

Dieser Brief kann Ihr Leben verändern – dramatisch verändern ...

# **Endlich:** **„Ein Leben OHNE Kopfschmerzen“**



Liebe Leserin, lieber Leser,

ich weiß natürlich nicht, ob Sie an Migräne, der wohl schlimmsten Art von Kopfschmerz, leiden. Aber Migräne hat wie die meisten Kopfschmerzen die miserable Angewohnheit immer wieder zu kommen. So wie ein ungebetener Gast, den man zur Hintertür hinauskomplimentiert und der **zu den unpassendsten Zeiten** wieder an der Haustür pocht – im wahrsten Sinne des Wortes **pocht, unaufhörlich, immer lauter, immer wieder**. Und das scheint so sicher wie das Amen in der Kirche.

**Doch Sie müssen das nicht länger hinnehmen – und erliden.** Sie können jetzt diesen Teufelskreis immer wiederkehrender Kopfschmerzen durchbrechen. Glauben Sie mir, denn hier erfahren Sie,

**wie Sie Ihre Kopfschmerzen, ja selbst Migräne, dauerhaft loswerden können.**

Ich weiß, Sie denken jetzt vielleicht: „Ich wette, meine Art von Kopfschmerz kann man nicht loswerden!“ Dazu kann ich Ihnen nur zwei Dinge sagen – Erstens:

**Sie werden sich bald selbst beweisen, dass es möglich ist.**

Und zweitens: Ich halte bei Ihrer Wette dagegen! Mein Einsatz: „Ein Leben OHNE Kopfschmerzen“ – Ihr Einsatz: **Lediglich die Tipps und Tricks aus diesem neuen Buch anwenden.**

Wenn Sie jetzt sagen: „Ach nee, nicht schon wieder so ein Ratgeber über Vorsorge, Vermeiden, Verzicht und Vorbeugen – ich rufe die Feuerwehr ja auch erst, wenn es brennt“, kann ich Sie vollauf verstehen. Ich dachte lange Zeit auch so.

Dann darf ich Ihnen an dieser Stelle diese kleine Geschichte erzählen: Vor etwa zwei Jahren begannen meine zunächst fast harmlosen Beschwerden. Schulter- und Nackenprobleme, Schmerzen – klare Sache: zu langes Sitzen vor dem Computer und zu wenig Bewegung. Nach ein paar Wochen gesellten sich dann auch noch hartnäckige Kopfschmerzen dazu – **bisher hatte ich noch nie Kopfschmerzen**. Kein Problem: Ab und zu eine Spritze vom Arzt und zwischendurch ein paar Schmerztabletten.

Allmählich gab es allerdings doch Probleme: Die Beschwerden und vor allem die Kopfschmerzen kamen in immer kürzeren Abständen – und immer heftiger und bohrender. Die Arztbesuche wurden häufiger und der Tablettenkonsum wuchs immens. Als dann auch noch andauerndes Kribbeln und Taubheit in den Fingern und den Händen dazu kamen, gab es Massagen und Physiotherapie.

Und ich machte mir langsam **ernsthaft Sorgen um meine Gesundheit ...** „Es brennt, es brennt – Feuerwehr!“, hätte ich inzwischen am liebsten verzweifelt gebrüllt. Es kam dann aber glücklicherweise ...

**... der richtigen Tipp zur richtigen Zeit.**

Eine kleine, kurze, 2-minütige Übung – so wie Zähneputzen. **Die Kopfschmerzen waren schlagartig weg**, auch das Kribbeln und die Taubheit in den Fingern und den Händen ließen allmählich nach. Mein Arzt und meine Physiotherapeutin haben mich seither nicht mehr gesehen! Aber was noch viel besser ist: **Ich brauche absolut keine Schmerztabletten mehr!**

**Sie sehen: kleiner Aufwand – aber ein wunderbares Ergebnis!**

Inzwischen ist mir diese einfache, tägliche Übung in Fleisch und Blut übergegangen – Routine eben, so wie regelmäßiges Zähneputzen. Ob diese kleine Übung auch bei Ihrem Kopfschmerz hilft, können Sie jetzt durch das Buch „**Ein Leben OHNE Kopfschmerzen**“ herausfinden, aber sehen Sie selbst:

- ✓ Die 8 Statistiken, die auf Seite 10 aufgelistet sind, geben Aufschluss darüber, in welchem Ausmaß welche Kopfschmerzen Millionen Leidtragender in der ganzen Welt quälen ...  
**wollen Sie weiterhin zu einer dieser Statistiken zählen?**
- ✓ Die Art des Kopfschmerzes, unter dem Sie wahrscheinlich leiden, ist ab Seite 10 aufgeführt – neben den häufigsten Ursachen, die Sie herausfinden müssen, damit Sie

### **Ihre Kopfschmerzen an der Wurzel packen.**

- ✓ Bevor Sie die Kopfschmerzen daran hindern können, jemals wieder in Ihren Kopf zu kriechen, müssen Sie verstehen, wie die für gewöhnlich friedliche Interaktion der 4 „Zentralen Elemente“ auf Seite 16 „überschnappen“ können und zu diesen furchtbaren Kopfschmerzen führen, die Sie nur zu gut kennen.
- ✓ **Bahnbrechende Neuigkeiten:** Mediziner haben 3 neue Ursachen für Kopfschmerzen entdeckt, die nichts mit dem Gehirn zu tun haben! Auf Seite 16 finden Sie heraus, wie der fiese Kopfschmerz von Regionen ausgelöst werden kann, die Sie niemals auf Ihrem Zettel hätten!
- ✓ Spannungskopfschmerzen hämmern mit ihrem pulsierenden Schmerz auf mehr Köpfe ein, als jede andere Art von Kopfschmerzen. Sie werden fast immer von diesen 5 Ursachen, die auf Seite 21 auftauchen, ausgelöst!
- ✓ Wenn starke Spannungen Sie nachts wach halten oder Sie tagsüber einen „dicken Kopf“ haben, denken Sie nicht einmal daran, die 3 sogenannten „schnellen Hilfen“ von Seite 27 anzuwenden. **Diese werden Ihren Kopfschmerz nur wie eine wilde Bestie füttern** ... genau wie ein Getränk, das fast jeder, ohne überhaupt nachzudenken, trinkt!
- ✓ Wann immer Ihr Kopf anfängt zu pochen, fühlt es sich jemals so unerträglich an, dass Sie wissen, dass es nicht nur ein Kopfschmerz ist? Wenn es durch die 4 Symptome von Seite 29 begleitet wird, **leiden Sie vielleicht an der schlimmsten Art von Kopfschmerzen!**
- ✓ Wenn Sie unter Migräne leiden und irgendwelche der 11 Dinge tun, die auf Seite 30 beschrieben werden, können Sie das Feuer für einen Kopfschmerz auslösen, den Sie sich nicht ausmalen können! (Hinweis: Wahrscheinlich tun Sie eines der Dinge gerade jetzt!)
- ✓ Migräne kann wie ein Tornado aus dem Nichts auftauchen, aber mit

### **den 9 Behandlungsmöglichkeiten für Zuhause**

von Seite 31, sind Sie in der Lage sie zu lindern, bevor sie sich richtig ausbreiten kann!

- ✓ Wahrscheinlich glauben Sie, dass Ihre Migräne schlimmer schmerzt, als das, was andere erleben, aber wenn Sie auf Seite 32 blättern, dann sehen Sie, dass Sie nicht alleine sind ... besonders dann, wenn Sie sich mit anderen Leidtragenden in einer der dort aufgeführten Selbsthilfegruppen zusammenschließen und so an „Insiderwissen“ kommen!
- ✓ Wenn das „Migräne-Monster“ das nächste Mal seine Klauen nach Ihrem Kopf ausstreckt, dann sollten Sie einen Stift, ein Stück Papier und Seite 33 in Ihrer Nähe haben, sodass Sie einen „Abwehrplan“ erstellen können, mit dem sind Sie

### **der Migräne immer einen Schritt voraus!**

- ✓ Es ist egal, ob sie durch Tierfell, Pollen oder den komischen kleinen Nüssen im chinesischen Essen ausgelöst werden – wenn Sie unter Allergie-Kopfschmerzen leiden, dann müssen Sie sich Seite 36 ansehen und sich mit den Heilmitteln bewaffnen, die jede Allergie bei ihren Wurzeln packt.

- ✓ Sobald der Frost im Winter eingesetzt hat, bestrafen Ihre Nebenhöhlen Ihren Kopf mit den schlimmsten Kopfschmerzen? Bekämpfen Sie diese, indem Sie sie mit den 7 sofort anwendbaren Heilmitteln überfallen, die auf Seite 38 enthüllt werden ... die ein Töpfchen mit einem „einfachen Etwas“ enthält, das man **in jedem Supermarkt um die Ecke** kaufen kann!
- ✓ Nicht einmal Ärzte können den Zusammenhang zwischen Depressionen und Kopfschmerzen erklären, aber

### **unzählige Menschen, die darunter litten, schwören auf die 4 Tipps und Tricks von Seite 39!**

- ✓ Wenn Sie die letzten Nächte nicht so fest geschlafen haben, wie Sie gern würden, dann befinden Sie sich vielleicht in der **Vorstufe einer potenziell tödlichen Krankheit**, deren einziges Anzeichen leichte Kopfschmerzen sind! (Seite 40)
- ✓ **Bevor Sie einen Fuß über die Schwelle einer Arztpraxis setzen**, stellen Sie sicher, dass Sie alle Antworten auf die Fragen, die Sie auf Seite 43 finden, vorbereitet haben und verlangen Sie, dass diese gestellt werden!
- ✓ Die 4 Medikamente, die auf Seite 47 zusammen gefasst sind, helfen, um Kopfschmerzen zu lindern ... aber kennen Sie alle möglichen Nebenwirkungen und wichtigen Informationen, die nur denen vorbehalten sind, die einen Blick auf **die blanke Wahrheit über diese bekannten Arzneimittel** werfen?
- ✓ Sie können all die Medikamente schlucken, die Sie in die Hände bekommen. Aber wenn Ihr Kopfschmerz noch immer nicht schwächer geworden ist, dann schließen Sie die Tür des Arzneimittelschranks und ziehen Sie die 4 unkonventionellen Therapien, die auf Seite 51 beschrieben sind, in Betracht:

### **Diese können selbst die wütendsten Kopfschmerzen stoppen!**

- ✓ In einer aktuellen Studie konnte diese wahnsinnig beliebte kosmetische Behandlung **Kopfschmerzen bei – seien Sie bereit hierfür – Neunzig Prozent der Patienten vertreiben**, sogar, nachdem 3 der sogenannten „Standartbehandlungen“ in jedem Bereich scheiterten, Seite 52.

### **Durchbrechen Sie diesen Teufelskreis!**

... warum ausgerechnet Schmerz- und Migränemittel chronische Kopfschmerzen auslösen können, lesen Sie auf Seite 62.

- ✓ Welche Nuss als positive Nebenwirkung auch bei Kopfschmerzen helfen kann ... Seite 73.
- ✓ Sie kommen schnell außer „Puste“ oder leiden häufiger unter Wadenkrämpfen? Dann könnte dieses Mittelchen von Seite 74 auch bei Ihren Kopfschmerzen wirken.
- ✓ **Welche sanfte Therapieform bei 90 Prozent von Migräne-Attacken hilft**, lesen Sie auf Seite 90.

### **„Migräne könnte man heilen ...“**

... lesen Sie mehr über diese bahnbrechende Hypothese auf Seite 91!

- ✓ Wie ein gesunder Schlaf nicht nur das allgemeine Wohlbefinden steigert, sondern auch Ihre Kopfschmerzen vertreiben kann ... ab Seite 125.
- ✓ Hier finden Sie **Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen**: Seite 136.

### **Was Stress mit Ihren Kopfschmerzen zu tun hat ...**

... und was Sie dagegen machen können, lesen Sie ab Seite 139. Stress wird aber auch für Asthma, Atemprobleme, Rückenschmerzen, Muskel- und Gelenksbeschwerden, erhöhten Blutdruck, Herzprobleme, ein geschwächtes Immunsystem, Schlaflosigkeit und andere gesundheitliche Probleme verantwortlich gemacht.

- ✓ ... und noch vieles mehr auf 196 Seiten!

Stellen Sie sich vor, Sie wachen jeden Morgen auf, können **schmerzfrei durch den Tag schreiten** und müssten diese lähmenden Kopfschmerzen nie wieder spüren. Man sagt, wenn Sie träumen können, **dann können Sie es auch!** Also nutzen Sie die Tipps und Tricks, die wir Ihnen in diesem Buch verraten und vertrauen Sie darauf, dass auch Sie bald schmerzfrei leben werden.

Lassen Sie den Kopfschmerz nicht länger Ihr Leben bestimmen. Nehmen Sie ab sofort das Zepter wieder selbst in die Hand und sagen, wo es lang geht!

Die Empfehlung kann daher nur lauten: Gleich den Bestellschein ausfüllen und ab aufs Fax: 0 72 44 – 72 20 92 oder in den Briefkasten.

Ihr

  
Martin Pritzkow, Verlagsleiter

**PS:** Entschlossenheit zahlt sich sofort aus: Wenn Sie „**Ein Leben OHNE Kopfschmerzen**“ innerhalb von 14 Tagen bestellen, zahlen Sie statt 59 Euro lediglich den **Sonder-Preis von 49 Euro**. **Sie sparen damit bereits vorneweg 10 Euro** gegenüber dem späteren Regulär-Preis!

**PS 2:** Ich gebe Ihnen folgende umfangreiche 30-tägige **Geld-zurück-Garantie**: Sollte Ihnen das Buch aus irgendeinem Grund nicht gefallen, können Sie es innerhalb von 30 Tagen zurücksenden und bekommen rasch und anstandslos den Kaufpreis des Buches erstattet – ohne Wenn und Aber.



**FAXEN Sie jetzt: 0 72 44 – 72 20 92**

## Bestellschein B800

Bitte sofort (innerhalb von 14 Tagen) **per Fax an 07244/722092** schicken. Oder per Post an die **mp Medien und Service UG, c/o Verlagsgruppe Kirchmeier, Postfach 1224, 76353 Weingarten.**

Vorname, Name / Firma

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Wenn Sie zukünftig über interessante Angebote und Neuigkeiten aus unserer Verlagsgruppe kostenlos online informiert werden möchten, dann geben Sie bitte hier Ihre E-Mail-Adresse an.

**Meine E-Mail-Adresse:**

(bitte in Druckbuchstaben)

Sie können der Nutzung Ihrer Daten für Werbezwecke jederzeit bei der mp Medien und Service UG (haftungsbeschränkt) widersprechen, Fontanestr. 7, 76356 Weingarten, E-Mail: mpMedien@online.de, Tel. 0 72 44 / 20 58 137, Fax: 0 72 44 / 72 20 92, Registergericht Mannheim HRB 720248, Geschäftsführer: Dipl.-Ing. (FH) Martin Pritzkow

**Ja!** Ich möchte endlich ohne Kopfschmerzen leben und jetzt die Tipps und Tricks kennenlernen, die mir dabei helfen können!

Bitte schicken Sie mir daher umgehend das Buch

„**Ein Leben OHNE Kopfschmerzen**“ mit 196 Seiten im Großformat A4:

**zum reduzierten Sonder-Preis von 49,- Euro**  
(zzgl. 3,50 € Versandkostenanteil)

### Die Bezahlung erfolgt

- per beiliegendem Scheck
- per Nachnahme (zzgl. 6,- € Versandkostenanteil und 2,- € Postinzugsgebühr)
- per Rechnung (nur für Stamm-Kunden möglich!)
- per Bankeinzug mit SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige die mp Medien und Service UG (haftungsbeschränkt), Fontanestr. 7, 76356 Weingarten, Gläubiger-Identifikationsnr.: DE92ZZZ00001475332 (Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt), Zahlungen bei Fälligkeit von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich hiermit mein Kreditinstitut an, die von der mp Medien und Service UG (haftungsbeschränkt) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Kontoinhaber, Vorname und Name

Anschrift (falls von der oben genannten abweichend), Straße, Hausnummer, Postleitzahl und Ort

Name des Kreditinstituts (genaue Bezeichnung)

D E \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_  
IBAN (22-stellig) | (BLZ) | (Kontonummer)

Datum

Unterschrift

**Ich erwarte jetzt schnellstens Ihre Lieferung!**

Sie haben eine ausgedehnte **30-tägige Geld-zurück-Garantie**: Sollte Ihnen das Buch aus irgendeinem Grund nicht gefallen, können Sie es innerhalb von 30 Tagen zurücksenden und bekommen rasch und anstandslos den Buchpreis erstattet.

