

Livre

Auteur(s) : Sarno, John E. (Auteur) ;Sobecki, Catherine (Traducteur)

Titre(s) : Le meilleur anti-douleur c'est votre cerveau / John Sarno ; traduit de l'anglais par Catherine Sobecki.

Editeur(s) : Vergeze (Gard) : T. Souccar, 2015.

Collection(s) : (Guides pratiques).

Autres : 1 vol. (256 p.) . 21 x 14 cm

Résumé : Selon l'auteur, la douleur physique est la manifestation d'un conflit psychique et le produit d'émotions, colère ou stress, refoulées par le subconscient. Le médecin propose un programme antidouleur quotidien à mettre en place chez soi sans recourir à la médication, ni à la psychothérapie ou encore à des séances d'ostéopathie.

Notes : Bibliogr. Index. - Tout public.

Sujet(s) : Autothérapie ;Maladies psychosomatiques

;Psychophysiologie ;Douleur ** Aspect psychosomatique ;Dorsalgie ** Thérapeutique



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	616.08 SAR	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux