



Gesundheitsthemen von A bis Z - auf esanitas.info wird man fündig

Von *terracodes*

Erstellt am 4 Mai 2018 - 13:07

Wie behandelt man einen Bandscheibenvorfall am besten, was kann man vorbeugend tun? Welche Medikationen oder Operationen können hilfreich sein, oder in Betracht gezogen werden. Was hilft bei Migräne tatsächlich, wie entsteht sie und was bewirkt in unserm Körper Stress? Wie lebe ich stressfrei und gesund? Ist meine Wohnung tatsächlich die Richtige für mich, oder ist die Umgebung die passende? Was kann ich vorsorglich und vorbeugend für mein Wohlbefinden tun? Welche finanziellen Möglichkeiten und Investitionen für die Gesundheit sind ratsam? Diese und viele weitere Fragen zum Thema Gesundheit bleiben nicht unbeantwortet auf dem Gesundheitsblog esanitas.info [1]. Fünf Unterthemen stehen dem Besucher des Blogs zur Verfügung, um sich auszutauschen und auch Schlau zu machen in puncto rund um die Gesundheit. Hierbei sei jedoch erwähnt, dass es sich dabei lediglich um Meinungen des jeweiligen Autors, nicht jedoch um echten medizinischen Rat handelt.

Guter Ratgeber

Die Seite esanitas.info versteht sich als Informationsquelle und Anregung für sämtliche Belange, Fragen und Ratschläge zum Thema Gesundheit. Und dieses spezielle Thema ist so vielschichtig wie kein zweites und wirft dementsprechend auch so viele unterschiedliche Fragen zu ganz verschiedenen Themen die Gesundheit betreffend auf. Unter den fünf unterschiedlichen Themenpunkten wie Medizin, Lifestyle, Ernährung, Psyche und Finanzen steht esanitas.info als Blog Rede und Antwort und als hilfreicher Gesundheits-Ratgeber zur Seite. Unter dem Punkt Medizin verbergen sich unzählige Themenbereiche, die sich im Wesentlichen auf den Themenschwerpunkt Medizin in all seinen Facetten aufgliedern. Da werden beispielsweise Themen wie der richtige Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln behandelt. Wie Creatin sich auf den Muskelaufbau auswirkt und welche chemischen Abläufe im Körper dazu beitragen. Oder wie sich Testosteronmangel auf den menschlichen Körper auswirken kann, welche Potenzmittel gesundheitsgefährdend sein können und welche ratsam wären. Welche Medikamente richtig sind, welche Präparate sinnvoll sind. Verträglichkeiten, Besonderheiten, Inhaltsstoffe, Nebenwirkungen und Wirkungen vieles mehr.

Lifestyle. Ernährung und Psyche

Unter den Punkten Lifestyle und Psyche verbergen sich ebenfalls wichtige Themen zur Gesundheit. Denn selbst Ratschläge zur Wohnungseinrichtung können hilfreich sein das Wohlbefinden zu stärken. Welche Sportarten machen Sinn in der Natur und welche sollte man ruhig einmal zuhause ausprobieren? Wie sehr sind Gedanken allgegenwärtig und verursachen schlaflose Nächte? Was kann man dagegen tun und sie positiv bestärken? Wie hält man sich über die Wintermonate fit? Was macht Spaß und was ist eher nicht gerade förderlich für das Seelenheil? Auch hier wird man schnell fündig und erhält wichtige und hilfreiche Tipps unter dieser Rubrik. Mit das wichtigste Element zum gesunden Körper und einem gesunden Geist, ist die gute Ernährung. Ohne sie ist der menschliche Körper nur halb so viel gut in Schuss. Was, wie viel und warum sollte man zu sich nehmen und andere wichtige Eckpunkte bezüglich guter Ernährung werden angesprochen.

Finanzen

Investitionen für die Gesundheit kann jeder tätigen und diese müssen nicht unbedingt teuer oder kostspielig sein. Schon ein kleiner Beitrag an eine Krankenversicherung, der im Jahr für den Zahnersatz gezahlt wird, kann irgendwann einmal sehr wichtig sein. Oder auch diverse Vorsorgemaßnahmen sind ein wichtiges Element, um für schlechtere Zeiten der körperlichen Verfassung Sorge tragen zu können und vieles mehr. Ohne Moos nix los, gilt auch in Sachen Gesundheit und hier an dieser Stelle vielleicht ganz besonders.



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 22:52): <http://medkom24.eu/node/23174>

Links:

[1] <https://www.esanitas.info/>