



## **SELBSTHILFEGRUPPE POLYNEUROPATHIE ESSEN**

---

Leiter: Hartmut van de Wetering, Jungbornweg 1 b, 45219 Essen-Kettwig, Fon 02054 / 8605350 e-Mail:  
medmanagement05@aol.com [www.polyneuropathie-essen.jimdo.com](http://www.polyneuropathie-essen.jimdo.com)

---

### **Vorschlag zur Schmerzbehandlung:**

Durch gute Freunde von mir habe ich eine Kräuter - Kombination kennen gelernt, die unter Umständen gut Schmerzen lindern kann.

Sie kaufen Gewürze bitte ein und zwar:

- |                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| <b>1. Muskatnuss</b>  | <b>gemahlen</b> |
| <b>2. Kreuzkümmel</b> | <b>gemahlen</b> |
| <b>3. Koriander</b>   | <b>gemahlen</b> |

Sie nehmen von jedem Kräuter 10 Gramm und mischen diese gründlich.

Dann wird eine ( 1 ) Messerspitze morgens und abends in " reinem " Yoghurt gegeben, gut untergemischt und gegessen.

Ich habe diese Anwendung nun seit mehr als 1 Woche gemacht und ich bin der Meinung, dass meine Schmerzen an der Wirbelsäule , tief im Rücken , erheblich nachgelassen haben.

Viel Glück und Erfolg !!

Hartmut van de Wetering  
Leiter / Gründer der SHG  
POLYNEUROPATHIE Essen

