

Tensiomètre, Stéthoscope et Tableau de Vision

<p style="font-size: 12px;">Source : jd.com</p>

Récemment, j'ai acheté un tensiomètre électronique, un stéthoscope et une échelle de vision, qui m'ont tous offert des expériences d'apprentissage intéressantes.

Moniteur de tension artérielle

Lorsque j'ai mesuré ma tension artérielle, j'ai constaté des variations entre mes deux bras. La première mesure effectuée avec mon bras gauche a montré une pression systolique de 140mmHg, une pression diastolique de 90mmHg et une fréquence cardiaque de 68bpm. La deuxième mesure effectuée avec mon bras droit était plus basse : 120mmHg systolique, 80mmHg diastolique et une fréquence cardiaque de 64bpm.

L'expérience d'utilisation du moniteur m'a appris l'importance de la technique. Au début, j'ai eu du mal à bien enrouler le brassard autour de mon bras. J'ai appris que la méthode correcte consiste à :

1. Enrouler le brassard à 360 degrés dans le sens des aiguilles d'une montre autour de votre bras.
2. Puis à enrouler un supplément de 60 degrés dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

J'ai également découvert que l'application santé d'iOS peut être utilisée pour enregistrer ces mesures afin de faciliter leur suivi.

Stéthoscope

En plus du tensiomètre, j'ai acheté un stéthoscope pour apprendre à l'utiliser. À ma grande surprise, j'ai découvert une application inattendue : l'écoute clandestine ! En plaçant la partie thoracique contre une porte en bois, j'ai pu entendre des sons étonnamment clairs provenant de l'autre côté.

<p style="font-size: 12px;">Source : amazon.com</p>

Au-delà de l'écoute médicale, voici quelques utilisations intéressantes d'un stéthoscope : - Écouter à travers les murs ou les portes : Entendre des sons faibles de l'autre côté. - Déetecter

les bruits mécaniques : Identifier des problèmes dans les machines, comme les moteurs ou les appareils électroménagers. - Déetecter les fuites : Écouter les fuites d'air ou d'eau dans les tuyaux. - Sons de la nature : Entendre des sons subtils dans la nature, comme le vent ou les mouvements des animaux. - Accorder des instruments de musique : Amplifier les sons pour accorder plus facilement les instruments. - Détection de vibrations : Repérer des problèmes structurels dans les bâtiments. - Expériences scientifiques : Amplifier des sons subtils pour la recherche. - Enregistrement sonore créatif : Capturer des sons uniques et déformés.

Ces outils ont des utilisations pratiques, mais il est important de les utiliser de manière responsable et de respecter la vie privée des autres.

Tableau de vision

J'ai acheté un tableau de vision pour suivre mes progrès dans la restauration naturelle de ma vue. Il ne m'a coûté qu'environ 10 RMB sur JD. Je l'ai installé sur le mur de ma chambre, comme montré ci-dessous.

Un opticien dans un magasin de lunettes m'a appris à l'utiliser. D'abord, il a utilisé une machine pour fournir un bref rapport sur la myopie de mes yeux. Ensuite, il a utilisé plusieurs lentilles, les assemblant comme des Lego, pour les combiner. Généralement, il utilisait deux lentilles pour la myopie et une lentille pour l'astigmatisme pour construire les lunettes d'un œil, et inversement pour l'autre œil.

Ensuite, il m'a demandé de me tenir à 5 mètres du mur. La ligne que je pouvais voir clairement indiquait mon niveau de vision.

À mon retour à la maison, j'ai décidé que je pouvais acheter un tableau de vision et vérifier mes yeux moi-même.

Il en coûte environ 30 RMB pour faire tester mes yeux en magasin. Le faire moi-même ne vise pas à économiser de l'argent, mais à apprendre.

Intéressant, j'ai maintenant appris une nouvelle façon de faire les choses.

Après quelques jours, j'ai décidé d'acheter un autre type de tableau de vision—un tableau de vision en forme de C. Je l'ai installé dans le salon.

```

```