

Kurzindex

Seite	Thema
 12	Ernährung
 20	Atemtraining nach Dr. Buteyko
 46	Gemmomazerate & Tinkturen
 84	Homöopathie
 104	Komplexmittelhomöopathie
 122	Schüßler-Salze
 134	Gesundheitsregister/Index



Andreas Nieswandt, Jahrgang 1964, Heilpraktiker, Ingenieur und Buchautor, führt seit 2004 eine eigene Praxis für Naturheilkunde in Düsseldorf. Seine Intention ist es, Menschen die Vielfalt der Naturheilkunde durch unterschiedliche Medien zugänglich zu machen und so einen Beitrag zum Erhalt und zur Förderung der Gesundheit der Menschheit zu leisten.

In seinem Buch „Blutdruck“, aus der Reihe „natürlich gesund“, geht er auf das Topp-Thema der Gesellschaftserkrankungen ein: Herz, Kreislauf und Gefäße. Er zeigt dabei nicht nur Selbsthilfe-Methoden auf, um das Herz- und Kreislaufsystem dauerhaft gesund und fit zu halten, sondern stellt alle relevanten Behandlungsmethoden der Komplementärmedizin und Naturheilkunde tabellarisch vor, die Betroffene als Selbsthilfemaßnahme in die Wege leiten können. Seine langjährigen Erfahrungen in der ganzheitlichen Betrachtung von Krankheiten fließen in diesem Buch zu einem schlüssigen Konzept zusammen, weshalb dieser Ratgeber auch als Nachschlagewerk nicht nur für Betroffene in keiner Hausapotheke fehlen sollte.

Die Behandlungsschwerpunkte sind auf folgende Teildisziplinen der ganzheitlichen Medizin gerichtet:

- Gemmomazerate und Frischpflanzen-Tinkturen
- Homöopathie
- Komplexmittelhomöopathie
- Schüßlersalze
- Ernährung
- Atemtraining nach Dr. Buteyko



ISBN 978-3-945181-31-7  
VIVITA® Verlag 2021  
144 S., 4-farbig, 20 Tab., 164 Abb.  
€ 15,00



Andreas Nieswandt Blutdruck

Andreas Nieswandt

heile dich

# Blutdruck

## Herz, Kreislauf und Gefäße



Reihe natürlich gesund

Inklusive  
Gemmotherapie



### ERSTE Hilfe Maßnahmen

Indikation	Regen- plexe N°	Schüssler- Salze N°	Gemmo- mazerate
Angina pectoris	200a, 7, 7a	5, 6, heiße 7, 11	Ginkgo Olivenbaum Weißdorn Mistel, Mais
Arrhythmien	11a, 6, 79, 33/5, 50a, 17, 48a, 79		Weißdorn Hartriegel
Herzinfarkt (NOTARZT)	200a, 6, 506a, 7a	1, 2, 5, 7, 8, 11, 22	Schwarzerle Hartriegel Weißdorn Zitronenbaum
Herzmuskel- entzündung	10a, 8, 6, 50a, 48a, 62a, 510a, 23a	3, 5, 8	Mais Schwarze Johannisbeere Preiselbeere
Herzin- suffizienz	11a, 6, 50a, 62a, 79, 13, 7, 17	5 zur Stärkung	Hartriegel Weißdorn Gewöhn. Flieder Schwarzerle
Herzrasen	16, 200a, 506a, 25b, 50a, 6, 79, 39a	2, 15, 16	Weißdorn
Venen- entzündung	31b, 506a, 506b, 6, 79, 50a, 55, 510a	1, 3	Schwarzerle Hartriegel, schwarze Johannisbeere
niedriger Blutdruck	7, 16, 50a, 36a	5, 7, 9	Rosmarin Stieleiche Schwarze Johannisbeere
hoher Blutdruck	6, 7, 50a, 506a, 33/5, 79, 506d	1, 2, 7, 8, 9, 11, 15	Olivenbaum Weißdorn Mistel