

## Kurztext

---

Dr. Franz Wagner

### Akupressur

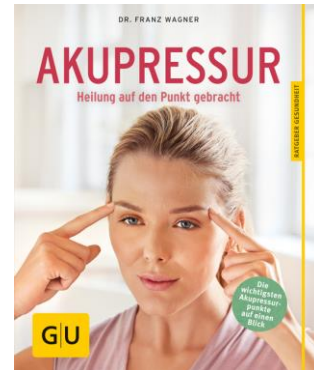
#### Heilung auf den Punkt gebracht

128 Seiten, mit ca. 120 Farbfotos

Format: 16,5 x 20,0 cm, Nicht definiert

12,99 € (D) / 13,40 € (A) / 18,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-4223-8



Akupressur ist eine natürliche, sanfte und effiziente Heilmethode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die die Selbstheilungskräfte anregt. Der Ratgeber bietet einen raschen Zugang zu den Grundlagen und konkrete Hilfe bei mehr als 65 Beschwerden - von Allergie und Bluthochdruck, über depressive Verstimmungen und Nikotinentwöhnung bis hin zu Schlaflosigkeit und Zahnschmerzen. Mit Tipps für Akupressur bei Schwangeren, Kindern und dem Partner. Selbst Ungeübte finden mit Hilfe der genauen Anleitungsfotos und Beschreibungen schnell und sicher die heilsamen Massagepunkte. Ergänzt wird dies durch Handlungsregeln, Angaben zu Dauer und Intensität der Akupressur sowie Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung. Daneben schenken drei Kurzprogramme je nach Bedarf mehr Energie oder Ruhe in den Alltag.