

Lunge - Atme dich frei

Die Lunge hat ihre größte Aktivität in der Zeit von 3 Uhr bis 5 Uhr in den Morgenstunden. Deshalb haben Kinder auch ihre nächtlichen Hustenanfälle oft genau in dieser Zeit.

Die Lunge steht in engen Zusammenhang mit dem Dickdarm. Darmrevitalisierung ist bei jeder Form von Lungenbelastung empfehlenswert.