

# Kaos i Kvinnohjärnan : Balansera dina hormoner och signalsubstanser på ett naturligt sätt

av: Mia Lundin

---

**Antal sidor:** 194

**Förlag:** The Center for Hormonal and Nutritional Balance Inc

**Utgiven:** October, 2011

LADDA NER

LÄSA



## Description:

Befinner du dig i en känslomässig berg- och dalbana? Känns det som att du håller på att tappa greppet och bli tokig? Ena minuten är du ilsken och skäller ut dina vänner och dina kära. Nästa minut gråter du och vill att någon ska hålla om dig. Du känner dig överväldigad, sorgsen eller rädd utan påtaglig anledning. Du tycker att det är svårt att stänga av din oroliga hjärna för att kunna somna och vaknar ofta mitt i natten med vidöppna ögon och bultande hjärta. Du kämpar så mycket du orkar för att komma framåt men inombords känns det som om du håller på att brista. Många kvinnor känner sig precis som du och hoppas och ber om ett slut på sitt elände.