

Raimund von Helden

Gesund in sieben Tagen

Extrait du livre

[Gesund in sieben Tagen](#)

de [Raimund von Helden](#)

Éditeur : Hygeia Verlag



<http://www.editions-narayana.fr/b14211>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email info@editions-narayana.fr

<http://www.editions-narayana.fr>



Inhalt

Vorwort	11
Überraschung nach zwanzig Berufsjahren als Arzt	12
Die Symptome des Vitamin-D-Mangels	15
Typische Beschwerden bei Vitamin-D-Mangel	17
Fallbeispiele	28
Normaler, natürlicher und optimaler Vitamin-D-Spiegel	59
Die Ermittlung des Vitamin-D-Spiegels	63
Die Vitamin-D-Therapie	71
Der Vitamin-D-Gehalt der Nahrung	96
Richtiges Sonnenbaden mit hohem Vitamin-D-Gewinn	99
Bedenken gegen Vitamin D	104
Rasche Besserung der Vegetativen Dystonie durch Vitamin D	112
Zur Versorgung mit Vitamin D, K ₁ und K ₂ , mit Magnesium, Calcium und Phosphat	115
Literaturverzeichnis	139
Sachwortverzeichnis	147



Raimund von Helden

[Gesund in sieben Tagen](#)

Erfolge mit der Vitamin-D-Therapie

150 pages, broché

publication 2016



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain

www.editions-narayana.fr