



Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)

Robert Kopf

Download now

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

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)

Robert Kopf

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

Ein gesundes und starkes Immunsystem ist der beste Selbstschutz des Körpers gegen viele Krankheiten. Es sichert unsere Gesundheit im ständigen Kampf gegen eindringende Bakterien, Pilze, Viren und Umweltbelastungen. Unser Immunsystem wird stark belastet. Es ist daher kein Wunder, dass es seine Aufgaben oft nicht erfüllen kann und wir scheinbar ohne Grund immer öfter erkranken.

Die Symptome einer Immunschwäche sind dauernde Müdigkeit, nachlassende Leistungsfähigkeit, depressive Verstimmungen, Nervenschwäche, Reizbarkeit, Allergien und Unverträglichkeiten, ständiges Krankheitsgefühl, häufige Erkältungen sowie eine vermehrte Anfälligkeit für Infektionen und Krebserkrankungen.

Die Auslöser einer Immunschwäche sind Überlastung, Schlaf- und Bewegungsmangel, psychische Belastungen, falsche Ernährung, Mineralstoff- und Vitaminmangel, Krankheitsherde im Körper, Erkrankungen des Stoffwechsels, hormonelle Veränderungen, eine Übersäuerung des Körpers, Umweltbelastungen und Nahrungsmittelzusätze. Drogen und andere stimulierende Genussmittel wie Nikotin und Alkohol tun ihr Übriges.

In diesem naturheilkundlichen Ratgeber erhalten Sie Ernährungshinweise und Empfehlungen, wie Sie Ihr Immunsystem mit Hilfe der Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde stärken und eine Abwehrschwäche vermeiden können. Vorgestellt werden die bewährtesten Heilpflanzen, Teerezepte, Extrakte, Rezepturen für Kräuterweine und Tinkturen 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.

Wasser bewirkt einen positiven Heilreiz zur Stärkung des Immunsystems. Bäder, Waschungen, Wickel und Güsse stimulieren die Abwehrkräfte, 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 Nerven- und Hormonsystem.

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 Stärkung Ihres Immunsystems, Lebensfreude und vor allem Gesundheit.

Robert Kopf

 [**Download Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem ...pdf**](#)

 [**Read Online Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunste ...pdf**](#)

Download and Read Free Online Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf

From reader reviews:

Barbara Barnes:

Typically the book Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) has a lot of information on it. So when you read this book you can get a lot of help. The book was written by the very famous author. This articles author makes some research previous to write this book. This book very easy to read you can obtain the point easily after reading this article book.

Todd James:

The reason? Because this Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is an unordinary book that the inside of the publication waiting for you to snap it but latter it will distress you with the secret the idea inside. Reading this book next to it was fantastic author who write the book in such wonderful way makes the content inside easier to understand, entertaining means but still convey the meaning entirely. So , it is good for you because of not hesitating having this anymore or you going to regret it. This unique book will give you a lot of advantages than the other book possess such as help improving your skill and your critical thinking approach. So , still want to postpone having that book? If I were you I will go to the guide store hurriedly.

Jennifer Knott:

Is it a person who having spare time subsequently spend it whole day by watching television programs or just resting on the bed? Do you need something totally new? This Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can be the response, oh how comes? The new book you know. You are and so out of date, spending your spare time by reading in this brand-new era is common not a nerd activity. So what these guides have than the others?

Carl Terrell:

Within this era which is the greater particular person or who has ability in doing something more are more special than other. Do you want to become considered one of it? It is just simple approach to have that. What you must do is just spending your time little but quite enough to get a look at some books. One of many books in the top listing in your reading list is definitely Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition). This book which is qualified as The Hungry Hills can get you closer in growing to be precious person. By looking upwards and review this publication you can get many advantages.

Download and Read Online Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf #LV0FCSG6M75

Read Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf for online ebook

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, 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 Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf books to read online.

Online Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf ebook PDF download

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Doc

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Mobipocket

Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf EPub