

Inhalt:

Einleitung	5
Gebrauchsanweisungen für das Baumessig-Pflaster	11
Die Wirkung des Baumessig-Pflasters während des Gebrauchs	14
Vorsichtsmaßnahmen beim Gebrauch des Baumessig-Pflasters	15
Weitere Nutzungsmöglichkeiten	16
 Wie stehen das Baumessig-Pflaster und die Fußreflex - Zonen in Verbindung?	
Was ist eine Fußreflexzone?	17
Gesundheitspflege für Ihre Füße	20
3. Die enge Beziehung zwischen Fußreflexzonen und dem Baumessig-Pflaster	24
4. Applikation des Baumessig-Pflasters unter Beachtung der Reflexzonen	25
 Wo sollte man in welchen Fällen das Baumessig-Pflaster anbringen?	28
1. Bei Schlafstörungen	28
2. Bei Schulter- oder Nackenschmerzen	29
3. Schmerzende Schulterblätter	30
4. Schmerzen im Arm-Schulterbereich durch steife Schulter	31
5. Bei Schmerzen im Lendenbereich	32
6. Falls die Lende weiterhin schmerzt	33
7. Bei Schmerzen im inneren Hüftgelenk	34
9. Bei Schmerzen im Knie	36
10. Bei Schmerzen im Ellbogen	37
11. Bei Halsschmerzen	38
12. Bei Zahn- und Kieferschmerzen	39
13. Bei Kopfschmerzen	40
14. Bei schmerzenden Augen	41
15. Bei Ohrenschmerzen	42
16. Bei Hämorrhiden und Verstopfung	43
17. Bei Blasenschwäche	44
18. Bei Frigidität	45
19. Bei Rückenschmerzen	46
20. Bei Nierenerkrankungen	47
21. Bei Leberproblemen	48
22. Bei Problemen mit der Bauchspeicheldrüse	49
23. Bei Problemen mit dem gesamten Verdauungssystem	50
24. Bei Pollenallergie und allergiebedingtem Schnupfen	51
25. Bei Fettleibigkeit oder Magersucht	52