

NATÜRLICH GESUND

Überall um uns herum lauern Krankheitserreger – und unser Immunsystem hat viel damit zu tun, ihnen zu trotzen. Wenn es uns dann doch erwischt und wir mit einer Infektionskrankheit kämpfen, greifen wir schnell zum chemischen Antibiotikum. Doch das ist oft gar nicht notwendig. Die Medikamente schwächen das Immunsystem und bergen das Risiko, dass die Erreger resistent werden.

In diesem Buch lesen Sie, was Antibiotika sind und wie sie wirken. Es soll Ihnen helfen zu erkennen, wann Sie zum Arzt gehen sollten, um Komplikationen zu vermeiden, und welche Fragen Sie dem Arzt stellen sollten, wenn er ein Antibiotikum empfiehlt. Ein Extrakapitel zeigt Ihnen, wie Sie nach

einer Antibiotikabehandlung mithilfe von Heilpflanzen und gesunder Ernährung Ihr Immunsystem wieder aufbauen können. Vor allem aber stelle ich Ihnen in diesem Buch altbewährte Heilpflanzen vor und zeige Ihnen, wie Sie leichtere Infekte mit pflanzlicher Hilfe ohne Nebenwirkungen selbst behandeln können. Pflanzliche Mittel, die im Gegensatz zu chemischen Antibiotika nicht nur gegen Bakterien, sondern auch gegen Viren und Pilze wirken, unterstützen Ihr Immunsystem, statt es zusätzlich zu schwächen. Auf diese Weise sind Sie auch gleich gegen den nächsten Infekt gewappnet. Sie werden schneller wieder gesund und seltener krank. Lernen Sie also, den Pflanzen und den Selbstheilungskräften Ihres Körpers zu vertrauen. Je mehr Erfahrung Sie damit gewinnen, umso wirkungsvoller können Sie sich und Ihrer Familie selbst helfen.

*Nutzen Sie die Schätze der Natur und
bleiben Sie gesund!*



WAS SIND
ANTIBIOTIKA?

Seit wann gibt es eigentlich Antibiotika und wer hat sie entdeckt? Wie wirken sie, wann brauchen wir sie und was müssen wir bei der Anwendung beachten? Das alles lesen Sie in diesem Kapitel.