

Kurztext

Prof. Dr. Aloys Berg / Andrea Stensitzky / Prof. Dr. Daniel König

Cholesterin senken

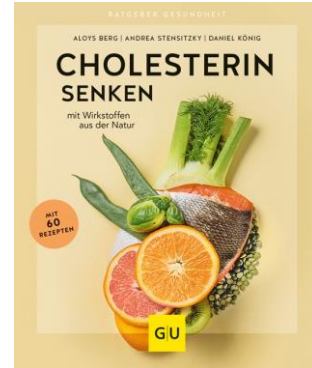
mit Wirkstoffen aus der Natur

128 Seiten, mit ca. 100 Farbfotos

Nicht definiert

14,99 € (D) / 15,50 € (A) / 21,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-7120-7



Von einem erhöhten Cholesterinspiegel ist in Deutschland rund ein Drittel der Bevölkerung betroffen. Mit zu viel LDL-Cholesterin im Blut steigt das Risiko für Herzinfarkt, Arteriosklerose und Schlaganfall. Was aber hilft wirklich, den Cholesterinspiegel dauerhaft auf ein gesundes Maß zu senken? Das Expertenteam zeigt in diesem Buch neben dem allgemeinen Grundwissen zum Thema, welche Lebensmittel ganz natürliche Cholesterinsenker sind. Mit Hilfe einer einzigartigen Kombinationsdiät lässt sich diese gezielte positive Wirkung auf die Blutfettwerte noch weiter steigern. Die 60 Rezepte im Buch sind cholesterinarm, lecker und einfach in der Zubereitung. Und das Beste: es funktioniert ohne Einnahme von Medikamenten!