

25.10. 2011

Jutta Schütz im Kampf gegen die Kohlenhydrate

Von Christine Erdic



Bild Rechte

Christine Erdic

(Hannover, Deutschland)(PPS) In dem Begleitbuch zu ihren Kursen 'Essen wir zu viele Kohlenhydrate' klärt die Autorin Jutta Schütz über den falschen Umgang mit Kohlenhydraten und die dadurch entstehenden gesundheitlichen Schäden auf.

Alles Gescheite ist schon gedacht worden, man muss nur versuchen, es noch einmal zu denken (Goethe)- auch im Bezug auf Kohlenhydratarme Ernährung, so die Einleitung in dem Buch 'Essen wir zu viele Kohlenhydrate' von Jutta Schütz. In dem Buch wird auf die erheblichen Gesundheitsrisiken, die durch eine zu kohlenhydratreiche Ernährung entstehen, hingewiesen. Diabetes, Verstopfung, Migräne, Magen-und Darmgeschwüre und Epilepsie sind nur einige der Leiden, deren Ursprung in einem übertriebenen Kohlenhydratkonsum liegen soll. Kohlenhydrate werden vom Organismus in Zucker bzw. Glykose umgewandelt, dadurch kommt es zu einer hohen Ausschüttung von Insulin, die Glykose wird in Muskeln und Fettzellen als Fett gespeichert, so Schütz.

Seit Jahren schon wird dem Verbraucher dennoch eine kohlenhydratreiche Ernährung empfohlen und tierische Fette für allerlei Krankheiten bis hin zum Herzinfarkt verantwortlich gemacht. Die Frage ist, wer profitiert davon...nicht zuletzt der

medizinische Sektor, die Krankenversicherungen und die Lebensmittelindustrie. Schütz widerlegt diesen gefährlichen Irrtum anhand wissenschaftlicher Forschungsergebnisse und Beispiele in einer auch dem Laien verständlichen Ausdrucksweise.

Die Autorin berichtet des weiteren von besseren Heilungschancen bei Schizophrenie, Parkinson, Alzheimer und Autismus durch eine Umstellung auf eine kohlenhydratarme Ernährung (Law Carb)

Das Buch enthält auch Tabellen mit dem Anteil der Kohlenhydrate in verschiedenen Lebensmitteln, so dass der Leser sich selbst ein Bild über seine Nahrungszusammenstellung machen kann.

Es ist nicht nur ein wichtiger Ratgeber für Diabeteskranke, sondern für alle, die Wert auf Gesundheit und Lebensqualität legen.

Schütz wurde unter anderem durch ihr Bestseller-Buch 'Plötzlich Diabetes' vom tredition Verlag bekannt, das auch in die englische Sprache übersetzt wurde.

Die Autorin erkrankte selbst an Diabetes Typ2 und besiegte ihre Krankheit durch eine Nahrungsumstellung auf Law Carb.

Weitere Informationen zu ihren Büchern auf ihrer Webseite: <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

©by Christine Erdic

Über die Organisation:

Christine Erdic ist freie Journalistin sowie auch Schriftstellerin. Die deutsche Buchautorin lebt in Deutschland und zeitweise in der Türkei. Beruflich unterrichtet sie in der Türkei Deutsch für Schüler (Nachhilfe), sie gibt Sprachtraining an der Uni und macht Übersetzungen für türkische Zeitungen. Weitere Infos siehe Verlag tredition.

Pressekontakt:

Christine Erdic
Leinaustrasse
30451 Hannover

Tel.017625139881
info.christineerdic @ yahoo.de

Kategorie

Medizin & Gesundheit

Source URL: <https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/jutta-schuetz-im-kampf-die-kohlenhydrate>