



**Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie
behandeln 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

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)

Robert Kopf

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

Eine Nervenschwäche wird als Neurasthenie oder Burnout bezeichnet. Man versteht darunter nervliche Erschöpfungszustände sowie eine stark verminderte geistige und körperliche Leistungsfähigkeit. Weitere Symptome sind Herzklopfen, ein schneller Puls, Engegefühle in der Brust ohne organische Ursachen, Schlafstörungen, Zittern, Schweißausbrüche, Reizbarkeit und innere Unruhe, Schwindel, Angstzustände und Depressionen, Selbstzweifel, diffuse Magen-, Kopf- und Rückenschmerzen sowie kalte und schwitzige Hände und Füße.

Die Ursachen sind geistige und körperliche Überlastung, vegetative Störungen, Umwelteinflüsse, Probleme und Sorgen, eine Übersäuerung des Stoffwechsels, Schlaf- und Bewegungsmangel, hormonelle Veränderungen, falsche Ernährung, ein Mineralstoff- und Vitaminmangel, Drogen, Alkohol sowie Herz-, Leber- und Nierenkrankheiten.

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

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

Wasseranwendungen bewirken einen positiven Heilreiz zur Vorbeugung und Behandlung einer Nervenschwäche. Bäder, Waschungen, Wickel und Güsse kräftigen 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 bei der Behandlung und Vorbeugung eines Burnout, Lebensfreude und vor allem Gesundheit.

Robert Kopf

 [Download Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln ...pdf](#)

 [Read Online Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandel ...pdf](#)

Download and Read Free Online Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

From reader reviews:

Kim Duncan:

Here thing why this specific Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) are different and dependable to be yours. First of all looking at a book is good nevertheless it depends in the content of it which is the content is as delicious as food or not. Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) giving you information deeper since different ways, you can find any guide out there but there is no e-book that similar with Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition). It gives you thrill reading through journey, its open up your current eyes about the thing that happened in the world which is maybe can be happened around you. You can actually bring everywhere like in park, café, or even in your technique home by train. In case you are having difficulties in bringing the published book maybe the form of Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) in e-book can be your choice.

Sean Scruggs:

Reading a reserve tends to be new life style on this era globalization. With studying you can get a lot of information that could give you benefit in your life. Along with book everyone in this world may share their idea. Textbooks can also inspire a lot of people. Plenty of author can inspire their particular reader with their story or even their experience. Not only the story that share in the guides. But also they write about the ability about something that you need example of this. How to get the good score toefl, or how to teach children, there are many kinds of book that exist now. The authors on earth always try to improve their talent in writing, they also doing some investigation before they write on their book. One of them is this Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition).

Sandra Yunker:

Many people spending their moment by playing outside with friends, fun activity with family or just watching TV all day long. You can have new activity to invest your whole day by reading a book. Ugh, ya think reading a book can really hard because you have to use the book everywhere? It all right you can have the e-book, getting everywhere you want in your Cell phone. Like Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) which is keeping the e-book version. So , try out this book? Let's notice.

Glory Ruiz:

As we know that book is vital thing to add our expertise for everything. By a book we can know everything we really wish for. A book is a list of written, printed, illustrated or blank sheet. Every year ended up being exactly added. This book Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) was filled about science. Spend your spare time to add your knowledge about your research competence. Some people has diverse feel when they reading some sort of book. If you know how big good thing about a book, you can feel enjoy to read a guide. In the modern era like right now, many ways to get book which you wanted.

**Download and Read Online Burnout, Nervenschwäche -
Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie),
Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und
naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf
#HAK26MDN8JO**

Read Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf for online ebook

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln 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 Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf books to read online.

Online Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf ebook PDF download

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Doc

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Mobipocket

Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf EPub