光轴位方向是
什么关系? (64)
88. 如何理解单纯性远视散光眼的
矫正? (64)
89. 一位双眼患有单纯性远视散光者, 屈
光度为 +1.50D, 他的散光轴位是 90°
方向, 你用什么直观办法让患者知道
其配戴的眼镜有矫正过度现象? (66)
90. 如何理解复性远视散光眼的矫正? (67)

91. 如何理解混合性散光眼的矫正? (68)
92. 近视柱镜片和远视柱镜片有相同
点吗? (69)
93. 近距离用眼指的是多远? (70)
94. 什么是老花眼? (70)
95. 如何理解老花眼和近视眼的关系? (71)
96. 如何理解老花眼和远视眼的关系? (72)
97. 用什么办法可以抗治老花眼? (74)
98. 怎样为单纯性近视散光眼配制老花
眼镜? (74)
99. 怎样为复性近视散光眼配制老花
眼镜? (75)
100. 怎样为单纯性远视散光眼配制
老花眼镜? (77)
101. 怎样为复性远视散光眼配制老
花眼镜? (78)
102. 怎样为混合性散光眼配制老花
眼镜? (79)
103. 什么是验光? (81)
104. 什么是主观验光? (81)
105. 什么是客观验光? (81)
106. “电脑验光”是客观验光还是主