

白內障的視療方法

眼睛內水晶體是由活細胞組成

當這些細胞死了堆積成碎成兒行成白內障

白內障主因包括營養 紫外線 和有毒廢物

白內障療法 刺激水晶體的活動 使細胞復活

白內障的預防練習順序一

	項目	練習時間(分)/每日
1.	水療法	3
2.	穴位指壓法	2
3.	伸展視野(近遠擬視法)	3
4	穴位指壓法	2
5	伸展視野(近遠擬視法)	3
6	穴位指壓法	2
7	伸展視野(近遠擬視法)	3
8	穴位指壓法	2