Buchtipp

Eines der grundlegenden Bücher über die Zusammenhänge zwischen dem trinken von Wasser und Gesundheit trägt den Titel: Sie sind nicht krank, Sie sind durstig! Der Autor, Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj (ausgesprochen: ...

Eines der grundlegenden Bücher über die Zusammenhänge zwischen dem trinken von Wasser und Gesundheit trägt den Titel: Sie sind nicht krank, Sie sind durstig!

Der Autor, Dr. med. Fereydoon Batmanghelidj (ausgesprochen: Batman-gee-lidsch); (1930-2005) liefert der Öffentlichkeit auf 200 Seiten bahnbrechende und vor allem sofort anwendbare Erkenntnisse, die er über die Bedeutung des Wassers auf die Gesundheit Jahre lang erforschte. Er informiert über die gesundheitsschädliche Wirkung einer chronischen Austrocknung, dessen Anzeichen die meisten Menschen übersehen oder verkehrt deuten, sowie über die Wirkung der falschen Getränke. Mit seinen Erkenntnissen öffnete er den Weg für die Entwicklung eines menschenfreundlicheren Gesundheitssystems, so dass Menschen entschieden gesünder und produktiver älter werden können. - Das alles mit einem Aufwand, der die Umsätze im Gesundheitswesen auf einen Bruchteil beschränken würde.

Krankheitssymptome wie Diabetes, Krebs, beeinträchtigte Gehirnfunktionen bis hin zum chronischen Müdigkeitssyndrom, sind seinen Forschungen nach "Schreie des Körpers nach Wasser". Die optimale Versorgung mit Salzen und Mineralstoffen ist laut Batmanghelidj "der Königsweg zu Gesundheit und Wohlbefinden".

Fazit von truu : Dieses Buch sollte jeder mindestens einmal im Leben gelesen haben. Angesichts einer überwältigenden Kommerzialisierung des Gesundheitswesens ist dieses Buch heute aktueller denn je.

VAK Verlags GmbH; ISBN 978-3-86731-119-9 (Paperback, € 15,50 (D) / € 16.- (A)

https://t.me/truuinfochannel

It's good.
to be truu.