



Burnout-Syndrom

Wellness



Baum-schwarz-weiß.jpg

Jahrelang versuchen wir, dem beruflichen wie auch dem privaten Stress zu entkommen. Viele schaffen es mit Methoden zur Stressbewältigung, viele machen aber auch gar nichts. Bis es zu spät ist und sich die Betroffenen im Zustand der totalen körperlichen wie psychischen Erschöpfung befinden. Das wird als Burnout-Syndrom bezeichnet.

Wer darunter leidet, ist dauerhaft nervös und fühlt eine ständige innere Unruhe. Nach und nach gesellen sich mitunter bedenkliche gesundheitliche Probleme dazu. Beispielsweise Herz-Kreislaufkrankungen, Rückenschmerzen, Tinnitus und eine deutlich geschwächte Immunabwehr. Letzteres führt dazu, dass immer öfter Infekte auftreten, die das Immunsystem noch weiter schwächen. Am Ende sind die Betroffenen so schwach, dass sie sich kaum mehr auf den Beinen halten können. Die Einnahme der richtigen Schüßler-Salze soll diese Symptome nicht nur reduzieren, sondern sogar komplett auflösen können.

Inhalt

Was sind Schüßler-Salze und welche sind nötig? Behandlung Burnout-Syndrom: effektiv in Bad Aibling!

Was sind Schüßler-Salze und welche sind nötig?

Schüßler-Salze bestehen aus Mineralsalzen in homöopathischer Dosierung. Die Therapie mit diesen geht auf den Arzt Wilhelm Heinrich Schüßler (1821–1898) zurück und ist aktuell schon fast ein Gesundheitstrend. Als besonders wirksam beim Burnout-Syndrom gelten folgende Schüßler-Salze:

- Calcium phosphoricum D6 (Nr. 2): gegen ein zu schnelles Ermüden,
- Ferrum phosphoricum D3, D6, D12 (Nr. 3): regt das Immunsystem an,
- Kalium phosphoricum D6 (Nr. 5): stärkt Nerven und Psyche,
- Silicea D12 (Nr. 11): stabilisiert die geistigen Fähigkeiten,
- Natrium bicarbonicum D6 (Nr. 23): sorgt für einen gesunden Zellverband,
- Selenium D6 (Nr. 26) steigert die mentale und körperliche Leistungsfähigkeit.

Aus diesen Zutaten können Sie sich einfach ein schönes Mineral-Getränk mixen! Dafür nimmt man von jedem Salz zehn Tabletten und löst diese in einem Liter handwarmem Wasser auf. So lässt es sich über den Tag verteilt gut trinken. Da auch die Mundschleimhaut Nährstoffe aufnimmt, behalten Sie das mineralisierte Wasser vor dem Runterschlucken noch 10 bis 20 Sekunden im Mund. Schieben Sie

Autor:

AIB-KUR Gesellschaft für Kur & Tourismus /
Haus des Gastes
info@aib-kur.de

Organisation:

AIB-KUR Gesellschaft für Kur & Tourismus /
Haus des Gastes
<http://www.bad-aibling.de/>
info@aib-kur.de



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/6g8Nf>

Quelle: destination.one

ID: a_17738

Zuletzt geändert am 12.01.2022, 07:56





es dabei hin und her, als würden Sie eine Mundspülung machen. Üblicherweise wird dieses Mixgetränk kurmäßig über 4 Wochen eingenommen – und das Ganze 4 x im Jahr. Probieren Sie es einfach aus!

Fazit: Schüssler-Salze stammen aus der Homöopathie. Die Wirkung dieser ist derzeit noch nicht wissenschaftlich belegt, aber der Hype um diese Salze ist groß. Denn offenbar scheinen viele vom Burnout-Syndrom Betroffene auf die Wirkung zu schwören.

Behandlung Burnout-Syndrom: effektiv in Bad Aibling!

Unser schöner Kurort Bad Aibling setzt in Sachen mentale Gesundheit auf einen ganzheitlichen Ansatz. Dabei ist wichtig, Körper und Seele als Einheit zu betrachten. Dadurch erzielen wir in der Burnout-Behandlung größte Erfolge. Gleiches gilt für die Burnout-Prävention.

Als Experten in diesem Bereich bieten wir Programme wie beispielsweise "im Moor zum inneren Gleichgewicht". Wohltuende Vollbäder mit Heilmoor, Entspannungstrainings und ein Stressmanagementseminar sorgen dafür, dass sich Körper und Geist wieder entspannen. Genießen Sie dieses Programm drei Wochen lang – anschließend werden Sie sich fühlen, als wären Sie einem Jungbrunnen entstiegten ...

