



Livre

Auteur(s) : Borrel, Marie (Auteur) ;Rougier, Yann (Préfacier, postfacier...)

Titre(s) : Ma bible de la fibromyalgie / Marie Borrel.

Editeur(s) : Paris : Leduc S, 2019.

Résumé : Douleurs, fatigue, troubles de l'humeur et du sommeil, désordres gastro-intestinaux... il est possible de soulager les symptômes de la fibromyalgie grâce à un ensemble de gestes naturels. Comment faire le tri entre les gestes vraiment utiles et les autres ? Comment créer un programme cohérent capable d'apporter un véritable soulagement, au cas par cas ? Ce guide répond à ces questions pour accompagner tous ceux qui souffrent de cette maladie complexe et encore mal comprise, en leur permettant de devenir "acteurs" de leur traitement.

Notes : Bibliogr. p. 383-384. Webliogr. p. 385. Index.

Sujet(s) : Fybromialgie : Médecines alternatives

Indice(s) : 616.7



Exemplaires

Support	Espace	Localisation	Cote	Situation	Utilisation	Retour prévu le
Livre	Documentaire	Doc ado-adulte	616.7 BOR	Prêté	prêt normal	11/12/2024