



Auflage: 2., aktualisierte Auflage 2014
Seiten: 160
Abbildungen: 300
Einband: Softcover inkl. DVD (Laufzeit: ca. 50 Min.)
ISBN: 978-3-86867-212-1
Artikelnr.: 30138
Erschienen: November 2013

UVP: Information für Wiederverkäufer: Dieser Titel ist nicht mehr preisgebunden.
Änderungen vorbehalten!

Quintessenz Verlags-GmbH

 Ifenpfad 2-4
12107 Berlin
Deutschland

 +49 (0) 30 / 76180-5

 +49 (0) 30 / 76180-680

 info@quintessenz.de

 <http://nginx/deu/de>

Buch-Information

Autoren: Bernard C. Kolster
Titel: Schmerzfrei und gesund mit Akupressur
Untertitel: Heilen durch Fingerdruck
Kurztext:

Akupressur hat seinen Ursprung in der traditionellen chinesischen Medizin. Dieses Buch enthält speziell zusammengestellte Akupressurprogramme, mit denen Sie häufig vorkommende Beschwerden und Erkrankungen selbst behandeln oder eine bestehende ärztliche Therapie unterstützen können.

Der erste Teil des Buches gibt einen Einblick in das Denken und die Entwicklung der Traditionellen Chinesischen Medizin, deren grundlegende Lehre von den Wandlungsphasen, den Grundsubstanzen des Lebens und das ganzheitliche Denken, das von Yin und Yang symbolisiert wird. Im zweiten Teil des Buches geht es um den speziellen Zusammenhang Traditioneller Chinesischer Medizin und ihrem Teilgebiet der Akupressur.

Der zentrale dritte Teil des Buches behandelt die Akupressur einzelner Körperregionen, vom Kopf bis zu den Füßen. Dieser Teil ist deswegen entscheidend, weil es für nahezu jede Krankheit und jede körperliche Beschwerde mehrere Möglichkeiten der Behandlung mit Akupressur gibt. Damit Sie möglichst schnell und einfach den jeweiligen Akupressurpunkt finden, mit dem Sie die jeweiligen Schmerzen oder Befindlichkeitsstörungen behandeln können, enthält das Buch ein umfangreiches Beschwerdenregister im Anhang.

Das vierte Kapitel enthält die häufigsten Anwendungsgebiete der Akupressur, von Erkältungen bis Schlafstörungen. Und schließlich finden Sie im fünften Kapitel die besten Akupressurmethode zur Entspannung und zum Wohlfühlen.

Fachgebiet(e): Physiotherapie, Ratgeber Gesundheit & Medizin