

## صورة

صورة

## طبيعي بشكل النظر قصر عكس رحلة

الاكتشاف. هذا قصة عن المزيد أشارك أن أود النظر، قصر عكس حول بحثية أوراق ثلاث إلى بالإضافة

الويب. زهيو. مدونة الطبيعية. الرؤية استعادة طريقة من التجريبي التحقق . في يونيو زهيو. لي،  
.

. الويب. زهيو. مدونة النظر. قصر عكس في اللابورية . في يونيو زهيو. لي،

الويب. زهيو. مدونة . بالكاد الوضوح مبدأ الطبيعية الرؤية استعادة . في نوفمبر زهيو. لي،  
.

## الصبر

فبراير لمن سنوات استمرت التي تجربتي في الوزن. فقدان مثل تمامًا ما، نوعًا بطيئة عملية يعتبر طبيعي بشكل النظر قصر عكس  
يلي ما حققت ، في يناير إلى

المصححة الرؤية	العين في الاستجماتيزم اليمنى	في النظر قصر اليمنى العين	العين في الاستجماتيزم اليسرى	في النظر قصر اليسرى العين	الوقت
0.	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

الموضوع. هذا حول فقرة لرسم في لنستخدم

ذلك. حياال بالصبر تتحلى أن عليك لذلك،

## النتائج وستأتي الصحيح، الشيء افعل

سيساعدك مكرر بشكل الرياضة وممارسة الطعام من القليل تناول فإن الوزن، فقدان مثل تمامًا النتائج. ستحدث الصحيح، الشيء تفعل طالما  
واحد. عام في كيلوجرامًا في فستفقد شهر، كل كيلوجرام في فقدت إذا الوزن. فقدان على

السنة. في ساعة في إلى يصل ذلك فإن اليوم، في ساعات في ندرس كنا إذا التعلم، في وبالمثل،

شاشة ترى أن هو الأمر يتطلبه ما كل فيه. الاستمرار يمكنك لا بشأنه صعب شيء يوجد لا أنه هي النظر قصر عكس حول السارة الأخبار  
بالكاد. واضح بشكل الكمبيوتر أو المحمول الهاتف

الاستيقاظ. من ساعة □ □ بقية مع اليوم، في الأكثر على ساعتين مثل صغير، جزء مجرد الواقع في هي الحياة في الأوقات تلك

هذا ديوبتر. □ □ بتقليل نظارات أرندي كنت ذلك وخلال الكمبيوتر، على بالعمل تتعلق الرئيسية نشاطاتي كانت الأولى، السنة في مفرط. بشكل حادة تكون أن دون يكفي بما واضحة الرؤية كانت حيث متكرر، بشكل بالكاد الواضحة الرؤية حالة بتجربة لي سمح الإعداد واعتمدت للكمبيوتر استخدامي من قللت المنزل، في الزمالة درجة على للحصول الدراسة إلى تركيزي تحول عندما الثانية، السنة في ذلك، ومع التمارين. وحل المواد لقراءة المحمول هاتفي على رئيسي بشكل

إضافة إلى الطبية، الوصفة إلى □ □ □ بقوة بسيطة إضافة من الحلول تختلف أن يمكن المبدأ، فهم عند التجارب. من الكثير تطلبت للتحسين. طرق هناك تزال لا للمساعدة. التدريجية البؤر المتعددة العدسات استخدام ثم ، □ □ □.

البصر. مد عدسات السن كبار يستخدم تماماً. نفسه الأمر النظر، قصر لعكس

منصة على النظر قصر عكس حول مقاتلي شاركت أنني من الرغم على  
العمر من البالغ طفله أن ادعى شخص من ردًا تلقيت ، ديسمبر في أنه إلا ، يونيو في  
أعتقد كنت عمري، من عشرة الثانية في كنت عندما . أي ، بلغت التي نظره قصر درجة من محببًا كان عامًا  
بدرجة نظري قصر بسبب النظارات ارتداء في للتو بدأت أنني

قصر درجات وستصبح النظر، بقصر الأشخاص من والمزيد المزيد سيصاب ذلك، إلى بالإضافة الجديدة. التعديل لطريقة سلبية آثار توجد لا وأكبر. أكبر لديهم النظر

هذا والمراهقين. الأطفال بين خاصة السكان، بين □ □ □ □ □ □ □ □ النظر قصر انتشار في كبيرة زيادة شهدنا الأخيرة، السنوات في قصر حالات زيادة من تستفيد جهات هناك هل الانتشار؟ هذا وراء خفية مؤامرة هناك هل التساؤل □ إلى الكثيرين دفع للقلق المثير الارتفاع المتاحة. الأدلة وتحليل الفرضية هذه استكشاف سنحاول المقال، هذا فى النظر؟

## النظر؟ قصر هو ما

بسبب هذا يحدث ضبابية. البعيدة الأشياء تبدو بينما بوضوح، القريبة الأشياء رؤية للشخص يمكن حيث شائعة بصرية حالة هو النظر قصر عليها. من بدلاً الشبكية أمام الضوء تركيز إلى يؤدي مما الطبيعي، من أطول بشكل العين مقلة نمو

## النظر قصر انتشار أسباب

- النظر، قصر من يعانين الوالدان كان إذا النظر. بقصر الإصابة احتمالية تحديد في كبيراً دوراً الجينات تلعب □ **الوراثية العوامل** . □ تزداد. الأطفال إصابة احتمالية فإن
- القريبة الأنشطة في الأطفال يقضيه الذي الوقت وزيادة الطلق الهواء في أقل وقت قضاء أن إلى الدراسات تشير □ **البيئية العوامل** . □ النظر. بقصر الإصابة خطر من يزيد أن يمكن الإلكترونية الأجهزة استخدام أو القراءة مثل
- مما مكثف، بشكل الشاشات ونستخدم الداخل في أطول وقتاً نقضي أصبحنا التكنولوجيا، تقدم مع □ **الحياة نمط في التغيرات** . □ النظر. قصر حالات زيادة في يساهم قد

## مؤامرة؟ هناك هل

يمكننا ذلك، ومع فيها. مبالغاً تبدو قد خفية مؤامرة وجود فكرة فإن النظر، قصر انتشار في تساهم التي العوامل من العديد هناك أن حين في الشكوك □ تشير قد التي النقاط بعض إلى النظر

- والعديد النظارات تنتج التي الشركات أرباح تزداد النظر، قصر حالات زيادة مع □ **اللاصقة والعدسات النظارات صناعة** . □ الانتشار؟ هذا من تستفيد جهات هناك تكون أن يمكن هل اللاصقة.
- مما مكثف، بشكل منتجاتها استخدام على تشجع الإلكترونية الأجهزة تنتج التي الشركات □ **الإلكترونية والأجهزة التكنولوجيا** . □ القريبة. الأنشطة في نقضيه الذي الوقت زيادة في يساهم قد
- البصري؟ الإجهاد من العينين وحماية الطلق الهواء في الوقت قضاء بأهمية التوعية في تقصير هناك هل □ **الصحية السياسات** . □

## الخلاصة

البصرية بالصحة العناية بأهمية الوعي زيادة فإن ذلك، ومع النظر. قصر انتشار وراء خفية مؤامرة وجود على قاطع دليل يوجد لا النهاية، في وتقليل الطلق الهواء في أكبر وقت قضاء على الأطفال تشجيع المهم من الحالة. هذه انتشار تقليل في يساعد أن يمكن وقائية إجراءات واتخاذ الإلكترونية. الأجهزة استخدام في يقضونه الذي الوقت

---

والمجتمع الأفراد بين مشتركة مسؤولية البصرية الصحة فعلية. مؤامرة وجود إثبات وليس الفرضيات تحليل إلى يهدف المقال هذا □ **ملاحظة** الصحية. والجهات

أحد. قبل من قصد عن صنعه يتم لم النظر قصر لديهم. النظر قصر تعميق في تسببوا قد كاملة درجات ذات نظارات يرتدون الذين الأشخاص الطفل. رؤية وهي ، □ □ الطبيعية الرؤية لاستعادة الكاملة الدرجات ذات النظارات ارتداء طبيعياً يبدو حزين. ليسوا البشر أن فقط إنه

التدرجية البؤرية المتعددة العدسات اخترعوا الذين الأشخاص القريبة. الأشياء إلى للنظر يستخدمونها أنهم هو البشر يعرفه لا ما ذلك، ومع النظر. قصر أو العين عمل بكيفية كبيرة دراية على كانوا النظر فحص أجهزة أو

الحواسيب أو الهواتف يستخدمون الحاضر الوقت في البشر أن نلاحظ لأعيننا. استخدامنا كيفية بتصنيف نقوم أننا هو هنا التحسين لذلك، اليومية. الحياة في غامض بشكل البعيدة الأشياء نرى أننا يهتم ولا أساسي. بشكل

سم، □ □ حوالى بعيداً الأشياء بتحريك قمنا إذا رؤيتها. نريد التي الأشياء بوضوح ترى أن لعيوننا يمكن الوقت، معظم أن هي النقطة صحيح. بشكل أعيننا نستخدم أننا على يدل وهذا واضحة. غير تصبح

## أخرى مرة جديدة اكتشافات على العثور كيفية

بنفسك. التجارب إجراء حاول الصغيرة. الآراء من حذرًا كن الإنترنت. على المزيد وتتعلم تراقب أن حاول

بالتأكيد جوبز ستيف قبل. من فيها يفكروا لم ببساطة الناس واضحة. تبدو الحقيقة، اكتشاف بعد الحياة. في التحسينات من الكثير هناك جيدة. □مختلف بشكل فكر □ جوبز ستيف حملة ذلك. فهم