



Ursula Martha Elster

Praktische Ärztin

hausärztliche, diabetologische,
psychosomatische Grundversorgung,
Notfallmedizin,
naturheilkundliche Ganzheitsmedizin,
Ayurvedaärztin

Ärztehaus 97 / 2. Stock (Aufzug)
81477 München, Herterichstr. 97

Öffnungszeiten

Mo. und Di. 07:30 - 12:30 Uhr u. 16:30 - 19:30 Uhr
Do. und Fr. 07:30 - 12:30 Uhr

Arzt-Sprechstunden

Mo. und Di. 09:00 - 12:00 Uhr u. 17:00 - 19:00 Uhr
Do. und Fr. 09:00 - 12:00 Uhr

Tel.: +49 89 79 65 95; Mobil: +49 172 9616072

Fax: +49 89 790 42 90

www.die-doktorin.de * www.tri-sana.de

Heißwassertrinkkur

1,5 Liter Wasser 10 Minuten lang wallend kochen lassen.

Dann 2 Min stehen lassen, bis sich die Schwebstoffe abgesetzt haben oder über Kaffeefilter abseihen.

1 Liter in eine Thermoskanne abfüllen.

Das Wasser über den Tag verteilt schluckweise und möglichst warm trinken.

Viel Erfolg beim Entschlacken

München,

Ursula M. Elster
Prakt. Ärztin