

Kurztext

Dr. Nicole Schaezler

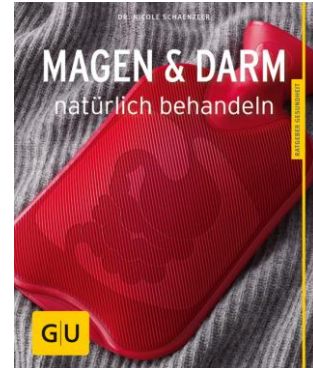
Magen und Darm natürlich behandeln

128 Seiten, mit ca. 50 Farbfotos

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

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

ISBN: 978-3-8338-5442-2



Niemand sollte sich mit dem Leidensdruck abfinden, der mit stressbedingten Magenschmerzen, ständigen Blähungen oder Durchfall, häufigem Sodbrennen oder mit den unangenehmen Auswirkungen eines trägen Darms verbunden ist. Hier kann gerade die Naturheilkunde wertvolle Dienste leisten: Sie bietet bewährte Methoden, mit denen Verdauungsbeschwerden auf sanfte, aber nachhaltige Weise gelindert und sogar geheilt werden können. Nach einer einführenden Beschreibung, wie unser Verdauungssystem funktioniert, erfährt man im Einzelnen, welche Verfahren bei welchen Beschwerden zum Einsatz kommen: Dort werden die wichtigsten Maßnahmen der Natur- und Pflanzenheilkunde sowie häufig eingesetzte Akutmittel der Homöopathie genannt. Zudem werden Tipps für eine auf das jeweilige Beschwerdebild abgestimmte Ernährung sowie für eine gesundheitsfördernde Lebensweise gegeben. In den Innenklappen werden die wichtigsten Ernährungsregeln und die beste Schonkost beschrieben.