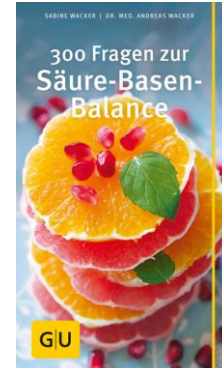


Kurztext

Sabine Wacker / Dr. med. Andreas Wacker
300 Fragen zur Säure-Basen-Balance
256 Seiten
Format: 10,8 x 19,0 cm, Nicht definiert
12,99 € (D) / 13,40 € (A) / 18,90 CHF (SFr.)
ISBN: 978-3-8338-5401-9



Ein ausgewogenes Verhältnis von Säuren und Basen im Körper ist die Grundlage für das Funktionieren der Organe und das Zusammenspiel aller Organsysteme. Um den Säure-Basen-Haushalt des Körpers in Balance zu bringen und dauerhaft in Balance zu halten, gilt es, die eigene Ernährungs- und Lebensweise kritisch unter die Lupe zu nehmen. Mit dem nötigen Wissen zu Lebensmitteln und Getränken, Stress und Erholung, Medikamenten, Schlaf und Bewegung ausgestattet, kann eine Umstellung der Lebensgewohnheiten vorgenommen werden. Der Kompass beantwortet umfassend, übersichtlich und verständlich alle wichtigen Fragen zum Thema Säure-Basen-Haushalt und bietet Hilfe beim Wiederherstellen des natürlichen Gleichgewichts von Körper und Seele.