



Presseinformation

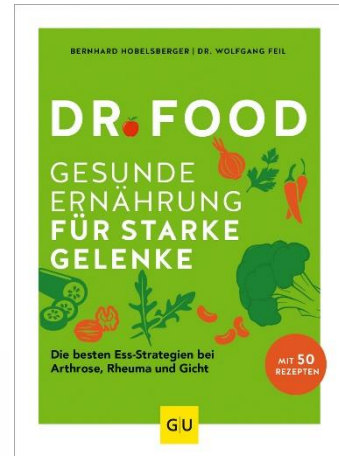
Dr. Wolfgang Feil
Bernhard Hobelsberger

Dr. Food – Gesunde Ernährung für starke Gelenke

Die besten Ess-Strategien bei Arthrose, Rheuma und Gicht

Umfang: 208 Seiten mit ca. 120 Fotos
Format: 17 x 35 cm, Hardcover
Preis: 22,00 € (DE)/ 22,90 € (AT)/ 30,90 SFr (CH)
ISBN: 978-3-8338-7886-2
Erscheinungsdatum: April 2021

 Auch als eBook erhältlich.



Das visuelle Erklärbuch zum Volksleiden „Gelenkschmerzen“ – mit großem Rezeptteil

Dr. Food lässt gesunde Ernährung erleben: Durch eine neuartige Form der visuellen Aufbereitung werden komplexe Themen leserfreundlich dargestellt – leichtes Erfassen und grundlegendes Verstehen garantiert. Dieser Band der Dr.-Food-Reihe stellt die "Gelenke" in den Fokus – die zentralen Schaltstellen unseres Bewegungsapparates. Schmerzen in diesen Körperregionen schränken uns daher ganz besonders in unserem täglichen Leben ein. In diesem Ratgeber erfahren Sie nicht nur, was Sie vorbeugend tun können, um Ihre Gelenke in Schwung zu halten, sondern auch, wie Sie mit gesunder Ernährung Gelenkschmerzen entgegenwirken können. Denn Heilung und Genuss schließen einander nicht aus – davon zeugen auch die 50 leckeren Rezepte in **Dr. Food für starke Gelenke**.

Der Journalist **Bernhard Hobelsberger** schreibt für das Magazin „Focus Gesundheit“ mit dem Themenschwerpunkt „Medizin“.

Dr. Wolfgang Feil – Sportwissenschaftler, Nährstoffspezialist und Bestsellerautor – verfügt über langjährige Erfahrung in der Beratung von Spitzensportlern, insbesondere bei Gelenkbeschwerden. Er leitet die Forschungsgruppe Dr. Feil, die in ihrem Gesundheitsportal neue wissenschaftliche Wege in der Medizin aufzeigt.