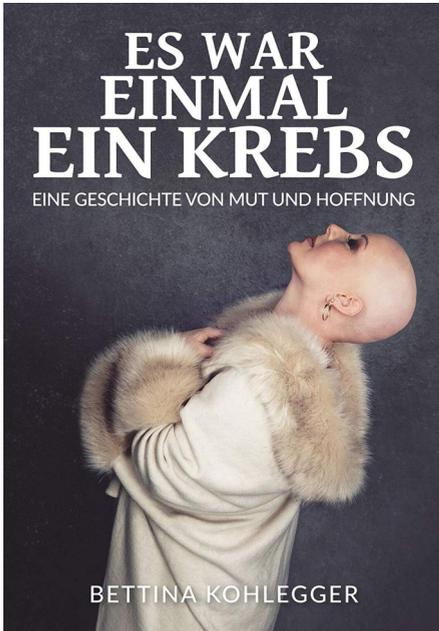


Lesetipp |

TIPP

Wir möchten an dieser Stelle das Buch von Bettina vorstellen. In diesem Buch präsentiert sie eine sehr persönliche Seite und offenbart ihre tiefsten Gefühle während der schwierigen Zeit der Krebserkrankung. Das Buch ermutigt und gibt positive Kraft und Hoffnung. Wir freuen uns, dass wir uns kennen lernen durften und wünschen ihr weiterhin alles Gute!



Kohlegger Bettina - Es war einmal ein Krebs

ISBN 978-3-7494-7457-8

PB, 280 Seiten / 19,99 EUR

Veröffentlichung über BoD

"Aus einer Routineuntersuchung wird Gewissheit: Die Diagnose "Krebs" verändert das Leben von Bettina von heute auf morgen radikal. Doch dem belastenden Therapieverlauf steht sie kämpferisch gegenüber. In ihrem Buch beschreibt sie den "Sturz aus der Wirklichkeit", die Unterstützung durch ihr Umfeld, die Begegnungen mit Ärzten, aber auch die Konfrontation mit Unverständnis. Immer an ihrer Seite: Ihr Mann, ihre Familie und ihre zwei Hunde.

Bettina thematisiert in ihrem Buch die körperlichen Auswirkungen der Therapien genauso wie die psychische Belastung. Mit den Worten "Es gibt die guten und es gibt die besseren Tage" vermittelt sie Mut und Optimismus, ohne diese Lebensphase zu bagatellisieren.

Dass es ihr heute wieder so gut geht, verdankt sie den Ärzten, ihrer Familie - und vor allem aber sich selbst.

Ein Buch, an dem man wachsen kann."

ZWIEBELTEE - Ein altes Hausmittel bei Husten |



Ein Tipp von Andrea's Mama (86 Jahre) ist bei Husten Zwiebeltee zu trinken, die Zubereitung ist ganz einfach und zwar:

1x Zwiebel mit Schale, im Ganzen in einen Topf geben, natürlich davor mit Wasser abwaschen, dann mit ca. 1 Liter kaltem Wasser aufgießen und leicht zum Kochen bringen.

10-15 Min. köcheln lassen und dann ca. 1/2 Std. ziehen lassen, abseihen.

Diese Mischung dann mit Honig oder Kandiszucker abschmecken und über den Tag verteilt trinken.

In der Zwiebel stecken ätherisches Öl, schwefelhaltige Verbindungen und Flavonoide, die in Kombination keimabtötend und leicht antientzündlich wirken, das beruhigt die Bronchien und lindert den Hustenreiz.