Pressemitteilung

Wörter: **384**

Zeichen/Anschläge: **2.890/3272**

Andreas Nieswandt   
**Heile Deine Augen**Augenleiden naturheilkundlich selbst behandeln  
Mit Prophylaxetipps für Bildschirmarbeit   
VIVITA Verlag 2021  
4., überarb. u. erw. Auflage 2021  
Integraleinband/Softcover, 256 Seiten  
ISBN- 978-3-9812520-8-8  
Euro 27,00

Referenzwerk für ganzheitliche Augenheilkunde

*Wie Betroffene Augenleiden naturheilkundlich selbst behandeln können, vermittelt Andreas Nieswandt in seinem Buch „Heile Deine Augen“, das jetzt in 4. Auflage erschienen ist. Die Neuauflage wurde um einige zusätzliche Methoden erweitert, die sich in der Praxis des Autors vielfach bewährt haben, wie Gemmotherapie und Buteyko-Atmung. Das Buch ist für Behandler wie Laien als Kompendium und Ratgeber zur Selbstbehandlung konzipiert.*

Millionen Deutsche leiden unter Sehstörungen und Augenerkrankungen. Im ersten Teil des Buches erklärt der Autor, warum falsche Sehgewohnheiten und zunehmende Bildschirmarbeit dabei ebenso eine Rolle spielen wie ungesunde Ernährung und dadurch verursachte Störungen des Stoffwechsels und der Durchblutung. Kurz- und Weitsichtigkeit, tränende bzw. trockene Augen, Makuladegeneration, diabetische Retinopathie oder Erkrankungen der Netzhaut sind unter anderem auf diese Faktoren zurückzuführen. Wenn wir die Ursachen erkennen und unser Leben auf Gesundheit programmieren, besteht eine reelle Chance zur Regeneration der Augen.

**Breite Palette an Behandlungsmethoden**

Im zweiten Teil des Ratgebers informiert der auf Augentherapien spezialisierte, bundesweit renommierte Heilpraktiker, welche naturheilkundlichen Behandlungsmöglichkeiten selbst bei schweren Augenerkrankungen erfolgversprechend sind. Dabei stellt er die wichtigsten Behandlungsmöglichkeiten der Komplementärmedizin vor, wie etwa Homöopathie, Komplexmittelhomöopathie, Schüßler-Salze und Gemmomazerate, und zeigt weitere Maßnahmen auf, wie Lichttherapie, Atemtherapie und Augentraining. So hilft beispielsweise die Buteyko-Atmung, Stress abzubauen und Schwankungen im Blutdruck zu reduzieren.

Alle medizinischen Grundlagen und physiologischen Vorgänge werden auch für Laien anschaulich und leicht verständlich erklärt. Somit empfiehlt sich der Ratgeber „Heile Deine Augen“ insbesondere für Menschen mit Augenproblemen, die ihre Sehkraft wiedererlangen und dauerhaft erhalten möchten.

Computernutzer erfahren außerdem, wie sie einer möglichen Überanstrengung ihrer Augenmuskeln durch Bildschirmarbeit entgegenwirken und Symptome wie trockene oder brennende Augen lindern können.

Eine detaillierte tabellarische Auflistung aller relevanten Augenerkrankungen und Symptome mit den entsprechenden Heilmitteln und Maßnahmen macht das Buch zu einem hilfreichen Nachschlagewerk, auch für naturheilkundlich interessierte Ärzte und Heilpraktiker.

**Über den Autor**

Der Naturwissenschaftler Andreas Nieswandt arbeitet als Heilpraktiker mit eigener Praxis in Düsseldorf. Er konzentriert sich seit Jahrzehnten auf die Diagnose und Therapie von Sehstörungen und Augenerkrankungen. Speziell für die Behandlung von Makula-Degeneration, Diabetischer Retinopathie, Grauem Star und Glaukom hat Andreas Nieswandt die „Augen-Regenerations-Therapie“ (ART) entwickelt, die sehr erfolgreich neue Maßstäbe in der Behandlung setzt. Nieswandt ist außerdem Autor der Fachbücher „Makula-Degeneration, Diabetische Retinopathie: Mit Naturheilkunde erfolgreich selbst behandeln“ und „Grüner Star – Grauer Star – Trockenes Auge: Mit Naturheilkunde wirksam selbst behandeln“ sowie einer ganzen Reihe von Ratgebern zu weiteren Gesundheitsthemen.

Kontakt: [www.praxis-nieswandt.de](http://www.praxis-nieswandt.de)