

Presseinformation

Dr. med Matthias Riedl

Heilen Sie ihren Diabetes

Blutzucker im Griff mit der 20:80-Methode
Hilfe auch für Typ-1 Diabetiker

Umfang: 192 Seiten mit ca. 120 Fotos

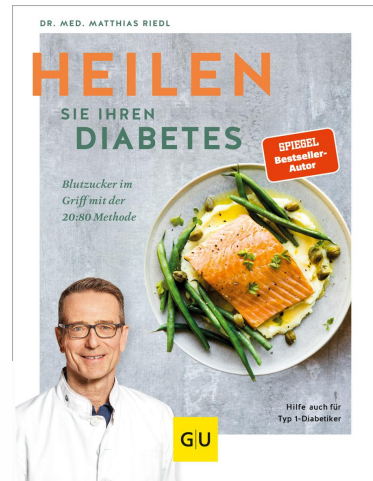
Format: 18,5 x 24,2 cm, Hardcover

Preis: 24,00 € (DE)/ 24,90 € (AT)/ 33,90 SFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-8027-8

Erscheinungsdatum: März 2022

 Auch als
eBook
erhältlich.



Das einzigartige Ernährungsprinzip bei Diabetes Typ 1 und Typ 2 von Diabetologe und Bestsellerautor Dr. Matthias Riedl

Den Blutzucker endlich in den Griff bekommen – mit einem neuen, lebensnahen Ansatz! In seinem neuesten Ratgeber „**Heilen Sie Ihren Diabetes**“ zeigt Deutschlands Topmediziner Dr. med. Matthias Riedl Schritt für Schritt, wie die von ihm entwickelte 20:80-Methode hilft, bei Diabetes Typ 1 Blutzuckerschwankungen und Gewichtszunahme zu vermeiden und Typ 2 sogar zu heilen. Dabei setzt er auf einfach umsetzbare Tipps, Checklisten, anschauliche Erklärungen und viele alltagstaugliche Rezepte. Die leichten Gerichte sind auch ideal zur Vorbeugung eines erhöhten Blutzuckerspiegels geeignet! Es fühlt sich fast so an, als stünde der Experte Dr. Riedl seinen Lesern persönlich zur Seite – mit diesem motivierenden Titel!

Dr. Matthias Riedl ist einer der renommiertesten deutschen Ernährungsmediziner. Der Diabetologe und Internist ist unter anderem Gründer des medicum Hamburg, Europas größtem Zentrum für Ernährung und Diabetes, sowie Berater für Krankenkassen und Fernsehsender. Seine diversen Tätigkeiten, Projekte, Vorträge und Vorlesungen entspringen dem übergeordneten Ziel, die Möglichkeiten einer optimierten Ernährung einem breiten Publikum zugänglich zu machen.