

LUNETTES A GRILLES OPTIQUES



Les lunettes à grilles optiques utilisent l'astuce biologique de la réduction de l'incidence de lumière.

Le fait de réduire la taille du cercle flou amène l'œil à un point où il se sert de son propre mécanisme de focalisation, et peut ainsi faire une meilleure mise au point de l'image, réapprenant ainsi à s'adapter à cette distance.

Porter les lunettes à grilles optiques offre automatiquement un entraînement physique à vos muscles oculaires. Que ce soit pendant la lecture du journal matinale, pendant les longues heures de travail laborieux devant l'ordinateur, ou pendant que vous vous détendez devant un film, vous ne cesserez d'être surpris. Avec les lunettes à grilles optiques vous pourrez bien voir tout en entraînant vos muscles oculaires, aussi bien au travail que pendant vos moments de loisirs.

Les lunettes à grilles optiques utilisent l'astuce biologique de la réduction de l'incidence de lumière. L'effet de présenter une grille à l'œil et de réduire l'ouverture effective de l'œil (définie par la taille du trou devant l'œil), réduit proportionnellement la taille du cercle flou (comme la mise au point d'un appareil photo).

Le fait de réduire la taille du cercle flou amène l'œil à un point où il se sert de son propre mécanisme de focalisation, et peut ainsi faire une meilleure mise au point de l'image, réapprenant ainsi à s'adapter à cette distance. Les populations dites primitives avaient déjà recours à l'effet sténopé. Les esquimaux façonnaient des lunettes à partir des os d'animaux et les indigènes des Philippines en faisaient de même avec des moules.

Ces lunettes comportaient une fente de vision qui leur permettait de mieux s'orienter dans leur environnement. Les lunettes à grilles optique modernes concentrent les rayons de lumière incidents à l'aide d'une matrice de points placée devant les yeux. Ainsi, l'image arrive directement à la rétine. Ceci a un effet positif sur la capacité des globes oculaires à fixer une image.

Porter les lunettes à grilles optiques offre automatiquement un entraînement physique à vos muscles oculaires. Que ce soit pendant la lecture du journal matinale, pendant les longues heures de travail laborieux devant l'ordinateur, ou pendant que vous vous détendez devant un film, vous ne cesserez d'être surpris.

Avec les lunettes à grilles optiques vous pourrez bien voir tout en entraînant vos muscles oculaires, aussi bien au travail que pendant vos moments de loisirs.

Bienfait des lunettes à grilles :

- N'importe qui peut porter les lunettes à grilles sans avoir besoin de réaliser des ajustements spéciaux chez l'opticien.
- Adaptées à de nombreuses situations du quotidien (à ne pas utiliser en traversant la rue, ni en conduisant !)
- Sans effet secondaires néfastes ou contre-indications connues.
- Il ne s'agit pas d'une aide à la vue, mais plutôt un appareil d'entraînement et de renforcement qui travaille à long terme pour vous aider à voir clair par vous-même.

LUNETTES A GRILLES OPTIQUES

Comment doit-on s'en servir ?

1. Utilisez les lunettes à grilles chaque jour, en commençant par 15 minutes et graduellement en augmentant le temps du port à 2 ou 3 heures, pour lire, écrire ou tout simplement voir.
2. Exercez vos yeux avec les lunettes à grilles sur une période minimum de 6 semaines.
3. Utilisez les lunettes à grilles en lisant, en écrivant, en allant vous promener. Comme les lunettes à grilles réduisent la quantité de rayons ultraviolets parvenant à l'œil, elles peuvent être également portées pour regarder la télévision pour un meilleur confort et une meilleure clarté.
4. Essayez le plus possible d'utiliser les lunettes à grilles et évitez, autant que vous le pourrez, de porter vos lunettes correctrices.
5. Quand vous devez porter vos lunettes, mettez à la place les lunettes à grilles, elles rendront vos yeux plus forts.
6. Exercez vos yeux. Clignez souvent des yeux : quand vous lisez, clignez les à chaque page et regardez à l'horizon pour améliorer votre vision de près et de loin.
7. Utilisez-les pour regarder au loin et ensuite pour regarder de près.
8. Ne portez pas de lunettes de soleil ordinaires qui assombrissent la lumière et rendent l'iris rapidement dépendant. Les lunettes à grilles peuvent être également utilisées comme lunettes de soleil qui auront l'avantage de laisser passer assez de lumière.
9. Quelles que soient les lunettes, essayez de diminuer votre dépendance. Passez le plus de temps possible sans lunettes au réveil et le soir avant de vous mettre au lit.

Gymnastique et détente oculaires garanties.

Où ne pas les porter ?

1. Ne les utilisez pas pour conduire sauf si vous êtes le passager.
2. Ne les portez pas par-dessus vos lunettes mais directement sur vos yeux.
3. Ne les portez pas pour courir ou pour jouer, ni en travaillant avec des machines dangereuses.
4. Ne pas les exposer à la chaleur.

LUNETTES A GRILLES OPTIQUES

Entretien et amélioration de la vision

Les lunettes à grilles améliorent la coordination entre l'œil et le cerveau et aident les yeux à focaliser sans verres correcteurs. Pour exercer tous les muscles oculaires, il est conseillé de porter les lunettes à l'extérieur pour que l'œil s'adapte à la distance et aussi de les utiliser lors de la lecture : il n'y a pas d'exercices spécifiques recommandés. Il peut être nécessaire d'augmenter la lumière lors d'un travail de vision rapproché car les lunettes à grilles réduisent la lumière ambiante. Ces lunettes ne sont pas une alternative totale aux lunettes de lecture, elles servent à exercer l'œil. Il est possible que les muscles de l'œil fassent un peu mal après une première utilisation, c'est tout à fait normal.

C'est pourquoi il est important de ne pas se servir de ces lunettes sur des périodes prolongées avant de s'être habitué à leur port. Il ne faut pas porter de verres de contact en même temps que les lunettes à grilles. Car les lunettes conventionnelles mènent en général à un affaiblissement du muscle de l'œil menant à utiliser des lunettes de plus en plus fortes. L'usage des lunettes à grilles n'est pas conseillé lors de la conduite car elles réduisent la vision périphérique.

L'effet de présenter une grille à l'œil et de réduire l'ouverture effective de l'œil (défini par la taille du trou devant l'œil), réduit proportionnellement la taille du cercle flou (comme la mise au point d'un appareil photo). Le fait de réduire la taille du cercle flou semble l'amener à un point où l'œil se sert de son propre mécanisme de focalisation, et peut ainsi faire une meilleure mise au point de l'image, réapprenant ainsi à s'adapter à cette distance.

Le fait que les lunettes à grilles facilitent la focalisation de l'œil permet de réduire la fatigue oculaire chez des personnes n'ayant pas besoin de lunettes. (Lors de périodes prolongées devant la télévision ou l'ordinateur). Les lunettes peuvent être portées par des personnes ayant une vision normale, sans limite de temps. Aux personnes ayant une mauvaise vue désirant porter les lunettes à grilles sur des périodes prolongées, il est conseillé de le faire qu'après s'être graduellement accoutumé au port car les yeux subiront un exercice inhabituel. Il faut commencer par 15mn par jour et augmenter graduellement le port des lunettes à une heure ou plus.

Les lunettes à grilles peuvent également être utilisées comme lunettes de soleil qui auront l'avantage de laisser passer assez de lumière pour le bon fonctionnement de la glande thymus; ces rayons de lumière sont arrêtés par les lunettes de soleil conventionnelles, affaiblissant ainsi le système immunitaire. Comme les lunettes à grilles réduisent la quantité de lumière arrivant à l'œil, elles diminuent également la quantité de rayons ultraviolets parvenant à l'œil. Les lunettes à grilles peuvent également être portées pour regarder la télévision pour un meilleur confort et une meilleure clarté. Elles sont très utiles dans certaines situations où des lunettes conventionnelles se couvrent de buée, par exemple lors de la cuisson et de la vaisselle.

La difficulté à faire le point survient lorsque l'image formée dans l'œil est devant la rétine (myopie) ou derrière la rétine (presbytie), ainsi chaque point de l'image devient un cercle flou. Plus l'erreur est grande dans la mise au point, plus le cercle flou augmente. D'habitude une lentille externe compensatoire est utilisée pour amener l'image au point de la rétine où la vision est claire. Ceci encourage la paresse des muscles de l'œil et avec le temps, des verres plus forts deviennent nécessaires pour maintenir la vision.

Les informations sur les principes actifs sont données à titre indicatif et ne peuvent être utilisées comme allégations.