



# **Cholesterin, Triglyceride - Blutfett 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

# **Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)**

*Robert Kopf*

**Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition)** Robert Kopf

Cholesterin und Triglyceride gehören zu den Blutfetten. Cholesterin, eine fettähnliche Substanz, ist einerseits lebenswichtig für die Funktion und den Aufbau der Körperzellen, der Hormone, Gallensäuren und von Vitamin D. Andererseits kann es sich an den Gefäßinnenwänden ablagern und zu einer Verengung der Blutgefäße führen.

Unterschieden werden unter anderem die Fett-Eiweiß-Verbindungen HDL-Cholesterin und LDL-Cholesterin ("schlechtes" Cholesterin). Chronisch erhöhte LDL-Cholesterinwerte im Blut erhöhen das Risiko für Arteriosklerose, Demenz, Herzschwäche, Herzinfarkt, Bluthochdruck, Schlaganfall und eine Übersäuerung des Körpers.

Die Triglyceride (Neutralfette) machen den Hauptbestandteil der Blutfette aus. Sie stammen zum einen aus der Nahrung, zum anderen wandelt der Körper in der Leber und im Fettgewebe Kohlenhydrate in Triglyceride um.

Häufigste Ursachen für erhöhte Blutfettwerte sind Übergewicht, fettreiche Ernährung, Alkohol, Stoffwechselerkrankungen, hormonelle Veränderungen, eine Übersäuerung des Darms, Stress, nervliche Überlastung, Nahrungsmittelzusatzstoffe, Funktionsstörungen von Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse sowie angeborene Störungen des Fettstoffwechsels.

In diesem naturheilkundlichen Ratgeber erhalten Sie Ernährungshinweise und Empfehlungen, wie Sie erhöhte Cholesterin- und Blutfettwerte 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 (Meridiane) des Körpers gedrückt, massiert oder beklopft. Dadurch wird der Energiehaushalt zwischen den Meridianen ausgeglichen, die Selbstheilungskräfte aktiviert und der Kranke hat wieder genügend Kraft, um gesund zu werden.

Wasser bewirkt einen positiven Heilreiz bei der Behandlung und Vorbeugung von erhöhten Cholesterin- und Blutfettwerten. Bäder, Waschungen, Wickel und Güsse kräftigen das Immunsystem, die Blut- und Lymphgefäß, das Bindegewebe, 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, Lebensfreude und vor allem Gesundheit.

Robert Kopf

 [Download Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit ...pdf](#)

 [Read Online Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln m ...pdf](#)

**Download and Read Free Online Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf**

---

**From reader reviews:**

**Louise Wax:**

Book is actually written, printed, or created for everything. You can understand everything you want by a guide. Book has a different type. As it is known to us that book is important matter to bring us around the world. Next to that you can your reading ability was fluently. A publication Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) will make you to end up being smarter. You can feel a lot more confidence if you can know about every thing. But some of you think which open or reading a new book make you bored. It is not make you fun. Why they may be thought like that? Have you seeking best book or suited book with you?

**Kathy Graves:**

The publication untitled Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) is the reserve that recommended to you to learn. You can see the quality of the publication content that will be shown to you. The language that article author use to explained their way of doing something is easily to understand. The copy writer was did a lot of exploration when write the book, therefore the information that they share to you is absolutely accurate. You also can get the e-book of Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) from the publisher to make you considerably more enjoy free time.

**Michelle Favors:**

Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) can be one of your beginner books that are good idea. We all recommend that straight away because this reserve has good vocabulary that can increase your knowledge in vocabulary, easy to understand, bit entertaining but nevertheless delivering the information. The copy writer giving his/her effort to put every word into delight arrangement in writing Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) yet doesn't forget the main position, giving the reader the hottest in addition to based confirm resource details that maybe you can be certainly one of it. This great information can easily drawn you into brand-new stage of crucial contemplating.

**Steven Allen:**

A lot of publication has printed but it is unique. You can get it by net on social media. You can choose the

very best book for you, science, amusing, novel, or whatever through searching from it. It is referred to as of book Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition). You can contribute your knowledge by it. Without making the printed book, it could possibly add your knowledge and make a person happier to read. It is most essential that, you must aware about guide. It can bring you from one place to other place.

**Download and Read Online Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) Robert Kopf #H6IGKV9TJED**

# **Read Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf for online ebook**

Cholesterin, Triglyceride - Blutfett 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 Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf books to read online.

## **Online Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf ebook PDF download**

**Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf Doc**

**Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf MobiPocket**

**Cholesterin, Triglyceride - Blutfett behandeln mit Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Akupressur und Wasserheilkunde: Ein pflanzlicher und naturheilkundlicher Ratgeber (German Edition) by Robert Kopf EPub**