Cheatography

Anxiety_knowledge Cheat Sheet

by heroarthur via cheatography.com/78841/cs/19182/

IBS SIBO

zla flora jelitowa utrudnia produkcje serotoniny, moze dawac miejsce do wytwarzania substancji depresyjnych

Substancje uspokajające

B1 B3 B6 -50-100mg B12 - 500mg miętowy olejek eteryczny (czysty, zdatny do spożycia)

DPSD

ambrowe okulary - zmniejszenie zaburzen produkcji serotoniny

zmniejszenie ekspozycji na światło widzialne - fototerapia

Treatment

CBT , meditation

By **heroarthur**
cheatography.com/heroarthur/

Not published yet.
Last updated 23rd March, 2019.
Page 1 of 1.

Sponsored by **Readable.com**
Measure your website readability!
https://readable.com