



**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:

What do you ponder on book? It is just for students because they're still students or that for all people in the world, the actual best subject for that? Simply you can be answered for that problem above. Every person has diverse personality and hobby for every single other. Don't to be pressured someone or something that they don't want do that. You must know how great along with important the book Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition). All type of book are you able to see on many sources. You can look for the internet sources or other social media.

Raymond Floyd:

Do you among people who can't read gratifying if the sentence chained in the straightway, hold on guys this specific aren't like that. This Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) book is readable simply by you who hate the straight word style. You will find the info here are arrange for enjoyable reading through experience without leaving also decrease the knowledge that want to deliver to you. The writer regarding Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) content conveys prospect easily to understand by many individuals. The printed and e-book are not different in the content material but it just different available as it. So , do you even now thinking Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is not loveable to be your top checklist reading book?

Walter Pyle:

Reading can called brain hangout, why? Because if you are reading a book specifically book entitled Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) your head will drift away trough every dimension, wandering in each and every aspect that maybe mysterious for but surely might be your mind friends. Imaging every word written in a guide then become one application form conclusion and explanation this maybe you never get ahead of. The Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) giving you an additional experience more than blown away your head but also giving you useful facts for your better life with this era. So now let us present to you the relaxing pattern is your body and mind is going to be pleased when you are finished studying it, like winning a casino game. Do you want to try this extraordinary wasting spare time activity?

Judy Yelle:

This Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is brand-new way for you who has intense curiosity to look for some information mainly because it relief your hunger details. Getting deeper you into it getting knowledge more you know otherwise you who still having small amount of digest in reading this Burnout, Nervenschwäche - Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can be the light food for yourself because the information inside that book is easy to get by means of anyone. These books acquire itself in the form that is reachable by anyone, sure I mean in the e-book web form. People who think that in publication form make them feel drowsy even dizzy this guide is the answer. So there isn't any in reading a book especially this one. You can find what you are looking for. It should be here for anyone. So , don't miss the item! Just read this e-book type for your better life in addition to knowledge.

**Download and Read Online Burnout, Nervenschwäche -
Neurasthenie behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie),
Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und
naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf
#YX5FTRO3JWV**

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