

Praxis-Tipps



Psychosomatische Naturheilpraxis
Stephanie Merges-Wimmer

Was bewirkt Alkohol?



Ein gutes Glas Wein ist schon was Feines.

Regelmäßig, d.h. jeden Tag 3 Gläser Wein ist leider zu viel.

Von Schnaps will ich hier gar nicht reden.

Und ein Rausch hinterlässt unweigerlich Spuren im Gehirn.

Alkohol ist der größte Feind unseres Gehirns, denn es ist nicht in der Lage, Alkohol zu entgiften. Ist eine gewisse Leistungs-Grenze der Leber überschritten, bekommt das Gehirn ein Problem. Die Intelligenz wird bei mäßigem Konsum zwar nicht beeinträchtigt, doch das Gedächtnis und die psychische Verfassung. Vor allem für junge Frauen, die gerade schwanger geworden sind, kann Alkohol großen Schaden anrichten.

Die Leber kann Alkohol entgiften, so lange es sich um mäßige Mengen handelt. Je besser die Leber arbeiten kann, desto mehr kann sie ihre Arbeit tun. Sorgen Sie daher ausreichend für schwefelhaltige Aminosäuren und Bitterstoffe, damit die Leber angeregt und entgiftet wird.

Stephanie Merges-Wimmer

Besuchen Sie mich oder verfolgen Sie meinen Blog im Zentrum Gutlersberg



Webseite



Email



Facebook



Xing



Google+