



La spasmophilie

 Télécharger

 Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

La spasmophilie

Jean-Loup Dervaux

La spasmophilie Jean-Loup Dervaux

 [Télécharger La spasmophilie ...pdf](#)

 [Lire en ligne La spasmophilie ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne La spasmophilie Jean-Loup Dervaux

191 pages

Amazon.fr

Neuf millions de Français sont spasmophiles, mais cette maladie n'existe pas selon certains médecins ! Le docteur Dervaux remet les pendules à l'heure et aide les spasmophiles à cerner leur maladie dite "aux mille visages". Fourmillements dans les doigts, oppression thoracique, coups de blues ou désordres digestifs, les troubles peuvent être prévenus et même maîtrisés. Inutile de se bourrer de magnésium : vous êtes bien plus subtil que cela ! Adoptez une stratégie globale et vos problèmes disparaîtront, ou en tout cas se tiendront à carreau ! La première partie permet de faire plus ample connaissance avec la maladie et, dans la seconde, l'auteur propose de multiples armes pour lui faire face. Les tests permettent de définir votre profil et votre niveau de spasmophilie. Ensuite, vous êtes au cœur de l'action : traitez le terrain à l'aide de médecines douces, très performantes dans ce domaine. Homéopathie, oligoéléments et plantes combattent des symptômes bien précis, et vous trouverez même des conseils de dosages. Mais l'hygiène de vie est aussi très importante. Si vous êtes particulièrement "atteint", misez sur les balades, l'air pur et le calme, fuyez le stress et les atmosphères confinées. L'auteur, très rassurant, vous a concocté des miniprogrammes quotidiens, des exercices de contrôle respiratoire, un pense-bête alimentaire et des "trucs" anti-crises. Un livre pratique et bien utile, avec enfin des résultats à la clé. --Anne Dufour Présentation de l'éditeur

« La spasmophilie est une maladie qui a mille visages. » Derrière cette phrase imagée se cache, pour 15 % de la population, un tableau beaucoup moins souriant. L'ouvrage répond aux quatre questions essentielles que se pose le lecteur : A quoi correspond la spasmophilie ? Quels en sont les signes ? Comment la maîtriser ?

Comment l'éviter ?

Broché 15 x 21 - 192 pages - Illustrations

Download and Read Online La spasmophilie Jean-Loup Dervaux #6Z4AFMUHDC9

Lire La spasmophilie par Jean-Loup Dervaux pour ebook en ligneLa spasmophilie par Jean-Loup Dervaux Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La spasmophilie par Jean-Loup Dervaux à lire en ligne.Online La spasmophilie par Jean-Loup Dervaux ebook Téléchargement PDFLa spasmophilie par Jean-Loup Dervaux DocLa spasmophilie par Jean-Loup Dervaux MobipocketLa spasmophilie par Jean-Loup Dervaux EPub

6Z4AFMUHDC96Z4AFMUHDC96Z4AFMUHDC9