

## **Disclaimer**

Der Herausgeber hat jegliche Anstrengung unternommen die Informationen so genau und vollständig, wie möglich zu präsentieren, unbeschadet der Tatsache, dass er keine Garantien übernimmt für die Richtigkeit der Inhalte, aufgrund der sich rasch ändernden Natur der medizinischen Kenntnisse.

Obwohl jeglicher Versuch unternommen wurde, um die Informationen zu bestätigen, die hier enthalten sind, übernimmt der Herausgeber keine Verantwortung für Fehler, Auslassungen oder gegenteilige Auslegung der hierin enthaltenen Themen. Möglicherweise auftretende Kränkungen von bestimmten Personen, Völkern oder Organisationen sind unbeabsichtigt.

Bei diesem Buch handelt es sich um einen Ratgeber. In Ratgebern, wie diesem gibt es keine Garantie für Ergebnisse. Der Leser sollte sich auf sein eigenes Urteilsvermögen verlassen und seine Fähigkeiten, entsprechend zu handeln. Dieses Buch enthält keine kompetente Beratung in Sachen Medizin, Recht, Steuern und Wirtschaft. Der Leser wird dazu aufgefordert, sich in diesen Fragen professionelle Hilfe zu suchen.

### **Alle Rechte vorbehalten**

Kein Teil dieses Berichts darf vervielfältigt oder in irgendeiner Form elektronisch oder mechanisch, übertragen werden, weder als Fotokopie, noch als Aufzeichnung, oder durch informationelles Speichern und Abrufen ohne ausdrückliche schriftliche, mit Datum versehene und unterzeichnete Genehmigung des Autors.

## **Inhaltsverzeichnis:**

1. Einführung
2. Allgemeine Natürliche Gesundheits- Tipps
3. Vitamine und Kräuter
4. Natürliche Lebensmittel - Bio-Lebensmittel
5. Hautprobleme
6. Empfehlenswert