



## Verdauungsstörungen: Bitterdrogen für Magen und Darm

Von *PR-Info*

Erstellt am 8 Mai 2013 - 06:27

Das Völlegefühl nach zu reichhaltigem Essen kennen wir alle. Das Essen war einfach zu gut, aber auch zu viel und zu schwer. Und irgendwann rebelliert der Magen oder die Winde drücken im Bauch. Blähungen zeigen sich von ihrer übelsten Seite. Hätte man doch nicht so viel geschlemmt und besser Maß gehalten.

Auge größer als Appetit

Doch nun ist es passiert. Das Auge war größer als der Appetit. Um den schlimmen Folgen einer Überfütterung vorzubeugen, hat die Natur die passende Medizin in petto. Viele Kräuter und Gewürze enthalten wertvolle Bitterstoffe, die die Verdauung, vor allem die Fettverdauung, fördern und so Magen-Darm-Beschwerden nach zu reichlichem Essen vorbeugen.

Wohlschmeckende Kräuter

Daraus werden sogenannte Bitter(schnäpse) hergestellt, die man in jedem Supermarkt fertig kaufen kann. Einen wohlschmeckenden Bitter kann man aber auch leicht selbst herstellen. Vom fertigen Bitter reicht ein Schnapsgläschen nach dem Essen. Die Kräuter sollen schließlich wirken, nicht der Alkohol.

Rezept: Kräuter-Medizin für die Verdauung

Geben Sie je 1 EL Rosmarin, Basilikum und Thymian (alle Kräuter getrocknet) sowie Fenchelsamen, Koriander und Kümmel (alle frisch zerdrückt) und eine längs aufgeschnittene Vanilleschote in eine 1-Liter-Glasflasche. Mit einer Flasche Weizenkorn (0,7 L) aufgießen. Flasche verschließen und schwenken. An einen dunklen Ort stellen und täglich schwenken. Nach 14 Tagen abseihen – und fertig ist die gesunde Kräuter-Medizin. Zum Wohle!

Viele weitere Rezepte finden Sie im aktuellen Ratgeber **VORSICHT?ARZT** von Vanessa Halen. Weitere Informationen über dieses Buch, kostenlose Leseproben und eBooks, außergewöhnliche Tipps und Rezepte rund um die Themen Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden stellt die Autorin auf ihrer Homepage zur Verfügung:

<http://www.wellness-infoseite.de> [1]

Vorsicht Arzt: Einmal zum Arzt - für immer krank

Der neue Ratgeber von BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen

ISBN 978-3-8448-1910-6

100 Seiten – 12,90 Euro

Kostenlose Leseprobe:

[http://www.wellness-infoseite.de/Vorsicht\\_Arzt\\_Leseprobe.pdf](http://www.wellness-infoseite.de/Vorsicht_Arzt_Leseprobe.pdf) [2]

Verlag:

Books on Demand GmbH

In de Tarpen 42

22848 Norderstedt



Telefon: 040-534335-0

Rezensionsexemplar:

<http://www.bod.de/index.php?id=3144> [3]

Kontakt und Presseanfragen:

[vanessa.halen@web.de](mailto:vanessa.halen@web.de) [4]

Vanessa Halen ist Expertin in Sachen Gesundheit, Schönheit und Wellness. Neben ihrem Studium der Kunst- und Heilpädagogik absolvierte sie eine Ausbildung zur Camouflagistin und besuchte Fachseminare in den Bereichen Kosmetologie und Naturheilkunde. Ihr Fachwissen rundete sie schließlich durch eine Heilpraktiker-Ausbildung ab. Heute arbeitet die Autorin als freie Journalistin und Texterin. Sie hat bereits über 300 Fachartikel sowie mehrere Sachbücher und Ratgeber veröffentlicht. Ihre aktuellen Bücher:

Ein neues Leben (ISBN 3-89811-731-6)

BioAging (ISBN 3-8311-4572-5)

Die neuen Schlank-Pusher (ISBN 3-8334-1473-1)

CyberBeauty (ISBN 3-8334-5295-1)

Die neuen Schönmacher (ISBN 978-3-8370-5406-4)

Die Jungmacher (ISBN 978-3-8391-8644-2)

Vorsicht, Arzt! (ISBN 978-3-8448-1910-6)

Gesundheit, Schönheit, Medizin, Ratgeber, Schönmacher, Schlank-Pusher, BioAging, Jungmacher, Arztpfusch, Pharmabetrug, Lebenskrise, Sorgen, Anti-Aging, Vitamine, Falten, Haarausfall, Glatze, Wechseljahre, Potenz, Ernährung, Übergewicht, abnehmen, schlank, Diät, Rezepte, Lifting, Cellulite, Altersflecken, Hautstraffung, Hausmittel

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:20):** <http://www.medkom24.eu/node/17697>

### Links:

[1] <http://www.wellness-infoseite.de>

[2] [http://www.wellness-infoseite.de/Vorsicht\\_Arzt\\_Leseprobe.pdf](http://www.wellness-infoseite.de/Vorsicht_Arzt_Leseprobe.pdf)

[3] <http://www.bod.de/index.php?id=3144>

[4] <mailto:vanessa.halen@web.de>