

Liebe Leserin, lieber Leser,

es gibt kaum jemanden, der nicht schon einmal Kopfschmerzen hatte. Die meisten Menschen leiden sogar regelmäßig darunter. In unserem stressigen Alltag ist es naheliegend, dann einfach nach Schmerztabletten zu greifen, auch wenn wir wissen, dass sie schwerwiegende Nebenwirkungen haben können.

In dem Ihnen vorliegenden Buch habe ich aus zwanzig Jahren naturheilkundlicher Behandlungstätigkeit meine Erfahrungen und Kenntnisse zusammengetragen. Ich werde Ihnen zeigen, dass es für die zum Teil sehr schmerzhaften und unangenehmen Beschwerden zahlreiche Gründe und mindestens ebenso viele Möglichkeiten zur Bekämpfung gibt.

Sie werden nicht nur erfahren, wie Sie akute Kopfschmerzen mithilfe der traditionellen Naturheilkunde behandeln können, sondern auch, wie Sie Schmerzen nachhaltig vorbeugen können. Das ist auch deshalb wichtig, weil Kopfschmerzen sich nicht nur bei Erwachsenen zu einer regelrechten Volkskrankheit entwickelt haben. Auch Kinder sind häufig betroffen. Wenn Sie ihnen frühzeitig auf sanfte Weise helfen,

verhindern Sie, dass sie ihre Schmerzen ins Erwachsenenalter »mitnehmen«.

Die Tipps in diesem Buch sind kein Heilungsversprechen, aber eine Unterstützung aus einer vermeintlichen Sackgasse. Sie sollen Ihnen Erleichterung verschaffen und optimal weiterhelfen. Wichtig ist, dass Sie bereit sind, neue Wege auszuprobieren. Sie werden erstaunt sein, wie viele unterschiedliche Herangehensweisen bei dem Problem Kopfschmerzen möglich sind. Es gibt eben nicht nur die Alternative »Tabletten oder aushalten«. Mein Wunsch ist, dass so viele Menschen wie möglich zu Vitalität und Fitness zurückfinden und ein gesundes, ausgeglichenes Leben führen können.

Ich wünsche Ihnen gute Besserung!

Ihr Fritz Müller

aufmacher1.pdf