**Ключи:**

гимнастика для глаз при глаукоме – основной ключ

упражнения

по жданову

зарядка

лечебная

профессора бейтса

норбеков

массаж

и катаракте

**Заголовок**

Комплекс лечебной гимнастки для глаз при глаукоме и катаракте — советы офтальмологов.

**Title**

Гимнастика для глаз при глаукоме — практические советы профессоров офтальмологии: Норбекова, профессора Бейтса и Жданова.

**Description**

Появление компьютеров и всевозможных гаджетов привело к резкому увеличению нагрузки на глаза. Отсюда вытекают проблемы со зрением. Но что лучше — массаж или лечебные упражнения лучше? Всем известно, что гимнастика для глаз при глаукоме и катаракте — лучший способ поддержать здоровье глаз и предотвратить возможные болезни.