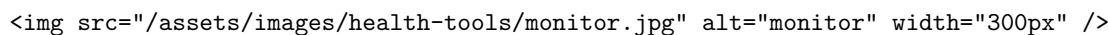


血压计、听诊器和视力表

 来源: jd.com

最近，我购买了电子血压计、听诊器和视力表，所有这些都提供了有趣的学习经验。

血压计

在测试血压时，我发现两只手臂之间存在一定的差异。第一次使用左臂测量时，得到了 140mmHg 的收缩压、90mmHg 的舒张压和 68bpm 的心率。第二次使用右臂测量时，结果较低：收缩压为 120mmHg、舒张压为 80mmHg、心率为 64bpm。

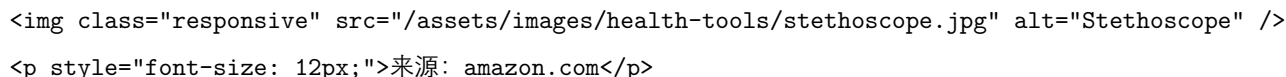
使用血压计的经历让我意识到技巧的重要性。刚开始，我在正确地包裹袖带时遇到了一些困难。我学到的正确方法是：

1. 将袖带顺时针包裹在手臂上 360 度。
2. 然后再逆时针包裹额外的 60 度。

我还发现，iOS 健康应用可以用来记录这些读数，方便追踪。

听诊器

除了血压计，我还购买了听诊器，学习如何使用它。令我惊讶的是，我发现了一个意想不到的应用：偷听！通过将胸件放在木门上，我竟然能够听到从另一边传来的清晰声音。

 来源: amazon.com

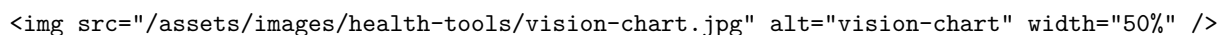
除了偷听之外，听诊器还有其他一些有趣的用途：

- 通过墙壁或门聆听：听到另一边的微弱声音。
- 检测机械噪音：识别机器中的问题，如发动机或家电。
- 检测泄漏：监听管道中的空气或水泄漏。
- 大自然的声音：听到自然界中微妙的声音，如风声或动物的动作。
- 调音乐器：放大声音，更容易调音。
- 震动检测：发现建筑物中的结构问题。
- 科学实验：放大微弱的声音以供研究。
- 创意声音录制：捕捉独特且扭曲的声音。

这些工具有实际用途，但使用时要负责任，并尊重他人的隐私。

视力表

我购买了一张视力表，用来追踪我的自然视力恢复进度。它仅在京东上花费了大约 10 元人民币。我将其安装在了卧室的墙上，如下所示。



一家眼镜店的验光师教我如何使用视力表。首先，他使用一台机器简要报告了我的近视情况。然后，他使用几种镜片，就像拼乐高一样组合它们。通常，他会为一只眼睛使用两片近视镜片和一片散光镜片，另一只眼睛则是反过来。

然后，他让我站在离墙面 5 米的位置。我能清楚看到的那一行字，代表了我的视力水平。

回到家后，我决定自己购买一张视力表，自己检测视力。

在眼镜店检测一次视力大约需要 30 元人民币。我自己做并不是为了省钱——而是为了学习。

有趣的是，我现在学会了用一种新的方式做事情。

几天后，我决定购买另一种类型的视力表——C 形视力表。我将其安装在客厅。

``