

## Gość Ox.pl - dr n. med. Agata Plech - "Oczy".

Data publikacji: 27.02.2022 12:00

Gość od 2011 roku kieruje Oddziałem Okulistycznym Szpitala Śląskiego w Cieszynie. Wcześniej pracowała m.in. w Instituto Oftalmologico VISSUM w Alicante, w Hiszpanii. W rozmowie z naszą redakcją opowiada o swojej nowej książce. Jacek Porzycki zapytał o oczy czterdziestolatka oraz porady dla dzieci i seniorów. Zapraszamy do obejrzenia odcinka. Obecnie trwa przedsprzedaż kolejnej książki dr n. med. Agaty Plech Okiem szeroko otwartym na zdrowie. Autorka daje w niej wskazówki, co można samemu zrobić, by nie chorować, nawet jeśli świat i okoliczności temu nie sprzyjają. W książce znajdziemy odpowiedź m. in. na to czemu tak trudno jest zbudować nawyki, które służą zdrowiu, dowiemy się też, jaki mamy wpływ na najczęstsze choroby oczu, od czego zależy widzenie, czy dorośli mogą widzieć lepiej oraz czym „nakarmić” swoje oczy.



*youtube*