

על הספר: מאיר עיניים : עשרה צעדים טבעיים לשיפור ראייה מיטבי

מחברים: מחבר: שניידר, מאיר

סימן מדף: שני

מספר מיון: 617.7

משפט אחריות: מאיר שניידר ; [תרגום - יהודית ברלב, יונית שינטל ; עריכה

מקצועית - יונית שינטל]

מדיה: ספרים

סוג: ספר עיון פופולרי

קהל היעד: מבוגרים

עמודים: 223 ע'

גובה: 24 ס"מ

מוציאים לאור: פוקוס מקום הוצאה: רמת גן

שנת הוצאה: 2018

מס. המרכז לספריות וספרות: 18-2859

שפה: עברית

סדרה: בריאות

תאריך קטלוג: 25/03/2019

מילות מפתח: שיטות ריפוי וטיפול, ליקויי ראייה, ראייה

הערות: כולל מפתח.

תקציר:

"מאיר עיניים" יסייע לכם ליצור הרגלי בריאות אשר יעזרו בחיזוק העיניים, בשיקומן ובהרפייתן העמוקה. את כל התרגילים שבספר תוכלו לשלב בפשטות בחיי היומיום. הספר ילמד אתכם כיצד לרפא בעיות ראייה קיימות ונפוצות כמו קוצר ראייה ורוחק ראייה, אסטיגמציה, עין עצלה, פזילה, קטרקט, גלאוקומה, היפרדות רשתית, קרע ברשתית וניוון הכתם הצהוב. בעלי ראייה טובה יגלו כיצד להימנע מהתפתחות של בעיות ראייה בעתיד וילמדו איך להגן על ראייתם מנזקי מתח, גיל ושחיקה. לוחות הבדיקה המצורפים לספר יסייעו לכם בביצוע התרגילים [מתוך הכריכה האחורית]