

Knjiga tjedna: "Žensko tijelo, ženska mudrost"

Kada je prvi put objavljena prije više od 20 godina, knjiga Žensko tijelo, ženska mudrost, dr. Christiane Northrup, postala je trenutno međunarodni bestseler i kompendij ženskog zdravlja koji ni danas nije nadmašila nijedna druga knjiga. U čemu je tajna? Osim što je sveobuhvatna i univerzalna, te ženu prati u doslovno svakom perioda njezina života, od puberteta, zrelosti do menopauze, od anatomije do duhovnosti, žene diljem svijeta u njoj su prepoznale svoj glas

U novom izdanju knjige *Žensko tijelo, ženska mudrost*, proširenom s dodatnih 500 stranica, **dr. Christiane Northrup** donosi nove informacije o trudnoći, porođaju, seksualnosti, kontracepciji, plodnosti, prehrani, hormonskoj nadomjesnoj terapiji, tretiranju fibroida, izbjegavanju histerektomije, održavanju zdravlja dojki i podržavanje zdravog menstrualnog ciklusa. Dodala je i nova poglavlja o vaginalnom zdravlju i sve raširenijem lichen sclerosusu te se opsežno bavi herpetičkim virusima. Obilje je novih podataka o ženskom energetskom sustavu i emocionalnom iscjeljenju, snovima kao sredstvu intuicije, znanja koja zapad crpi iz drevne tradicionalne kineske medicine, nove spoznaje o prirodnom progesteronu, vezi između imuniteta i određenih bolesti i kroničnih tegoba.

Dr. Northrup također donosi nova saznanja i istraživanja, ali i svoja iskustva o raznim pretragama – papa testu, mamografiji i njezinim alternativama kao što je termografija, samopregledu dojki, raku, hormonima i genetici. Cijelo jedno poglavlje posvetila je prehrani i potpuno ga revidirala i proširila u ovom izdanju, te donosi mnoštvo vježbi, programa i rituala za prevenciju i podržavanje fizičkog, mentalnog i emocionalnog zdravlja.

O autorici: Dr. Christiane Northrup, vrhunska ginekologinja, vodeći autoritet za žensko zdravlje, vizionarka je i pionirka holističkog pristupa koji objedinjuje um, duh, tijelo i emocije. Knjiga *Žensko tijelo, ženska mudrost* predstavlja suvremenu medicinu u najboljem smislu, pomirujući i nadopunjujući međusobno nove tehnologije s prirodnim remedijama i zavidljujućom sposobnosti našeg tijela za iscjeljenje.