

REFRAKCIJSKA OČALA (RO) OČALA, KI OHRANJAJO IN IZBOLJŠUJEJO VID



RO niso navadna očala. V nepropustni površini leče se nahajajo vrstice z majhnimi luknjami. Ko nosimo RO očala, z lahkoto vidimo vse okrog, beremo lahko celo najdrobnejši tekst. Z RO očali popravljamo mnoge okvare vida kot so astigmatizem, kratkovidnost, daljnovidnost, ablacija retine, itd. Pri ablaciji retine, RO očala kontrolirajo gibanje očesnega zrkla.

MODEL: CLASSIC

RO očala omogočijo normalno barvno percepcijo vida tudi pri umetni svetlobi. Vse barve okolice postanejo jasnejše in bolj intenzivne. RO očala so idealna tudi v primeru, ko ima eno oko + in drugo – dioptrijo.

Skrivnost RO očal je implementacija znanega zakona iz optike, ki govori o refrakciji in interferenci svetlobnih žarkov. RO očala prisilijo oko, da se postavi v najboljšo pozicijo za optimalni vid in da obnovi ter vzpostavi prvotne funkcije očesnih mišic. Mišice, ki obkrožajo očesno lečo, se krčijo in raztezajo. Na ta način tudi spreminjajo debelost leče, njen fokus. Če se ne raztezajo pravilno, pride RO motenj v vidu.

RO očala učijo očesne mišice, da delujejo pravilno, medtem ko običajna očala z dioptrijo ne popravljajo funkcionalnosti očesnih mišic, ampak samo omogočajo boljši vid. RO očala relaksirajo napete mišice in pripravijo oslabele mišice, da zopet delujejo. Na ta način se ponovno vzpostavi naravni mehanizem delovanja očesnih mišic.

RO očala se morajo pravilno uporabljati:

1. RO očala se vam morajo natančno prilagati. RO očala so univerzalna za vse medočasne razdalje. Bistveno je tudi, da se pravilno prilagajo (sedejo) na mostiček nosu; da pri straneh (glave) niso preveč tesna ali ohlapna. Okvir in držala so narejeni iz posebne plastike, ki jo lahko ukrivimo tako, da se bolj prilagajo nosu in glavi. Da bi držala pravilno ukrivili ali popravili razmak, damo držala za nekaj sekund v vročo vodo. S tem postanejo mehka, da jih lahko poljubno ukrivimo. Pustimo, da se ohladijo.
2. Če uporabljate RO, morate svoj vid stalno kontrolirati. Kontrolno tabelo si postavite na zid ali omaro. Z razdalje 2.5 m poskušajte prebrati posamezne vrstice črk, seveda brez kontaktnih leč ali očal, ki jih normalno uporabljate. Če s te razdalje vidite sedmo vrstico, je vaš vid normalen. Natakните si RO očala in počakajte kako minuto, da se navadite na njih (eliminiranje Sheinerjevega Fenomena – dvojne slike). Nato skozi RO očala pogledajte kontrolno tabelo in in si zapomnite, katero vrstico še vidite. Že po nekaj dnevih boste opazili vidno razliko v razločevanju črk kontrolne tabele. Presenečeni boste tudi, kako jasno lahko vidite skozi RO očala.

RO očala uporabljajte vsak dan po 30 minut. Obvezno tudi izvajajte vaje, ki so navedene v uporabniškem priročniku. Na ta način si boste popravili in vzdrževali vaš vid. Pri pravilni in redni uporabi si boste popravili vid za eno dioptrijo na mesec. Priporočeno jih je uporabljati pri branju in gledanju televizije.

Ljudje, ki so kratkovidni (myopia), daljnovidni (hypermetropia) ali bolujejo za astigmatizmom, lahko uporabljajo RO očala kot dodatno sredstvo za odpravo teh napak. V bistvu lahko vsak, ne glede na okvaro vida, dobro vidi skozi RO očala

Dr. J. Gudrich » Naravno izboljšanje vida «

Kontraindikacije so zelo redke. Omejeno jih uporabljamo pri visokem intrakranialnem in intraokularnem pritisku. Ne uporabljajte jih pri vožnji, ker zmanjšujejo vidno polje. RO očala se ne izrabijo. Po potrebi jih operite in posušite. RO očala so primerna za vse starostne grupe (nad 3 leta starosti).

RO očala priporočajo vsi očesni zdravniki. RO očala bi morala biti nepogrešljiv pripomoček v vsaki družini.

VAJE ZA POVEČEVANJE EFEKTIVNOST RO OČAL

Na začetku uporabe RO očal testirajte svoj vid. Če z rednimi očali in RO očali vidite najmanj enako dobro, potem vam bodo RO očala popravila vid.

POSEBNE VAJE izvajajte vsak dan. Po vajah glejte skozi RO očala okrog 30 minut. Na ta način si boste izboljšali vid tudi do 2 stopnji dioptrije mesečno. Otroci si z RO očali še hitreje izboljšajo svoj vid. RO očala so koristna tudi tistim, ki so občutljivi na svetlobo. Delujejo celo bolj zaščitno od posebnih sončnih očal. To velja posebej za tiste, ki bolujejo za fotofobijo (bolesten strah pred svetlobo). Seveda pri tem ne smete pretiravati in z njimi gledati npr. direktno v sonce. Sčasoma boste zmeraj manj potrebovali vaša redna očala. Pri velikem številu pacientov se je vid izboljšal celo 100%. Pri branju mora svetloba padati od zadaj. Z RO očalami glejte tudi TV. Pri tem glejte tudi okrog, druge predmete. To pomeni, da malo gledate TV in malo predmete, ki so bližje ali bolj oddaljeni. Na ta način dodatno trenirate očesne mišice. Pri gledanju skozi RO očala se ne smete osredotočiti na luknje, ampak malo obrnite glavo in vsake toliko časa zaprite oči. Če vam vid začne pešati, začnite z gledanjem prepoznavnih dobro osvetljenih objektov na razdalji 2 do 5 metrov 3 do 4 krat dnevno po 5 do 10 minut. Čas gledanja povečujte po 5 minut dnevno, da pridete skupaj do največ 30 minut vaj dnevno. Če ste kratkovidni, glejte TV ali na daljavo, če pa ste daljnovidni, pa berite in pišite.

POSEBNE VAJE

1. **OSMICA**; Z odprtimi očmi rišite (krožite) v prostoru številko osem (horizontalno, vertikalno in diagonalno). Ko oči gledajo gor, vdihnite, ko gledajo dol izdihnite, v desno vdihnite in v levo izdihnite. Nato malo pomežikajte in zamenjajte smer dihanja. Vajo ponovite 6 krat, 3 krat dnevno.
2. **UTRIPANJE**; sedite ali stojte, vdihnite, zadržite vdih 10 sekund in vmes blinkajte z očmi. Vajo ponovite 3 krat na dan.
3. **ZASLEPITEV**; Izdihnite, zaprite oči in pritisnite s prsti veke za 6 sekund. Pri vdihu odprite naenkrat na široko oči in strmite v prostor nadaljnih 6 sekund. Vajo ponovite 6 krat, 3 krat dnevno.
4. **OSONČENJE**; sedite z zaprtimi očmi 45 – 50cm pred lučjo (100W žarnica). Po 5. sekundah obrnite glavo stran od luči za 2 sekundi in potem se zopet obrnite v smer luči. Vajo ponovite 2 krat na dan po 2 – 3 minute.
5. **OČESNA KOPEL**; Zajemite vodo v dlani in si splahnite zaprte oči. To storite zjutraj 10 krat s toplo vodo in 10 krat z mrzlo vodo; zvečer pa 10 krat z mrzlo vodo in nato še 10 krat s toplo vodo.
6. **DLANČENJE**; Zaprite oči in jih nalahno prekrijte z dlanmi tako, da lahko še dihate skozi nos. Dlan ne sme pritiskati na oko ali veke. Odprite oči, prepričajte se, da vidite samo temo in jih zopet zaprite. Sprostite zapestje in veke. Vajo ponavljajte po potrebi. Koristna je po daljši obremenitvi oči (branje, gledanje v ekran, TV).
7. **BLIZU/DALEČ**; Postavite bel papirnat krog velikosti 3mm na razdaljo 30cm. Vdihnite in ga glejte 3 – 5 sekund. Izdihnite in se zazrite za 3 – 5 sekund v daljavo, brez da bi kaj zares pogledali (videli). Prvi dan izvajajte to vajo 1 minuto. Vsak naslednji dan (10 dni) jo izvajajte 1 minuto dalj. Po desetih dnevih obrnite trajanje izvajanja vaje od 10 minut do 1 minute.

Z RO očalami lahko berete, gledate TV, pišete, greste na sprehod,...itd. Držite se pravila, da nič ne delate na silo (npr. na vsak način bi rad videl en predmet). Mežikajte čim večkrat dnevno, s tem si dodatno vlažite oči.

ČE SE DRŽITE ZGORAJ NAŠTETIH PRAVIL IN VAJ, BO USPEH ZAGOTOVO PRIŠEL.

Cena: 31,20 EUR