



Kurztext

Annette Bopp / Dr. med. Thomas Breitkreuz

Bluthochdruck senken

Das 3-Typen-Konzept

128 Seiten, mit ca. 70 Farbfotos

Nicht definiert

14,99 € (D) / 15,50 € (A) / 21,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6656-2



Konventionelle Bluthochdruck-Therapien scheitern oft: Viele Patienten nehmen die verordneten Medikamente nicht wie vorgeschrieben ein, weil sie unter Nebenwirkungen leiden. Das wiederum liegt daran, dass Ärzte die Konstitution und Lebenssituation bei der Wahl der Medikamente meist nicht berücksichtigen. Das Buch zeigt, dass es anders geht: indem die medizinischen Maßnahmen den individuellen Bedürfnissen und vor allem dem jeweiligen Typ des Patienten angepasst werden. Es werden drei Typen unterschieden: der nervöse, überempfindliche Stress-Typ, der träge, meist übergewichtige Bauch-Typ und der Chaos-Typ, dem es schwer fällt, im Gleichgewicht zu bleiben. Jeder dieser drei Typen braucht ein maßgeschneidertes Therapieprogramm. Darin geht es vor allem um eine gesunde Lebensweise mit Bewegung, Ernährung, Körper- und Seelenpflege. Ergänzt werden die Maßnahmen durch Medikamente und Heilanwendungen aus Schulmedizin und Anthroposophischer Medizin.

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: www.gu.de, www.graefe-und-unzer.de

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.