

Livre

Auteur(s) : Maire, Aur?lie (Auteur) ;Ragage, Jean-Pierre (Pr?facier, etc.) ;Lefief-Delcourt, Alix (1975-...) (Collaborateur)

Titre(s) : Mieux vivre l'endom?triose au naturel : 11 routines personnalis?es : douleurs, fatigue, fertilit?, etc. / Aur?lie Maire ; pr?face du Dr Jean-Pierre Ragage ; avec la collaboration d'Alix Lefief-Delcourt.

Editeur(s) : Paris : Leduc.s ?ditions, 2022.

Collection(s) : (Guide visuel).

Autres : 1 vol. (191 p.) . illustrations en noir et en couleur . 22 x 18 cm

R?sum? : Une m?thode holistique ? partir de solutions naturelles pour soulager les douleurs li?es ? l'endom?triose gr?ce au yoga, ? l'alimentation, ? la respiration ou encore ? la d?toxification. La dimension psychologique de la maladie est ?galement prise en compte. ?Electre 2023.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Endom?triose ;M?decine naturelle ;Guides pratiques ;Gyn?cologie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilit?e	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	R MAI	Pr?t normal	Sorti	Yffiniac