

# 看“3D电影”也能治疗近视眼? 上“3D护眼吧”看看阿是真的!

前不久,3D电影《阿凡达》在全世界掀起了一阵“3D旋风”,不但为制片方赚足了人气和财气,也让“3D”的概念深入人心。你可听说过用“3D眼镜”来做眼部保健和治疗近视、弱视等眼疾吗?昨天,南京有了首个“3D护眼吧”,随记者一起去先睹为快吧!

## 》记者体验

### 还真的是立体画面哎

“3D护眼吧”位于南京中西医结合医院门诊六楼,记者刚走进,一个电影屏幕就跳入了视野。“在这里,就跟平常看电影一样,只不过场地、荧幕小了一点。”南京市中西医结合医院眼科主任夏承志笑着说,“效果却一点不差哦!”

对于已经近视的记者来说,初戴上墨绿色的特制眼镜,还有点不适应。不过,“电影”一开播,记者立刻就感觉眼前的一切都生动立体起来。只见蔚蓝色的海水荡漾起伏,水中的海豚在屏幕中“跳”出来,在眼前的空气中游动嬉戏,仿佛触手可及。

除了可以看电影,护眼吧里还有其他好玩的游戏。昨天,记者摘下立体眼镜后,手握游戏手柄,进入针对眼睛的视觉生理特点设计的游戏,随着屏幕上显示的“视力表”字母的大小变化,闯过一道道关。专家说,这样的游戏,能有效提高视觉敏感度,促进视觉发育。

### 看“电影”比护眼操有效

体验了半个小时后,记者发现眼睛的干涩感没有了,感觉很舒服。“这个比眼保健操还有用吧!”夏承志说,这些“3D”画面跟普通“3D”电影的不同之处在于,它是根据视觉生理特点专门设计的特殊“3D”训练片,虽然画面内容不如《阿凡达》那么吸引人,但观看这些精心设计的立体画面,可以锻炼人的晶状体和眼侧肌肉,促进眼部血液循环,从而达到提高立体视觉功能和防治近视的目的。

此前,很多媒体报道,不少观众观看3D电影《阿凡达》后感觉头晕、眼睛难受。夏主任表示,不是所有的电影都能锻炼眼睛、放松眼睛。“3D护眼吧”与3D电影《阿凡达》虽在技术上有共通性,但在运用上却有本质区别:《阿凡达》中的“3D”技术主要服务于故事情

节,往往立体场景设立得“近”,而且时间较长;“3D护眼吧”运用的“3D”技术和设立的立体场景具有一定的规律性,服务于眼睛的保健和眼疾的防治。

## 》你知道吗

### 最简便有效的防近视法最难实行

据了解,近视眼已经成为当今世界范围内发病率最高的眼病之一。资料显示,我国目前戴眼镜的人数已超过3亿,近视患者占世界的33%,比世界平均水平高了10%。一个不可忽视的事实是,青少年近视率平均达40%。

眼科专家介绍,少年儿童处于生长发育旺盛时期,眼睛的生理发育尚未“成熟”,易受环境不良影响而形成近视眼。长时间近距离用眼看书、写作业、看电视、玩电脑游戏,以及不正确的坐姿等,都是现阶段极易造成少年儿童近视的不良诱因。专家建议,最直接、有效、简便的预防近视的方法就是减少近距离用眼的时间。

不过,在夏承志看来,“这种看似最简便有效的预防近视的方法是最难实行的。”因为,现在中

小学生的课业负担虽然有所减少,但是由于种种原因,从课堂转移到课外的近距离用眼时间在逐渐增多,因此,很难保证中小学生的眼部的“休闲时间”。“由于这些孩子的课业压力大,一旦遇到休息时间往往沉迷于网络、电视,这样对眼部的伤害可谓有增无减。”

### “3D护眼冬令营”开始报名了

如今,随着南京首个护眼吧的设立,“3D护眼冬令营”也开营了。该冬令营以“用‘眼镜’摘掉眼镜,以科技成就健康”为主题,免费教授护眼知识、阳光亮眼操,免费建立眼睛健康档案。活动中,孩子们将在轻松愉快的氛围里进行眼部的保健和近视、弱视等眼部疾病的防治。

为了便于孩子及孩子家长更好地了解该项带有公益色彩的护眼活动,夏承志主任提供了两个联系方式(眼科电话:84446038-8604,夏主任手机:18951768929),从今天起接受预约报名,前100名报名者凭眼科门诊挂号单即可免费入营。

通讯员 杨璞 朱群  
快报记者 刘峻

## 》奇闻面面观

### 南大有群“爱情策划师” “策划”爱情 你能接受吗?

在很多人眼里,爱情可遇不可求。但偏偏有这么几位大学生,扬言要为别人“策划”爱情,且踌躇满志地要以此创业。然而,“爱情”真的可以策划吗?“怎么不可以?追求一个人,只要设计好方案,很容易的。”南京大学学生梁帆和几个同学组成团队,专门为校园爱情提供策划、咨询,他们已经决定逐步建立商业化模式,毕业后就靠它创业了!

### 观点:“大学生就该谈恋爱”

梁帆是一名学管理的大四学生,“中学时大家就开始青春期的萌动了,只是因为要高考,被压抑了。进了大学,就应该谈恋爱。”可是,从小到大,上了那么多年学,却从来没有学过怎么谈恋爱。身边朋友总是为情所“伤”,“怎么认识异性、怎么表白、如何相处,还有如何从感情伤害中走出来,这些都是问题。”

在梁帆看来,跟父母讲,有代沟;和老师讲,也不大可能;除了特别能谈得来的朋友,还真没有人为他们“支招”。后来,他想起读高中时,常听一个电台栏目,主持人为听众进行情感咨询,“我就想能不能在大学成立一个类似社团的组织,专门为同学提供咨询。”

### 案例:策划来的爱情很甜蜜

除了情感咨询,梁帆他们更看重的是“策划”爱情。“同学不善表达,我们要提供一些技巧,帮他们策划一些活动,来结识异性、向异性表白。”他们的“广告词”印在一张A4纸上,“恋爱需要技巧,技巧来自智慧……人和人之间没有距离,只有关系!”

策划有效果吗?“当然!”梁帆的同学小陈,在“小百合”上认识了一个女生,聊得很开心,就想约她见面。“我让他选在愚人节这天在图书馆见面,并且约好双方穿什么衣服。”梁帆说,到了那天,小陈并没穿约定颜色的衣服,他来到图书馆,看到自己心仪的女孩在等待,就走过去,向她借了一支笔、一张纸。一直到闭馆的时候,小陈才过去还笔、纸,纸上多了一句:“Thank God, I found you”。然后,就大步流星地走出去。女孩仔细一看,明白过来,上前去追。“就这样,这个女孩就被我追到手了。”至今小陈回忆起来,还忍不住想笑,“最后那个场景,就像电影一样。”“被拒绝也没关系呀,就说今天是愚人节。”梁帆也很为自己的创意得意。

在梁帆看来,爱情策划,需要了解两性的人格特征。“女孩一般都是文静静的,但是骨子里还是喜欢一些刺激和浪漫。这样一些小惊喜很讨女生喜欢的。”

梁帆他们打算先把目光锁定在校内,“毕竟我们对这个群体更熟悉。”等到时机成熟,他们就以此创业

### 争议:策划爱情“做作”吗?

“爱情咨询,我能接受。策划?爱情怎么能策划呢?”女生南南有点反感。在她看来,爱情是自然、美好的一件事,有意“策划”会让人觉得做作。“如果一个男生在我面前的表现,被我发现是‘策划’出来的,我会怀疑,我看的这个人是他真正的一面吗?他还值得我信赖吗?”

但也有人并不觉得策划爱情很“做作”。在刘同学看来,当你喜欢某个人时,自然就会想方设法和对方接近,利用“外援”来策划,只是一种方式。“经过策划的爱情,说不定更浪漫、更美好。”

南京师范大学社会学教授吴亦明表示,大学生创业应该得到鼓励,“现在孩子的脑子蛮活的”。他同时表示,创业不能仅凭一时兴趣,要考虑社会是否接受。“爱情是很微妙的,一个眼神就能传情达意。爱情最重要的是真诚、本色,一经包装、策划,就容易走形。”而且,“每个人对爱情的表达、接受方式都不同,经过策划后,成了公式化的表达,是不是适用于每个人?” 快报记者 赵晨

# 书法刻上院墙,吴家院子飘书香

快报讯(实习生 季毓 见习记者 孙利侠)学了书法,他不足于在纸上写字,颇有创意地把作品刻到了大理石板上,装饰在自家院中。邻居们笑谈:“以后都不用去玄武湖了,直接从楼上往下看就可以了。”

前天上午,记者来到鼓楼区上海路北秀村,参观了吴荣林家的院墙。75岁的吴荣林是在退休两年后开始练习书法的,“退休了比较闲嘛,就想捡起小时候的爱好。”

虽然起步晚,但吴荣林的进步很快,其间不断有书法作品在各类比赛中获奖。得到奖项认可后,吴荣林并不满足,开始尝试着把字刻在石板上,“这样不仅有乐趣,平时还能观赏。”

2002年,吴荣林购买了大理石板,还特意定做了锤子、凿子等

工具。在石板上雕刻并不轻松,先要在宣纸上把字写好,然后用浆糊粘到石板上,再用凿子凿出字的边缘。轮廓勾好后,将宣纸洗掉,再慢慢把整个字凿好,最后在笔画内刷上黑漆,一块字碑才算完成。

“刻石板的时候灰尘特别大,还有小颗粒飞出来,我只能戴着口罩和眼镜。”吴荣林说,一般雕刻一块石板大约要一周,但由于是用闲暇时间来做的,他前后花了八年的时间,一共雕刻了十块石板。

如今吴荣林院子里的墙上,有七块大理石刻字,雪白的石板上,刻上黑色的书法,特别漂亮夺目。吴荣林自豪地说,很多邻居和书友都来参观过,楼上的邻居还笑言:“有了你这些石板,以后都不用去玄武湖了,直接在楼上都可以看到风景。”



看了吴荣林的雕刻,是不是感觉满院书香啊? 快报记者 辛一 摄

图书馆、博物馆春节期间不关门,你可以去猜谜,还可以看电影

# 过年了,图书馆里“宅”一下也不错

春节期间,你想好去哪里玩了吗?与其“宅”在家里,不如到各大图书馆、博物馆逛逛。记者了解到,地址在南京的图书馆、博物馆在节日期间都推出了丰富多彩的活动,你在酒足饭饱的闲暇去那里走上一遭,说不定还能得奖呢!

## 南图:猜谜吟诗读经典

春节期间,南京图书馆将照常开放。大年三十,负一层的展览厅将有“吉祥中国——中国传统吉祥图案展”。从大年初一到初五,南图的六朝遗迹展厅将举行猜谜活动。每条谜语和问题,凡首位猜中或答对者,可获赠普通礼品一份;每日设一特别问题,凡首位猜中或答对者,可获赠精美礼品一份。

“春草如有情 山中尚含

绿”。今年初一恰逢西方的情人节,您可以带着自己的爱人一起来南图吟诵古诗词,过一个“诗情画意”的情人节。时间:2月14日下午2点;地点:南图负一层报告厅。

此外,南图还将在正月初三、初五、十五、廿二这四天的下午2点至3点半,邀请市民一起诵读《论语》的前四章:《学而》《为政》《八佾》《里仁》。地点:南图负一楼书吧。与此同时,南图还为小朋友推出“我是南图小管理员”体验活动、“少儿快乐英语角”、“少儿朗诵会”等活动。

## 金图:听古琴看电影

正月初四,当你走亲戚走累了,可以去金陵图书馆(河西新馆)聆听古琴音乐会。古琴金陵琴派的非遗传承人刘正春,将带领金陵琴社的琴师们为您献上一场视听盛宴。在这里,你可以见识到箏独奏、埙独奏、箏箫合奏等多种乐器和演奏形式,欣赏到《醉渔唱晚》、《广陵散》、《阳关三叠》等

十余首曲目。时间:2月17日下午2点;地点:金图河西新馆报告厅。

值得推荐的是,金图还将在春节期间为市民推出经典名著影片展播、“传统文化德行教育”公益讲座等活动。金图的明德英文少年馆将为小朋友推出“寒假少儿电影专场”。

需要提醒的是,春节期间,金陵图书馆的开放时间有所调整:2月13日(除夕),河西新馆、长江路老馆将在中午12点闭馆;正月初一、初二两天,新、老馆的开放时间是下午1点到5点半;初三开始执行日常开放时间;各分馆除夕、初一、初二3天闭馆,初三开馆。

## 南博:“虎文物精品展”

为迎接虎年,南京博物院今日将推出“2010盛世虎年南博虎文物精品展”,展品包括书画、玉石、青铜器、年画、织锦等种类,都是与老虎有关的馆藏精品。除常展展览外,江西大洋洲的青铜器展,也将在春节期间继续展出。在这里,你

将看到3000年前的火锅——“兽面纹青铜温鼎”,还可以看到最大的铜虎——“伏虎双尾铜虎”。感兴趣吗?春节期间去看看!

## 江南贡院:“跳龙门”

“一跳金榜题名,二跳平步青云,三跳财源广进。”也许你到过江南贡院,曾跳过院子当中的那道“龙门”,但春节来这里“跳龙门”,意味尤其不同。据江南贡院历史陈列馆馆长周道祥介绍,在古代,“跳龙门”是春节的“专属项目”,因为“贡院是考试的地方,只有春节才对老百姓开放,让普通人也来跳跳‘龙门’。还有一种说法,春节时来跳龙门,会给一年带来好运。”

如果你想贴手工春联,也可去江南贡院。春节期间,江南贡院邀请了来自庐山的书法家为市民写春联。据了解,这位书法家曾多次给国家领导人写过字。此外,江南贡院还将开展“拜魁星”、“状元游街”等活动。快报记者 赵晨