Dinge, die Sie über natürliche Heilmittel wissen sollten

Natürliche Heilmittel klingen wie eine hippe neue Praxis der Medizin, die möglicherweise durch einen Rückfall aus den 60er Jahren durchgeführt wird – Heilmittel, bei denen Weihrauch verbrannt und eine alternative Lebensquelle kanalisiert werden kann. Ehrlich gesagt werden einige Untersuchungen zeigen, dass einige Heilmittel solche Praktiken erfordern, aber viele basieren auf Philosophien, die durch die Geschichte weitergegeben wurden. Andere Mittel sind Abbrüche von Formen, die zu Beginn der Medizin entwickelt wurden. Zunächst wäre eine Definition oder ein Verständnis der natürlichen Gesundheit hilfreich. Natürliche Gesundheit ist auch allgemein als alternative Gesundheit, alternative Behandlung usw. bekannt. Dies ist jede Praxis, die nicht in …

Natürliche Heilmittel klingen wie eine hippe neue Praxis der Medizin, die möglicherweise durch einen Rückfall aus den 60er Jahren durchgeführt wird – Heilmittel, bei denen Weihrauch verbrannt und eine alternative Lebensquelle kanalisiert werden kann. Ehrlich gesagt werden einige Untersuchungen zeigen,

dass einige Heilmittel solche Praktiken erfordern, aber viele basieren auf Philosophien, die durch die Geschichte weitergegeben wurden.

Andere Mittel sind Abbrüche von Formen, die zu Beginn der Medizin entwickelt wurden. Zunächst wäre eine Definition oder ein Verständnis der natürlichen Gesundheit hilfreich. Natürliche Gesundheit ist auch allgemein als alternative Gesundheit, alternative Behandlung usw. bekannt.

Dies ist jede Praxis, die nicht in die Kategorie der allgemeinen Gesundheitsversorgung passt. Einige Beispiele wären:

- Pflanzenheilkunde
- Naturheilkunde
- Osteopathie
- Chiropraktik
- Alte chinesische Therapien
- Ganzheitliche Heilung

Jeder von ihnen stützt seine Philosophie auf verschiedene Aspekte des Körpers. Sie konzentrieren sich auf einen Abschnitt oder Bereich und glauben, dass die Heilung dieses Bereichs Körper und Seele volles Wohlbefinden bringt.

Wie macht man also Sinn für alles?

Um ein besseres Gefühl für natürliche Heilmittel zu bekommen, sollte man besser verstehen, was die verschiedenen Formen sind und was sie umfassen. Sie können dies mit ein wenig Literaturrecherche und einer Reihe von Fragen tun, die sich an einen Fachmann auf diesem Gebiet richten. Eine gute Kommunikation mit Ihrem persönlichen Arzt und Ihrem alternativen Therapeuten sorgt für eine positive Erfahrung. Um alle Arten von Alternativen für alternative Medizin aufzulisten, wäre ein Buch erforderlich, aber um ein besseres Verständnis zu vermitteln, sind hier einige, denen Sie begegnen können:

- **Pflanzenheilkunde** – Diese Form der alternativen Medizin verwendet Kräuter und Pflanzenprodukte, um Krankheiten zu heilen und das körperliche und geistige Wohlbefinden zu erhalten. Pflanzen und Kräuter werden zum Kochen, als Nahrungsergänzungsmittel, als Tee oder als topische Salbe verwendet. Es ist immer eine gute Idee, Ihren Kräuterkundigen darüber zu informieren, was Sie für Rezepte einnehmen können, damit Sie nicht auf eine Reaktion stoßen. Zum Beispiel kann jemand, der ein Rezept für Bluthochdruck einnimmt, mit der Einnahme eines Kräuterzusatzes beginnen, der behauptet, dasselbe zu tun (z. B. Knoblauch). Die falsche Dosierung könnte zu einem gefährlich niedrigen Blutdruck führen.

- **Naturheilkunde** – Die Praxis, die die natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert und den ganzen Menschen behandelt, anstatt eine bestimmte Störung. Die meisten Praktiker haben das Ziel, einen Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens zu erreichen und nicht nur die Abwesenheit von Krankheiten. Einige Krankheiten oder Beschwerden, von denen bekannt ist, dass sie geheilt werden, sind: Verdauungsstörungen, Probleme des Bewegungsapparates, Hauterkrankungen, Infektionen, Migräne, reproduktive Probleme bei Frauen und Männern, Allergien, Stress und Schlafstörungen. Ein Patient sollte einen kompletten Arzt von einem Naturheilpraktiker haben und seinen Hintergrund wie bei einem normalen Arzt untersuchen.

- **Chiropraktik** – Viele Menschen verstehen diese Praxis als einen Praktiker, der diejenigen heilt, die möglicherweise an Rückenverletzungen gelitten haben. Warum dies wahr ist, bieten sie mehr Heilungsmöglichkeiten. Der Bewegungsapparat ist das

Hauptaugenmerk und die Heilung, die dann wiederum eine Heilung im ganzen Körper bewirken würden. Menschen besuchen Chiropraktiker wegen einer Vielzahl von Erkrankungen wie Kopfschmerzen, Beinschmerzen oder sogar Schmerzen im Oberkörper. Wenn sie ihren Körper neu ausrichten, fühlen sie sich weniger gestresst, wodurch sie sich besser fühlen.

- **Ganzheitliche Heilung** – Dies ist immer noch ein praktischer Ansatz für das Wohlbefinden, aber er beginnt nicht mit einem System im Körper. Diese alternative medizinische Therapie heilt den Geist und die Seele, die dann helfen, den Körper zu heilen. Dieser Ansatz erfordert völlige Überzeugung, da Sie in den Teil des Gehirns gelangen müssen, der nicht durch alltägliche Einflüsse verzerrt ist. Wenn Sie diese leistungsstarke Energiequelle nutzen, kann Ihr Körper sich selbst heilen und das Wohlbefinden erhalten. Ein Beispiel für diese Therapie wäre Reiki. Ein Reiki-Meister kann durch die Kraft der Berührung die Heilung im Körper fördern. Sie können ihre Hände auf den Körper eines Patienten legen und bestimmte Punkte berühren, und ihre positive Energie wird dann in die Schmerzbereiche umgewandelt.

Wie bei allem im Leben wird ein besseres Verständnis eines neueren Konzepts Fragen und Zweifel beantworten, die es Ihrem Geist ermöglichen, neue Heilungskonzepte zu erfassen und zu akzeptieren. Ein offener Geist wird das Tor zu endlosen Möglichkeiten für das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele sein.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki