soigner-sa-tete-sans-medicaments-ou-presque

Livre

Auteur(s): Lemoine, Patrick (1950-...) (Auteur)

Titre(s) : Soigner sa tête sans médicaments... ou presque : dépression, stress, insomnie : ce qui marche vraiment / Patrick

Lemoine.

Editeur(s): Paris: Marabout, 2015. Collection(s): (Poche Marabout. Santé). Autres: 1 vol. (314 p.) . 18 x 13 cm

Résumé : Le psychiatre passe en revue les différentes alternatives à la médecine prescriptive de médicaments en les classant en fonction de leur efficacité. Selon lui, toute forme de stress allant de la

dépression au burn-out pourrait être soignée autrement pour éviter les

effets à long terme de la prise de médicaments.

Sujet(s): Dépression ** Médecines alternatives ;Insomnie ** Médecines alternatives ;Stress ** Médecines alternatives



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	616.8 LEM	Prêt normal	Disponible	Ploufragan