



**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 Immunsystem ...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:

Mark Logan:

Nowadays reading books be than want or need but also be a life style. This reading practice give you lot of advantages. The advantages you got of course the knowledge your information inside the book in which improve your knowledge and information. The details you get based on what kind of publication you read, if you want have more knowledge just go with training books but if you want really feel happy read one together with theme for entertaining for example comic or novel. Often the Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is kind of reserve which is giving the reader unforeseen experience.

Richard Poston:

Are you kind of occupied person, only have 10 or even 15 minute in your time to upgrading your mind proficiency or thinking skill also analytical thinking? Then you are having problem with the book in comparison with can satisfy your limited time to read it because all this time you only find publication that need more time to be examine. Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can be your answer given it can be read by anyone who have those short spare time problems.

William Svendsen:

Don't be worry when you are afraid that this book may filled the space in your house, you will get it in e-book technique, more simple and reachable. That Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can give you a lot of close friends because by you taking a look at this one book you have issue that they don't and make an individual more like an interesting person. This particular book can be one of a step for you to get success. This reserve offer you information that might be your friend doesn't understand, by knowing more than different make you to be great persons. So , why hesitate? Let me have Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition).

Larry Davis:

As we know that book is significant thing to add our know-how for everything. By a book we can know everything we wish. A book is a group of written, printed, illustrated or even blank sheet. Every year has been exactly added. This publication Immunschwäche, Abwehrschwäche - Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber

(German Edition) was filled concerning science. Spend your spare time to add your knowledge about your science competence. Some people has different feel when they reading some sort of book. If you know how big benefit of a book, you can experience enjoy to read a guide. In the modern era like right now, many ways to get book that you simply wanted.

**Download and Read Online Immunschwäche, Abwehrschwäche -
Das Immunsystem stärken mit Pflanzenheilkunde, Akupressur und
Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher
Ratgeber (German Edition) Robert Kopf #2V3X5BM1LZR**

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