

<<爱护眼睛预防近视>>

图书基本信息

书名：<<爱护眼睛预防近视>>

13位ISBN编号：9787040247633

10位ISBN编号：7040247631

出版时间：2008-6

出版时间：高等教育出版社

作者：全国学生近视眼防治工作专家指导组

页数：47

字数：30000

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：<http://www.tushu007.com>

<<爱护眼睛预防近视>>

内容概要

《爱护眼睛预防近视(教师?家长版)》主要内容：眼睛是孩子观察世界、发现未来的窗户。青少年的眼睛一旦发展成近视，就很难再治愈。根据行为学说，人的大部分行为习惯都养成于青少年时期，无论良好的还是不良的习惯，一旦养成便很难再更改。

<<爱护眼睛预防近视>>

书籍目录

第一部分 近视常识

眼球和视力发育过程

视力低下

屈光不正及近视的分类

近视眼是不是病

近视眼的临床表现

调节性近视的发现与治疗

第二部分 近视矫正方法

近视的常用矫正方法

眼镜与验光

近视的配镜原则

验光的方法

眼镜常戴好，还是时戴时摘好？

隐形眼镜的优点和局限性

日戴型与常戴型隐形眼镜

隐形眼镜的配戴与保养方法

近视手术需谨慎

第三部分 眼保健操（2008修订版）

眼保健操的原理

一天做几遍眼保健操合适

眼保健操的注意事项

第一节 按揉攒竹穴

第二节 按压睛明穴

第三节 按揉四白穴

第四节 按揉太阳穴刮上眼眶

第五节 按揉风池穴

第六节 揉捏耳垂脚趾抓地

第四部分 老师与家长的职责

学校的责任

班主任工作职责

其他教师职责

家长的责任

教师 / 家长自测

<<爱护眼睛预防近视>>

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:<http://www.tushu007.com>