

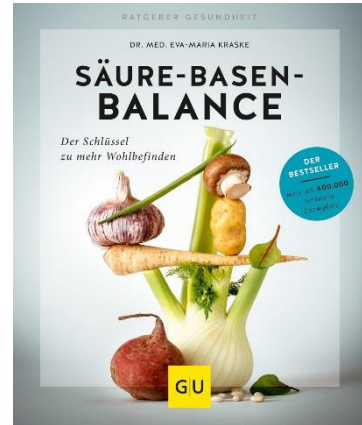
## Presseinformation

Dr. med. Eva-Maria Kraske

### **Säure-Basen-Balance** Der Schlüssel zu mehr Wohlbefinden

Reihe: GU Ratgeber Gesundheit  
 Umfang: 128 Seiten, mit ca. 70 Fotos  
 Format: 16,5 x 20 cm  
 Preis: 14,99 € (D) / 15,50 € (A) / 19,90 sFr  
 ISBN: 978-3-8338-6654-8  
 Erscheinungstermin: September 2018

 Auch als eBook erhältlich.



### **Gesunde Balance im Alltag mit einer 8-Tage Kur für Body & Soul**

Ein unausgeglichener Säure-Basen-Haushalt durch ungesunde Ernährung, Stress und mangelnde Bewegung kann zu einer Vielzahl von Alltagsbeschwerden, aber auch Zivilisationskrankheiten wie Gicht, Allergien und Rheuma führen. Durch die Wiederherstellung des Gleichgewichts – vor allem durch eine basenreiche Ernährung – lassen sich viele dieser Beschwerden lindern oder sogar heilen. Der Ratgeber **Säure-Basen-Balance** vermittelt wichtige Grundkenntnisse, hilft Störungen, Ursachen und Folgekrankheiten zu erkennen und diesen entgegenzuwirken. Darüber hinaus erleichtert die 8-Tage Kur für Körper und Seele mit vielen Rezepten, wohltuenden Anwendungen und entspannenden Meditations- und Atemübungen den Einstieg in ein gesundes und vitales Leben in Balance.

**Dr. med. Eva-Maria Kraske** ist Humanmedizinerin für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren, Homöopathie sowie Palliativmedizin und hat eine eigene Praxis im Großraum Hannover. Frau Dr. Kraske betreibt integrative Medizin; ihre Schwerpunkte liegen in der Homöopathie, Biochemie, Darmsanierung und Allergologie sowie in der Ernährungs- und Ordnungstherapie. Für den GRÄFE UND UNZER VERLAG hat sie unter anderem den erfolgreichen Ratgeber „Säure-Basen-Balance für Körper & Seele“ geschrieben.