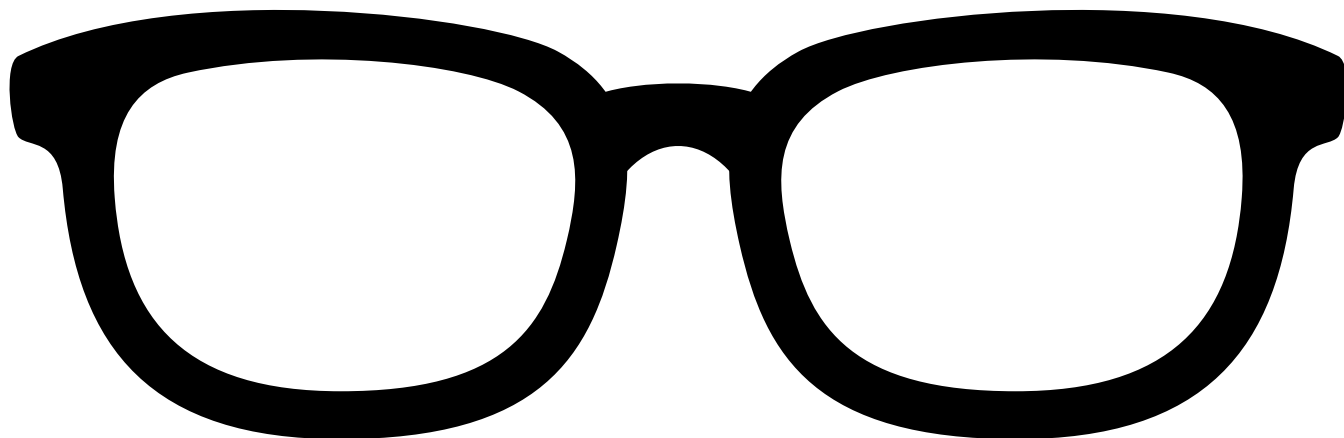


メガネ

取扱説明書

品番:TNDK-071

保管用



2024年4月25日放送



・いつでも見られるところに大切に保管し、必要なときにお読みください。

不調知らずの**楽な**メガネを手に入れる

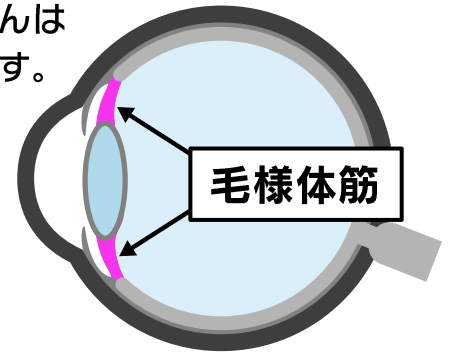
あわないメガネで「疲れ目」「肩こり」「頭痛」「めまい」など体の不調が！？

これまで4万人以上の目を診察してきた眼科医・梶田雅義さんは「8割の人があわないメガネをかけている」と報告しています。

あわないメガネはピントを調節する

【毛様体筋】という筋肉に負担がかかっています。

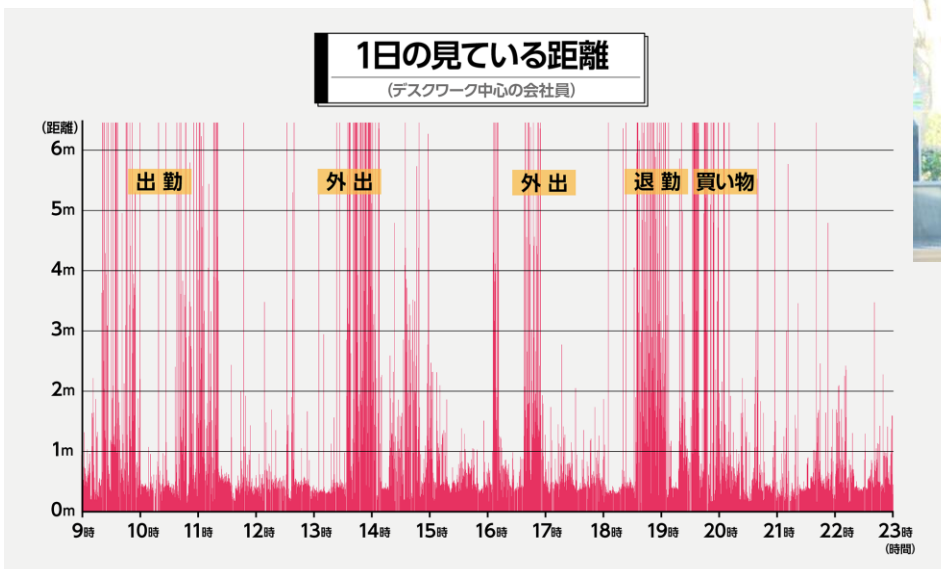
その結果、さまざまな不調が起きている可能性があるのです。



メガネ作製の落とし穴！「必要な距離を見ていないこと」

眼科や眼鏡店でメガネを作製するときに、多くの人が陥っている間違いがあります。それはテスト用のレンズを装着したときに「遠くだけを見て見え方を確認する」ことです。できるメガネは「遠くがよく見えるメガネ」になります。

ところが現代の生活ではパソコンやスマホなど近い距離を見る時間が圧倒的に長く、遠くを見る時間はとても短いもの。番組で1日の見ている距離を調査したところ、眼科のなかで遠距離とされる5m以上を見ている時間は、わずか62分しかありませんでした。遠くがよく見えるメガネで近い距離を見ることは、毛様体筋に大きな負担をかけてしまいます。

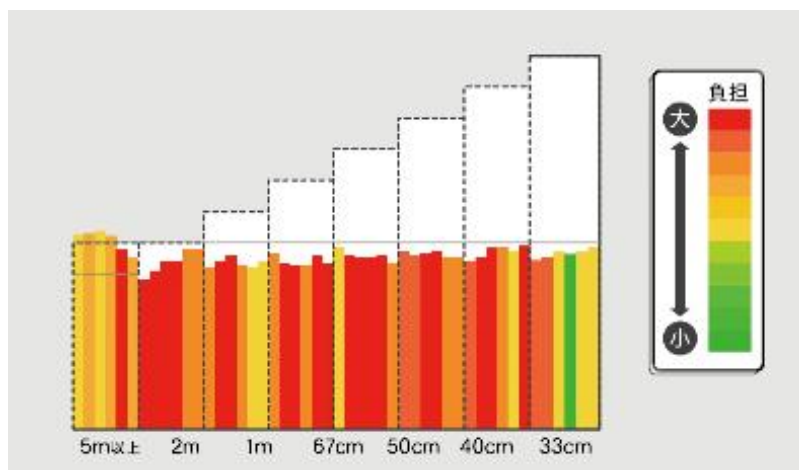


「楽なメガネ」を作るには毛様体筋の負担度を測定しよう

近年、毛様体筋の負担度を測定することができる「調節機能解析装置」という検査機器が開発され眼科や眼鏡店で導入されています。

毛様体筋に負担をかけない「楽なメガネ」を手に入れるためには、装置のある眼科や眼鏡店に行くのがオススメです。

事前にホームページや電話などで装置の有無を確認してください。



《「調節機能解析装置」がない場合》

眼科を選ぶときポイントは眼科医の梶田さんによると「斜視や弱視を得意としている眼科はメガネの知識が豊富な場合が多い」とのこと。眼科のホームページを確認してください。

問診では何に使うためのメガネなのかを正確に伝えてください。

そして調節したテストレンズ着用。

このとき近くを見る時間が長い人は必要な距離を見て確認してください。

レンズメーカー推奨のメガネのお手入れ

「ゴミを落とす」には「水洗い」で！

キレイに見えるレンズも顕微鏡などで見ると傷だらけになっています。

その原因となるのがメガネ拭きなどで「メガネを拭く」行為。

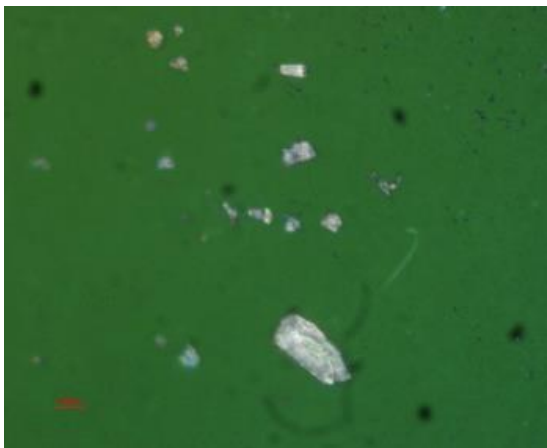
レンズには目には見えないほど小さな砂ぼこりや鉄粉などのゴミが付着しています。それに気づかずに布を押し当ててレンズを拭いてしまうと、傷がついてしまうのです。

レンズメーカーが推奨する正しいケア方法は、「流水でレンズを洗う」こと。

レンズの表と裏、どちらもしっかり洗い流すのがポイントです。

水滴はティッシュで吸い取り、レンズ拭きで油汚れを落とせばOKです。

また、メガネ拭きにもゴミが付着しているため、1か月に1度は手洗いで洗濯してください。



保ショー欄

品名

メガネのトリセツ

お客様名

小不博明 おぼろ

メガネは見えるではなく

楽な

メガネを！！

あしたが変わるトリセツショー



保ショー欄

品名

メガネのトリセツ

お客様名

近藤 4 号

毛様体筋くん、

これからは

楽しませてあげるね♡♡

あしたが変わるトリセツショー

