



# **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 Zivilisationskrankheiten. 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 Darmes, 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:**

**Maureen Jones:**

Reading a book can be one of a lot of pastime that everyone in the world loves. Do you like reading book consequently. There are a lot of reasons why people enjoyed. First reading a e-book will give you a lot of new facts. When you read a book you will get new information because book is one of several ways to share the information or even their idea. Second, examining a book will make an individual more imaginative. When you looking at a book especially fictional works book the author will bring you to definitely imagine the story how the personas do it anything. Third, it is possible to share your knowledge to others. When you read this Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition), you are able to tells your family, friends and soon about yours e-book. Your knowledge can inspire the others, make them reading a e-book.

**June Weiss:**

People live in this new time of lifestyle always aim to and must have the time or they will get lots of stress from both everyday life and work. So , if we ask do people have time, we will say absolutely sure. People is human not only a robot. Then we ask again, what kind of activity are you experiencing when the spare time coming to you actually of course your answer can unlimited right. Then do you ever try this one, reading publications. It can be your alternative within spending your spare time, often the book you have read is usually Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition).

**Meredith Bailey:**

Reading can called brain hangout, why? Because if you are reading a book mainly book entitled Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) your head will drift away trough every dimension, wandering in every aspect that maybe unidentified for but surely can be your mind friends. Imaging just about every word written in a book then become one web form conclusion and explanation which maybe you never get just before. The Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) giving you yet another experience more than blown away your mind but also giving you useful information for your better life in this era. So now let us present to you the relaxing pattern the following is your body and mind will probably be pleased when you are finished studying it, like winning a casino game. Do you want to try this extraordinary paying spare time activity?

**Ellen Scherer:**

Don't be worry should you be afraid that this book will probably filled the space in your house, you may have it in e-book technique, more simple and reachable. This specific Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can give you a lot of pals because by you looking at this one book you have matter that they don't and make you actually more like an interesting person. This kind of book can be one of a step for you to get success. This guide offer you information that maybe your friend doesn't recognize, by knowing more than other make you to be great people. So , why hesitate? Let us have Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition).

**Download and Read Online Verstopfung, Obstipation - Behandlung mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf #7RKAUN1B80P**

# **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