

«ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ И ДЕЛАТЬ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗРЕНИЯ?»

Список литературы из фонда библиотеки им. В. Г. Белинского

1. Лихачевская О. С. Как сохранить зрение при работе на компьютере : [упражнения и тренажеры для здоровья ваших глаз] / О. С. Лихачевская. – Москва : Эксмо, 2010. – 255 с. – Инв. номер 2308851-КХ, 2326469-КХ.
2. Афонин И. Н. Сними очки за 10 занятий : книга-проЗрение / И. Н. Афонин. – Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2011. – 189 с. – Инв. номер С 2308651-КХ.
3. Юровская Э. Д. Глазные болезни : учебник / Э. Д. Юровская, И. К. Гайнутдинов. – Москва : Дашков и Ко, 2010. – 446 с. – Инв. номер 2313316-КХ.
4. Щербакова Е. В. Здоровье глаз : диагностика, лечение, профилактика / Е. В. Щербакова. – Москва : Эксмо, 2009. – 255 с. – Инв. номер С 2319133-КХ.
5. Медведев И. Б. Наука – о глазах : как вернуть зоркость : рекомендации врача с упражнениями : [справочник] / И. Б. Медведев. – Москва : Эксмо, [2012]. – 112 с. – Инв. номер 2350227-КХ.
6. Аветисов Э. С. Как беречь зрение / Э. С. Аветисов. – Москва : ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 2000. – 118 с. – Шифр 56.7; Авторский знак А199; Инв. номер С 2239011-ЕФ.
7. Гелева П. А. Упражнения йоги для глаз / П. А. Гелева. – Москва : Гранд : ФАИР-пресс, 2004. – 200 с. – Инв. номер С 2249177-КХ.
8. Сидоренко Е. И. Избранные лекции по офтальмологии / Е. И. Сидоренко. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 192 с. – Инв. номер 2367164-КХ.
9. Елисеева Т. О. Зрение : современная энциклопедия / Т. О. Елисеева. – Москва : Эксмо, 2015. – 271 с. – Инв. номер 2377017-КХ.
10. Тартаковская А. И. Рекомендации офтальмолога / А. И. Тартаковская. – Москва : Знание, 1986. – 48 с. – Инв. номер 1998608-КХ.
11. Елисеева Т. О. Я вижу = я живу : 192 упражнения и рекомендации для восстановления зрения : [энциклопедия здорового зрения. Как смотреть, чтобы видеть, и как жить, чтобы не носить очки] / Т. О. Елисеева. – Москва : Эксмо, 2012. – 271 с. – Инв. номер 2381230-КХ.

12. Рой М. Тренинг для глаз : реальная программа улучшения зрения : упражнения, тесты, визуальные игры / Мэрилин Рой. – Москва : Эксмо-Пресс, 2002. – 109 с. – Инв. номер 2400662-КХ.
13. Шнайдер Д. Эффективные методы улучшения зрения : для работающих на компьютере / Дорис Шнайдер. – Москва : АСТ : Астрель, 2007. – 95 с. – Инв. номер С 2400668-КХ.
14. Остермайер-Зитковски У. Фитнес для глаз : как сохранить хорошее зрение при работе за компьютером / Уши Остермайер-Зитковски. – Санкт-Петербург : Весь, 2005. - 96 с. – Инв. номер С 2400808-КХ.
15. Старков Г. Л. Как сохранить и улучшить зрение / Г. Л. Старков. – Москва : Медицина, 1972. – 64 с. – Инв. номер С 1512615-КХ.

[Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В. Г. Белинского](#)

г. Екатеринбург, ул. Белинского, 15. Единая справочная: (343) 3046030