



Dr. Cornelia Goesmann

## Gut leben mit Restless Legs

136 Seiten

15,5 x 21,0 cm, Softcover

ISBN 978-3-86910-449-2

€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

### Endlich Ruhe finden

Etwa zehn Prozent der Menschen leiden an der Krankheit der unruhigen Beine, dem „Restless-Legs-Syndrom“. In ihrem umfassenden Ratgeber erläutert die erfahrene Ärztin Dr. Cornelia Goesmann, welche Möglichkeiten der Selbsthilfe Patienten heute zur Verfügung stehen. Hierzu gehören naturheilkundliche und physikalische Maßnahmen, aber auch eine positive Einstellung zu der Erkrankung. Ausführlich geht sie auf Medikamentengruppen ein, die die Beschwerden wirkungsvoll lindern. Dr. Goesmann ist davon überzeugt, dass ein aufgeklärter Patient mit seinen Ärzten eine individuell angepasste Behandlung erarbeiten kann, durch die er eine gute Lebensqualität gewinnen wird. Dabei hilft ihm dieser Ratgeber.

### Aus dem Inhalt

- Restless Legs Syndrom – Ursachen und Diagnose
- Die typischen Symptome von RLS
- Die Ursachen von RLS
- Die vielfältigen Therapiemöglichkeiten
- Maßnahmen, die Sie selbst durchführen können
- Naturheilkundliche und physikalische Maßnahmen: Akupunktur, Osteopathie, Transkutane Gleichstromstimulation, TCM, Homöopathie
- Die medikamentöse Therapie
- Einen guten Arzt finden
- Pharmazeutische Wirkstoffe im Überblick

### Die Autorin

Dr. med. Cornelia Goesmann, Fachärztin für Allgemeinmedizin mit Zusatzbezeichnung Psychotherapie, war bis 2015 als Hausärztin in eigener Praxis niedergelassen. Selbst von RLS betroffen, berät sie auch Patienten bei den Treffen der RLS-Selbsthilfegruppe Hannover und kooperiert seit vielen Jahren mit deren bundesweiter Dachorganisation Restless Legs Deutschland e. V. Dr. Goesmann war außerdem Mitglied in verschiedenen berufspolitischen Gremien und u.a. als Vizepräsidentin der Bundesärztekammer engagiert.



**Die Autorin steht für Interviews gerne zur Verfügung.**

Pressekontakt

Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG | 30130 Hannover

Lisa May | PR & Werbung humboldt | Telefon 0511 8550-2562 | Fax 0511 8550-992562 | may@schluetersche.de

Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Gerne auch digital an: [may@schluetersche.de](mailto:may@schluetersche.de) Vielen Dank!