

In vollen Zügen den Frühling genießen !  
Sanfte Raucherentwöhnung mit Akupunktur und Homöopathie

Endlich mit dem Rauchen aufhören - das wünschen sich viele Menschen. Denn sie sind sich bewusst, dass das Rauchen ihre Gesundheit gefährdet, ihr möglicherweise bereits geschadet hat.

Wann haben Sie zuletzt bewusst, (mit all Ihren Sinnen) den Frühling gerochen, diesen zarten Duft, der die Luft erfüllt nach der langen Ruhe des Winters? Wie lange ist es her, dass Sie das letzte Mal ungehindert die feinen Nuancen eines guten Weins geschmeckt haben?

Mit dem Rauchen aufhören - das haben schon viele Menschen versucht. Doch das Verlangen nach der Zigarette ist meist stärker als der gute Vorsatz.

### **Die sanfte Raucherentwöhnung mit Akupunktur und Homöopathie:**

In meiner Praxis lege ich während der Entwöhnungsphase (in der Regel 4 Wochen) großen Wert auf häufige telefonische und/oder persönliche Kontakte, um den Vorsatz des Patienten zum Nicht-Mehr-Rauchen durch Gespräche und Akupunktur sowie den Einsatz homöopathischer Mittel zu unterstützen.

Die Therapie wird mittels Akupunktur, Injektionen eines homöopathischen Präparates und pflanzlichen Einzelmitteln durchgeführt. Lästige Entzugserscheinungen wie z.B. Unruhe, Reizbarkeit, Kopfschmerzen, Unlust, Müdigkeit u.a. werden durch diese Therapie-Kombination spürbar abgemildert.

Auf Wunsch ist eine gezielte Zufuhr von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen möglich. Diese zusätzliche Maßnahme unterstützt Ihr Immunsystem und die Herz- und Kreislauffunktion.

Um den Erfolg der ganzheitlichen Nicht-Mehr-Rauchen-Therapie zu unterstützen, ist es sinnvoll, diese mit sportlichen Maßnahmen wie Yoga, Autogenem Training, Thai-Chi, Walking, Joggen, Golfen, Schwimmen und Ernährungsumstellung zu ergänzen.

Diese ganzheitliche Nicht-Mehr-Rauchen-Therapie bietet Ihnen die beste Voraussetzung, es diesmal zu schaffen.

Es grüßt Sie herzlichst Ihre

Heike Schaumburg  
Heilpraktikerin