

## Журнал «Ваше здоровье» - март 2016

### Марк Каценельсон, основатель и генеральный директор Sapir medical clinic



Здравствуйте, наши уважаемые читатели! Меня зовут Марк Каценельсон, и я возглавляю израильскую компанию Sapir medical clinic, в задачи которой входит организация лечения иностранных граждан в клиниках Израиля. Судя по благодарным отзывам наших клиентов, с этой задачей мы справляемся вполне успешно, что чрезвычайно радует.

Первый весенний выпуск онлайн-журнала «Ваше здоровье» мы решили посвятить очень актуальной теме, и тема эта – зрение.

### Итак, в нашем мартовском выпуске информация о том, как:

- грамотно следить за своим зрением и зрением своего ребенка;
- избежать дистрофии сетчатки после пятидесяти;
- восстановить зрение без операции;
- поддерживать зрение при помощи правильных продуктов;
- тренировать глаза, чтобы сохранить хорошее зрение на долгие годы.

**Желаем вам полезного чтения и крепкого здоровья!**

### ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

#### Особенности зрения у взрослых и детей



О проблемах зрения у взрослых и детей, современном лечении глазных болезней, а также о способах сохранения и восстановления зрения при помощи передовых медицинских технологий Вам рассказывают опытные врачи-офтальмологи Sapir medical clinic: доктор Лариса Муцмахер, старший врач офтальмологического отделения медицинского центра «Асаф ха-Рофе» и профессор Моше Снир, возглавляющий детское глазное отделение и подразделение косоглазия взрослых клиники «Шнайдер» <http://sapirmedical.ru/medical-news/medical-news/580-osobennosti-zreniya-u-vzroslyx-i-detej.html>

## Как хранить зеницу ока?



Макулодистрофия или дегенерация сетчатки – одна из самых грозных проблем зрения в возрасте старше 50 лет, и самая частая причина полной потери зрения и трудоспособности у людей старшей возрастной группы. Наиболее характерна макулодистрофия для жителей развитых стран, которые сегодня находятся фактически в зоне особого риска. Как обезопасить себя от разрушения сетчатки и его тяжелых последствий читайте здесь: <http://sapirmedical.ru/medical-news/medical-news/343-store-like-treasure-.html>

## NeuroVision: вернуть зрение без операции



Система NeuroVision (Нейровижн) – одно из самых передовых изобретений специалистов Израиля, позволяющее безопасно и безболезненно решить целый ряд проблем зрения как у взрослых, так и у детей. Это по-настоящему умная технология дает возможность устраниить косоглазие и амблиопию, заставить «ленивый» глаз больше работать и значимо улучшить зрение при дальнозоркости, близорукости.

О том, как работает NeuroVision и каких результатов позволяет достичь при различных нарушениях зрения, читайте здесь: <http://sapirmedical.ru/ophthalmology/neurovision.html>

## Влияет ли Ваш рацион на зрение?



А Вы задумываетесь над тем, как влияет Ваш рацион на состояние Ваших глаз и Ваше зрение? Недавний опрос, результаты которого опубликовало британское издание The Daily Mail показал, что 60% взрослых людей понятия не имеют, как влияет пища на их зрение и влияет ли вообще. Вот несколько интересных фактов: <http://9tv.co.il/news/2015/07/13/208690.html>

## Тренируем глаза или занимательная оптикотерапия



Даже если у Вас нет проблем со зрением, Вам все равно будет очень интересно и полезно познакомиться с содержанием нашей лечебно-развлекательной рубрики «Занимательная оптикотерапия». В ней Вы сможете освоить 5 самых эффективных упражнений для улучшения зрения, а также насладиться необыкновенными зрительными иллюзиями. Сюда, пожалуйста:

<https://www.youtube.com/watch?v=Hgfv3JY4pdU>  
<https://www.youtube.com/watch?v=VDipXox-lbA>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ej01bXuhToY>