

# Gesund mit Hanf

Die Heilkräfte von CBD effektiv nutzen

Taschenbuch

Ellen Heidböhmer

**12,00 €**

**inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)**



- CBD-Öl und Cannabis – schmerzlindernd und wohltuend.
- Alles zu Inhaltsstoffen und Wirkweisen von Hanfsamen, Hanföl (CBD) und Hanfproteinpulver
- Praktische Tipps zur richtigen Anwendung
- CBD-Öl in der Küche

186x128x12mm (LxBxH)

1. Auflage 2022

Umschlag/Ausstattung: 21

Farbfotos,

Seiten: 128

EAN: 9783968590363

Art.-Nr.: 45036

**KOSMOS**

# Produktinformationen "Gesund mit Hanf"

Hanfsamen, Hanföl (CBD) und Hanfproteinpulver sind wahre Power-Pakete in Sachen Nährstoffe und Proteine. Das Superfood Hanf versorgt uns mit Vitaminen und Spurenelementen, liefert essenzielle Aminosäuren sowie Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren. CBD-Öl lindert Beschwerden wie Schmerzen, Entzündungen, Schlafstörungen, Rheuma und Allergien. Dieser Band aus der Reihe „Herbig Hausapotheke“ stellt die heilenden Wirkungen von Hanfsamen und Hanföl vor und zeigt die Anwendung mit vielen praktischen Tipps. Dazu bietet er gesunde, nährstoffreiche Rezepte – natürlich ohne das berauschende THC.

## Autorinnen und Autoren

Ellen Heidböhmer

Ellen Heidböhmer, geb. 1963, beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Pflanzenheilkunde, alternativen Heilmethoden und Traditioneller Chinesischer Medizin. Sie hat zahlreiche Artikel und Bücher zu Gesundheit und Selbstfürsorge veröffentlicht und arbeitet als freie Autorin und Übersetzerin.

[Mehr zur Person](#)