



Wenn Essen Ihr Trost ist – und Sie trotzdem spüren, dass es so nicht weitergeht

Sie sind nicht undiszipliniert. Sie sind erschöpft. Und genau dafür gibt es einen Weg, der nicht wehtut. Gesund werden soll Freude bereiten.

Viele Menschen greifen zu bestimmten Lebensmitteln, weil sie ihnen ein Gefühl von Kraft, Trost oder Kontrolle geben. Das ist völlig menschlich. Gleichzeitig kann der Körper in einer Krankheitssituation bestimmt Dinge schlechter verarbeiten. Entzündungen können so gefördert werden.

Wenn wir Wege finden, wie Sie sich Gutes tun können, ohne Ihren Körper zusätzlich zu belasten, wird es leichter.

Wenden Sie sich an schmerzexperten.ch.