



Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles

Bérengère Arnal

Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles Bérengère Arnal

 [Télécharger Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles ...pdf](#)

 [Lire en ligne Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelle ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles Bérengère Arnal

208 pages

Présentation de l'éditeur

C'est moi ou mes hormones ?

Si vous êtes l'une de ces millions de femmes qui, une fois par mois, ont la folle envie de verser toutes les larmes de leur corps, d'étrangler leur conjoint (qu'elles adorent), de jeter le pèse-personne par la fenêtre, alors il est urgent de lire ce livre.

Le Dr Bérengère Arnal va vous aider à reprendre le contrôle de ces insaisissables hormones, pour que vous ne soyez plus jamais leur jouet à cette période délicate de votre cycle ! Sans antidépresseur, sans anxiolytique, uniquement avec des méthodes naturelles qui respectent votre physiologie.

Vous découvrirez :

Pourquoi le stress aggrave vos symptômes et comment le contrôler

Pourquoi les traitements classiques (hormones, antidépresseurs, anti-inflammatoires...) ne sont pas satisfaisants à moyen et long terme

Les aliments qui font du bien et ceux qu'il vaut mieux éviter

Quels compléments alimentaires sont efficaces contre les maux de tête, l'irritabilité, les seins douloureux... et à quelles doses

Comment éviter la rétention d'eau

BONUS

4 programmes phyto-nutritionnels en fonction des symptômes prédominants Biographie de l'auteur

Le Dr Bérengère Arnal est gynécologue obstétricienne spécialisée en phytothérapie.

Download and Read Online Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles Bérengère Arnal

#MZ41DUTBRHV

Lire Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal pour ebook en ligne Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal à lire en ligne. Online Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal ebook Téléchargement PDF Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal Doc Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal Mobipocket Syndrome prémenstruel - Les solutions naturelles par Bérengère Arnal EPub

MZ41DUTBRHVMZ41DUTBRHVMZ41DUTBRHV