

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