

Harry Benjamin

# Ohne Brille bis ins hohe Alter

Verlag Hermann Bauer  
Freiburg im Breisgau

## Inhalt

Vorwort . . . . .	5
Einführung . . . . .	7
1. Kapitel: Einführung . . . . .	15
2. Kapitel: Wie das Auge arbeitet . . . . .	19
3. Kapitel: Weshalb Brillen schädlich sind . . . . .	27
4. Kapitel: Die Ursache fehlerhaften Sehens . . . . .	33
5. Kapitel: Die Behandlung fehlerhaften Sehens. Ein umfassendes System . . . . .	41
6. Kapitel: Verschiedene Hilfen beim Entspannen. . . . .	45
7. Kapitel: Sehhilfen . . . . .	53
8. Kapitel: Augenmuskelübungen. . . . .	59
9. Kapitel: Diät . . . . .	67
10. Kapitel: Wie die Behandlung zu erfolgen hat . . . . .	73
Kurzsichtigkeit . . . . .	75
Weitsichtigkeit . . . . .	78
Astigmatismus. . . . .	79
Alterssicht . . . . .	80
Strabismus (Schielen). . . . .	81
Grauer Star. . . . .	82
11. Kapitel: Die Ursache der Augenkrankheiten . . . . .	87
Der Graue Star. . . . .	90
12. Kapitel: Die Behandlung des Grauen Stars . . . . .	95
13. Kapitel: Bindehautentzündung . . . . .	103

14. Kapitel: Glaukom (Grüner Star). . . . .	.109
15. Kapitel: Regenbogenhautentzündung, Keratitis und Hornhautgeschwüre . . .	113
Keratitis . . . . .	.116
Hornhautgeschwüre. . . . .	.116
Anmerkung zur Augenliderflechte . . .	118