



Welchen Einfluss hat die psychische Gesundheit auf das Immunsystem?

---

---

---

---

Was ist ein Placebo-Effekt?

---

---

---

---

Wieso fühlen wir uns meistens schlapp, bevor wir wirklich krank werden?

---

---

---

---

---

Welche Rolle spielt der Darm bei Stress?

---

---

---

---

---

---

---



**Welche psychischen Faktoren können das Immunsystem unterstützen? Was kann man gegen Stress tun und somit präventiv gegen ein geschwächtes Immunsystem?**

---

---

---

---

---

---

---

**Wie entspannt, zufrieden fühlst du dich heute von 1-10? Weshalb?**

---

---

---

---

---

**Was entspannt dich? Was tust du dir Gutes, wenn du gestresst bist?**

---

---

---

---

---

