

## Příčiny poruchy zraku

Jasně (ostré) vidění je pro nás samozřejmostí, dokud si neuvědomíme, že oči nám čím dál častěji slzí, jsou unavené a obrysy věcí, které jsme doteď viděli ostře, jsou trochu rozmazané.

Při využívání předností elektronických přístrojů určených k ulehčení naší práce i každodenního života si nestačíme všimnout, že jejich používáním přetěžujeme náš organismus, obzvláště zrak.

Zhoršující se zrak – kromě chorob dědičných a organického původu – je charakteristickou civilizační chorobou. Psychické napětí, stres, namáhání zraku, nedostatek odpočinku a spánku také zhoršují kvalitu i ostrost našeho zraku, kterým nás příroda obdařila.

Z celkového množství informací dostává náš mozek až 80% prostřednictvím zraku. Proto si jeho důležitost začínáme uvědomovat až tehdy, když pocítujeme, že se nám, zhoršuje.

## Jak pomáhá trénink očních svalů?

Oko je mimořádně složitý orgán. Světelné paprsky, které zasáhnou oko, se lámou na povrchu rohovky, prochází čočkou a přes sklivce se dostávají na sítnici, odkud zrakový nerv přenáší informace do mozku.

Abychom přesně viděli, co se děje před našima očima, musíme probrázdřit celé naše zorné pole. Uskutečňuje se to pohybem očních koulí

ze strany na stranu, čímž se vizuální vjem dostává do očí pokaždé z jiného úhlu.

Za normálních okolností naše oči vykonávají tento pohyb ze strany na stranu 50-krát za vteřinu. Ostrost vidění závisí ve velké míře na rychlosti těchto pohybů.

Pokud se do zorného pole dostane nový předmět, mozek pohybuje okem, dokud vidění nedosáhne optimální ostrosti. Pokud se to nepodaří, oční svaly zůstanou ve výchozí poloze a vidění bude rozmazané. Ve většině případů to zapříčiňuje ochabnuté oční svalstvo.

Oči ve velké míře potřebují cvičení, rytmické střídání napětí a uvolnění. Nejrozšířenější metodou korekce zhoršení zraku jsou klasické brýle, které zaostřují vidění místo slabých nebo ochablých očních svalů.

Začátkem 20. století americký lékař Dr. Bates dokázal, že normální fungování oka je možné obnovit. K jeho dosažení doporučují lékaři na celém světě více druhů známých očních tréninků (Koplakovova metoda, Schneiderova metoda, oční jóga), které ovšem z důvodu nedostatku času, trpělivosti a vůle praktikuje jen málo postižených.

**Děrované brýle Trenér očí VISION FIX (bez dioptrií) zajišťují trénink očních svalů, který můžeme vykonávat při každodenní činnosti. Trenér očí stimuluje fungování očních svalů, slouží ke zlepšení ostrosti zraku, odstraňuje únavu a bolesti očí.**

Foto 1.: Zdravý zrak

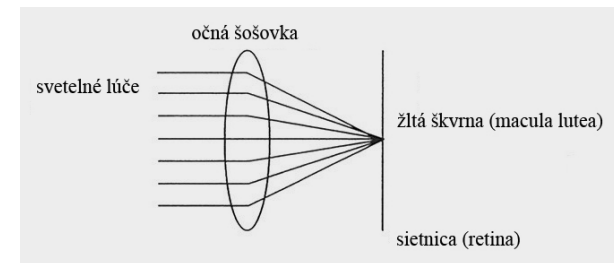
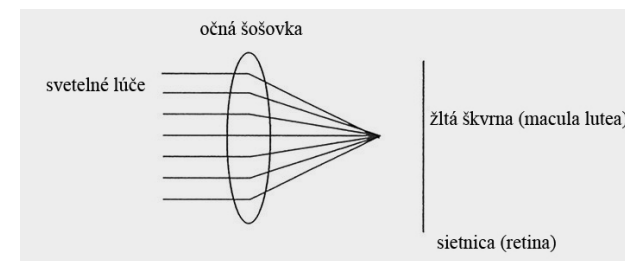
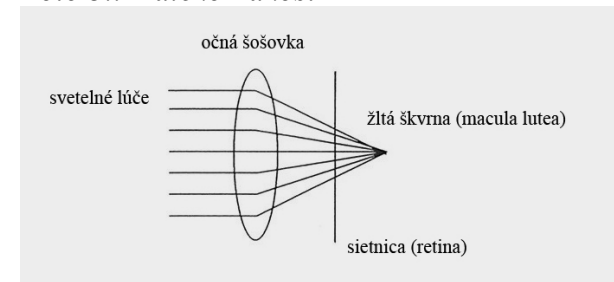


Foto 2.: Krátkozrakost



Krátkozraká osoba není schopná zřetelně vidět vzdálené předměty, protože její oči zaostřují světelné paprsky do bodu ležícího před sítnicí.

Foto 3.: Dalekozrakost



Dalekozraká osoba není schopná jasně vidět blízké předměty, protože její oči zaostřují paprsky za sítnici a ne na ni.

Trenér očí posiluje oční svaly tak, že nutí oči při pohledu na jednotlivé otvory k vykonání drobných pohybů. Proto oční svaly neustále pracují, čímž se postupně posilují, následkem čehož je zlepšení zraku.

Používání doporučujeme v následujících případech poruchy zraku:

- krátkozrakost
- dalekozrakost
- tupozrakost
- astigmatismus
- zrak zhoršený věkem (presbyopie)
- bolesti hlavy z důvodu namáhání očí
- ochrana zraku, prevence proti zhoršení

### Správne používanie

Trenér očí se během prvních dní používání aplikuje 5-15 minut. Doba aplikace můžete prodlužovat postupně, denně o 5 minut. Oči si musí zvykat na dosud neznámé cviky. Maximální doba aplikace brýlí by neměla přesáhnout dvě hodiny.

V zájmu úplného rozhýbání očních svalů je vhodné Trenéra očí aplikovat jak při každodenní činnosti (sledování televize, čtení, práce s PC), tak při pohledu do dálky (v exteriérech).

Přes dírky v brýlích proniká přibližně jen jedna třetina světla, proto je potřeba číst při vyšší intenzitě světla.

### UPOZORNĚNÍ:

- Zároveň s Trenérem očí se nesmí nosit kontaktní čočky (střídat dioptrické a děrované brýle je možné) – pokud nosíte kontaktní čočky nebo máte nasazené dioptrické brýle, oční svaly nepracují.
- Nesmí se používat při řízení motorového vozidla, neboť zhoršuje periferní vidění.
- Trenér očí je nutné udržovat vždy čistý, otvory musí být průhledné (nesmí být zanesené nečistotou).

Trenér očí Vision Fix neléčí následující oční choroby, ale používání je možné i:

- v případě očních chorob diabetického původu,
- v případě očních chorob, jejichž původem je vysoký krevní tlak,
- v případě šedého a zeleného zákalu.

Pokud uvedené choroby nejsou prvořadou resp. jedinou příčinou poruchy zraku, tak se ostrost vidění může zlepšit pravidelným používáním děrovaných brýlí Trenér očí Vision Fix.

Pokud jste dosáhli požadovaného zlepšení zraku, nepřestávejte používat Trenéra očí. Jeho aplikaci opakujte 1-2krát týdně minimálně 15 minut denně, aby nedošlo k opětovnému zhoršení zraku.

Další informace, zkušenosti lékařů a uživatelů, výběr modelů a barev najdete na webové stránce, kde si brýle můžete i objednat:

[www.treneroci.cz](http://www.treneroci.cz)

### Trenér očí VISION FIX Originál



### Trenér očí VISION FIX Sport



### Trenér očí VISION FIX Elegant



Distributor pro ČR: **iM3 s.r.o.**

Malotejedská 515/89, 929 01 Dun. Streda, SK  
E-mail: [info@treneroci.cz](mailto:info@treneroci.cz), Tel.CZ: 721 460 797

Adresa pro vrácení zboží:

iM3, s.r.o., Rybníky IV 738, 760 01 Zlín, ČR