



Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)

Robert Kopf

Download now

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)

Robert Kopf

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

Viele Menschen leiden unter Stuhlverstopfung (Obstipation). Die häufigsten Beschwerden sind Blähungen, Völlegefühl, Unwohlsein, Mundgeruch und Kopfschmerzen. Verstopfung ist eine der häufigsten Civilisationskrankheiten. Im Darm entsteht bei einer Obstipation Fäulnis und Gärung. Dies übersäuert unseren Organismus, schwächt das Immunsystem und öffnet chronischen Erkrankungen Tür und Tor.

Die Ursachen einer Obstipation sind Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Ernährungsfehler, eine gestörte Darmbewegung, Bewegungsmangel und unregelmäßige Lebensführung, hastiges Essen, zu geringe Flüssigkeitszufuhr, eine Übersäuerung des Darms, hormonelle Veränderungen, bestimmte Medikamente, psychische Faktoren, Erkrankungen des Nervensystems, Stress und nervliche Überlastung, ein Mangel an Verdauungsenzymen, eine geschädigte Bauchspeicheldrüse, Leber- und Herzerkrankungen, eine verringerte Gallebildung in der Leber, Störungen der Darmflora und bakterielle Fehlbesiedlung im Darm.

In diesem naturheilkundlichen Ratgeber erhalten Sie Ernährungshinweise und Empfehlungen, wie Sie eine Obstipation mit Hilfe der Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde behandeln und vermeiden können. Vorgestellt werden die bewährtesten Heilpflanzen, Teerezepte, Extrakte, Rezepturen für Tinkturen und Kräuterweine zum Selbermachen, Akupressurpunkte und Wasseranwendungen.

Bei der Akupressur werden bestimmte Punkte auf den Energiebahnen (Meridiane) des Körpers gedrückt, massiert oder beklopft. Durch das Akupressieren wird der Energiehaushalt zwischen den Meridianen ausgeglichen und der Kranke hat wieder genügend Kraft, um gesund zu werden.

Wasseranwendungen bewirken einen positiven Heilreiz zur Behandlung und Vorbeugung einer Obstipation. Bäder, Waschungen, Wickel und Güsse kräftigen die Verdauungsorgane, das Hormon- und Immunsystem, den Stoffwechsel und fördern die Durchblutung. Sie hellen sogar die Stimmung auf. Gegen körperlichen sowie psychischen Stress härten die Anwendungen ebenso ab, denn sie wirken harmonisierend auf das Nervensystem.

Die Naturheilkunde wirkt ganzheitlich. Sie behandelt nicht nur einzelne Symptome, sondern hat den gesamten Menschen im Blick, also Körper, Seele und Geist. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg, Lebensfreude und vor allem Gesundheit.

Robert Kopf



[Download Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzen ...pdf](#)



[**Read Online Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanz ...pdf**](#)

Download and Read Free Online Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

From reader reviews:

Karen Shiner:

Do you one of people who can't read gratifying if the sentence chained inside straightway, hold on guys this specific aren't like that. This Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) book is readable by you who hate those perfect word style. You will find the details here are arrange for enjoyable examining experience without leaving perhaps decrease the knowledge that want to deliver to you. The writer regarding Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) content conveys the thought easily to understand by many people. The printed and e-book are not different in the articles but it just different such as it. So , do you still thinking Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is not loveable to be your top list reading book?

Michael Hamlin:

This Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) tend to be reliable for you who want to become a successful person, why. The reason of this Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can be one of the great books you must have is definitely giving you more than just simple looking at food but feed anyone with information that maybe will shock your prior knowledge. This book is usually handy, you can bring it everywhere you go and whenever your conditions throughout the e-book and printed kinds. Beside that this Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) giving you an enormous of experience for instance rich vocabulary, giving you test of critical thinking that we know it useful in your day pastime. So , let's have it and enjoy reading.

Gerald Magee:

As a scholar exactly feel bored for you to reading. If their teacher questioned them to go to the library or make summary for some reserve, they are complained. Just very little students that has reading's heart or real their pastime. They just do what the professor want, like asked to go to the library. They go to generally there but nothing reading critically. Any students feel that reading through is not important, boring as well as can't see colorful pics on there. Yeah, it is being complicated. Book is very important for you personally. As we know that on this period, many ways to get whatever we would like. Likewise word says, many ways to reach Chinese's country. So , this Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can make you really feel more interested to read.

Kevin Masterson:

A number of people said that they feel fed up when they reading a publication. They are directly felt this when they get a half regions of the book. You can choose typically the book Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) to make your current reading is interesting. Your current skill of reading talent is developing when you such as reading. Try to choose simple book to make you enjoy you just read it and mingle the opinion about book and studying especially. It is to be very first opinion for you to like to wide open a book and read it. Beside that the e-book Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can to be your brand-new friend when you're really feel alone and confuse in what must you're doing of their time.

Download and Read Online Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf #UDH4G19Z3CA

Read Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf for online ebook

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf books to read online.

Online Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf ebook PDF download

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Doc

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf MobiPocket

Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf EPub