



Государственное бюджетное учреждение культуры Рязанской области
«Рязанская областная универсальная научная библиотека имени Горького»

Универсальный читальный зал

Берегите зрение



Каталог книжной выставки

Рязань, 2022

Берегите зрение : каталог выставки / Рязанская областная универсальная научная библиотека имени Горького, универсальный читальный зал ; сост. В. Н. Волкова. – Рязань, 2022. – 10 с.

Составитель: главный библиотекарь В. Н. Волкова

© РОУНБ имени Горького

От составителя

Международный день офтальмологии – праздник, необходимый для признания заслуг специалистов, отвечающих за здоровье глаз.

Его отмечают ежегодно 8 августа с 2004 года – в честь дня рождения известного российского врача - офтальмолога Святослава Фёдорова.

Зрение играет существенную роль в жизни человека. Основную информацию об окружающем мире мы получаем с помощью глаз – одного из важнейших органов чувств.

Книги и публикации на выставке познакомят читателей с достижениями отечественной офтальмологии, полезной информацией о глазных болезнях и методах лечения, рекомендациями по профилактическим мероприятиям, помогающим улучшить зрение.

Каталог рекомендуется в помощь библиотекарям для организации книжных выставок и тематических мероприятий, а также студентам и всем, кого волнуют вопросы зрения.

Берегите зрение

1. Муранов К. Хрусталик глаза – чудо природы / К. Муранов, М. Островский // В мире науки. – 2021. – № 4. – С. 50–57.

2. **56.7**
П 163

Панков О. П. Отличное зрение в любом возрасте / Олег Панков. – Москва : АСТ, 2014. – 270 с. : ил.

3. **56.7**
П163

Панков О. П. Секреты людей, которые хорошо видят / Олег Панков. – Москва : АСТ, 2014. – 252, [4] с. : ил.

4. **Б-1307302 КХ**

Хьюбел Д. Глаз, мозг, зрение / Дэвид Хьюбел. – Москва : Мир, 1990. – 239 с. : ил.

5. **1133498-М КХ**

Федоров С. Н. Глаза в глаза / Святослав Федоров. – Москва : Советская Россия, 1984. – 80 с. – (Искусство быть здоровым).

6. **1605035 КХ**

Энциклопедия лечения зрения без лекарств / [ведущий ред. Д. Рублева]. – Москва : РИПОЛ классик, 2020. – 446, [1] с. – (Мое здоровье).

7. **56.7**
С603

Соловьева В. А. Улучшение зрения : от А до Я / В. А. Соловьева. – Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2008. – 320 с. – (Медицинский семейный справочник).

8. **1465206 КХ**

Рожкова Г. И. Зрение детей : проблемы оценки и функциональной коррекции / Г. И. Рожкова, С. Г. Матвеев. – Москва : Наука, 2007. – 315 с. : ил.

9. **1210649 КХ**

Клюка И. В. Берегите зрение у детей / И. В. Клюка. – Киев : Здоровья, 1987. – 32 с. : ил. – (Советы врача).

10. Шартогашева А. Тактика обмана // Вокруг света. – 2021. – № 5. – С. 96–103.

11. Хомяков С. Г. Красные глаза // Женское здоровье. – 2019. – № 6. – С. 12.
12. Харленцева Л. Помоги глазам своим // Физкультура и спорт. – 2021. – № 8. – С. 22–24.
13. **1512491 КХ**
Норбеков М. С. Опыт дурака, или Ключ к прозрению : как избавиться от очков / Мирзакарим Норбеков. – 2-е изд., испр. – Москва : АСТ : Астрель, 2010. – 381 с. : ил.
14. **56.7**
Н577
Неумывакин И. П. Болезни глаз : причины, лечение, профилактика : мифы и реальность / И. П. Неумывакин, В. А. Зверев. – Москва ; Санкт-Петербург : Диля, 2017. – 189, [1] с. : ил.
15. **1247631 КХ**
Алиева З. А. Профессиональная патология органа зрения / З. А. Алиева, А. П. Нестеров, З. М. Скрипниченко. – Москва : Медицина, 1988. – 288 с., [8] л. ил.
16. **1527692-Б КХ**
Зиангирова Г. Г. Опухоли сосудистого тракта глаза / Г. Г. Зиангирова, В. Г. Лихванцева. – Москва : Последнее слово, 2003. – 455 с. : ил.
17. **56.7**
Щ955
Щуко А. Г. Ультразвуковая диагностика в офтальмологии / А. Г. Щуко, С. И. Жукова, Т. Н. Юрьева. – Москва : Офтальмология, 2013. – 123 с. : ил., цв. ил. – (Золотая серия).
18. **56.7**
Л651
Лихачевская О. С. Как сохранить зрение при работе на компьютере : [упражнения и тренажеры для здоровья ваших глаз] / врач-офтальмолог О. С. Лихачевская. – Москва : Эксмо, 2010. – 255 с., [4] л. цв. ил. : ил.
19. Лучевич Е. Э. Гаджеты и зрение // Женское здоровье. – 2018. – № 5. – С. 6–7.
20. **1134653 КХ**
Соколов Е. Н. Цветовое зрение / Е. Н. Соколов, Ч. А. Измайлов. – Москва : Издательство МГУ, 1984. – 175 с. : ил.

21. **56.7**
М42

Медведев И. Б. Наука о глазах : как вернуть зоркость : рекомендации врача с упражнениями / И. Б. Медведев. – Москва : Эксмо, 2012. – 111, [1] с. : ил. – (Современная медицина : полный справочник).

22. **56.7**
С603

Соловьева В. А. Все способы улучшения зрения : эффективные методики / В. А. Соловьева. – Санкт-Петербург : Нева, 2005. – 317 с. : ил. – (Золотые правила здоровья).

23. **1595077 КХ**

Родейл Дж. А. Как улучшить зрение : естественные способы лечения / Дж. А. Родейл. – Москва : Центрполиграф, 2003. – 138, [1] с.

24. **56.7**
Д306

Демирчоглян Г. Г. Как сохранить и улучшить зрение / Г. Г. Демирчоглян. – Донецк : Сталкер, 1997. – 320 с.

25. **1488721 КХ**

Хакетт К. А. Хорошее зрение за 12 недель : быстро и навсегда / Клара А. Хакетт. – Москва : Центрполиграф, 2010. – 301, [1] с. : ил. – (Исцеляющие методики).

26. **1297843 КХ**

Демирчоглян Г. Г. Тренируйте зрение / Г. Г. Демирчоглян. – Москва : Советский спорт, 1990. – 44, [2] с. – (Физкультура для здоровья).

27. **1560159 КХ**

Рубан Э. Д. Вам больше не нужны очки : методы улучшения зрения за 30 минут в день / [Э. Д. Рубан, Л. Г. Шереминская]. – Москва : Эксмо, 2010. – 254, [1]с. : ил.

28. **56.7**
М925

Мухина М. Будь зрячим без очков! / М. Мухина. –2-е изд., перераб. и доп. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 128с. – (Исцели себя сам).

29. **56.7**

П163

Панков О. П. Очки профессора Панкова : восстановление зрения по уникальной технологии профессора Олега Панкова : [100% зрения за 30 дней] / Олег Панков. – Москва ; Владимир : АСТ : Астрель : ВКТ, печ. 2011 – 219, [1] с. : ил.

30. **1479596 КХ**

Федоров А. И. Методы улучшения зрения: как избавиться от очков / Александр Федоров. – Санкт-Петербург : Невский проспект, 2007. – 188 с. : ил. – (Советует доктор).

31. **56.7**

П163

Панков О. П. Как очки убивают наше зрение : [уникальная российская методика, не имеющая аналогов в мировой медицине] / Панков Олег. – Москва : АСТ, Времена, 2018. – 286, [1] с. : ил. – (Честно о здоровье).

32. **56.7**

К203

Каплан Р. Видеть без очков : эффективный метод восстановления зрения / Роберто Каплан. – Киев ; Москва : София, 2004. – 204, [3] с. : ил.

33. **1557368 КХ**

Панков О. П. Радуга прозрения : [свет+цвет=100% зрение : как восстановить зрение] / проф. Олег Панков. – Москва : Метафора, 2010. – 239 с. : ил. – (Российские Методики Самоисцеления).

34. **56.7**

П163

Панков О. П. Очки-убийцы / Олег Панков. – 2-е изд., перераб. и доп., обновл. изд. – Москва : Метафора, 2008. – 255 с. : ил. – (Серия «Российские методики самоисцеления» : РМС).

35. **56.7**

Ф333

Федоров С. Н. Все о хорошем зрении : лучшие методы восстановления и улучшения / С. Н. Федоров. – Санкт-Петербург : Вектор, 2010. – 221 с. – (Энциклопедия. Семейный доктор).

36. Сидерский А. Движения наших глаз и потоки Силы // Физкультура и спорт. – 2021. – № 6. – С. 20–21.

37. Ковалёва И. Помоги своим глазам // Домашняя энциклопедия.– 2013. – № 9. – С. 11.

38. **1329962 КХ**

Бейтс У. Г. Улучшение зрения без очков по методу Бейтса / Уильям Г. Бейтс. Как приобрести хорошее зрение без очков : руководство к быстрому улучшению зрения. – Вильнюс : Полина, 1990. – 263 с.

39. **1544307 КХ**

Йог Р. Упражнения йоги для глаз / Йог Раманантата. – Москва : Гранд : Фаир-пресс, 2001. – 188, [1] с. : ил. – (Популярная медицина).

40. **1417075 КХ**

Аветисов Э. С. Как беречь зрение / Э. С. Аветисов. – Москва : ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 2000. – 118 с. – (Домашняя медицинская библиотека).

41. **56.7**
Ш352

Швецова Л. П. Восстановление зрения : метод трансполярного массажа / Л. П. Швецова. – Санкт-Петербург : Вектор, 2013. – 187, [1] с. : ил., табл. – (Здоровье на все 100).

42. **1487756 КХ**

Федоров С. Н. Методы улучшения зрения : [как самому протестировать зрение, техники коррекции зрения, авторские методики и упражнения / Федоров С. Н. ; гл. ред. М. В. Смирнова]. – Санкт-Петербург : Вектор, 2008. – 125 с.

43. **56.7**
Л382

Левшинов А. Острое зрение – острый ум! : уникальные восточные методики улучшения зрения и развития мозга / Андрей Левшинов. – Москва : АСТ, Прайм, 2015. – 190 с. : ил. – (Здоровье : умные методики).

44. **56.7**
С603

Соловьева В.А. Как самостоятельно улучшить зрение : [эффективные методики нормализации зрения] / В. А. Соловьева. – Санкт-Петербург ; Москва : Нева, 2005. – 127 с. – (Врачебный консилиум).

44. **56.7**

Ф818

Фохтин В. Г. Сохраните зрение! : лечебная гимнастика по Фохтину против близорукости, дальнозоркости, глаукомы, катаракты / В. Г. Фохтин. – Москва : Эксмо : Метафора, 2014. – 119, [1] с. : ил.

45. **1596170 КХ**

Цинн У. Зрение, очки и контактные линзы : полное руководство для очкариков / Уолтер Дж. Цинн. – Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 1996. – 416 с. : ил.

46. **1544758 КХ**

Чи М. Даосские практики улучшения зрения / Мантэк Чи, Роберт Левански. – Москва : София, 2014. – 252, [1] с. : ил.

47. Кудряшова Н. Восточные способы улучшения слуха и зрения // Физкультура и спорт. – 2021. – № 5. – С. 21.

48. **56.7**

Б917

Бурцев М. Б. Как улучшить зрение в любом возрасте: все методики на выбор / М. Б. Бурцев. – Изд. 2-е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. – 284, [1] с. : ил. – (Серия «Медицина для вас»).

49. **56.7**

К381

Кибардин Г. М. Как улучшить зрение, когда тебе за... / Г. Кибардин. – Москва : Эксмо, 2012. – 234, [3] с. : ил. – (Здоровье для тех, кому за...).



Рязань, ул. Ленина, 52

93-55-50, 93-55-80

www.rounb.ru

post@rounb.ru

