



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

מחברים: מחבר/ת: שניידר, מאיר

סימן מדף: שני

מספר מיון: 617.7

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

עריכה מקצועית - יונת שינטל]

מדיה: ספרים

סוג: ספר

ז'אנר: עיון

קהל היעד: נושאים ועיון

עמודים: 223 ע'

גובה: 24 ס"מ

מוציא לאור: פוקוס

שנת הוצאה: 2018

מקום הוצאה: ר"ג [רמת גן]

מס. מרכז הספר: 18-2859

שפה: עברית

סדרה: בריאות

תאריך קטלוג: 04/11/2025

מילות מפתח: ראייה, שיטות ריפוי וטיפול, ליקויי ראייה

הערות: כולל מפתח.

תקציר:

"מאיר עיניים" יסייע לכם ליצור הרגלי בריאות אשר יעזרו בחיזוק העיניים, בשיקומן ובהרפיית 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.