Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

08.12. 2011

Merry Christmas – Low Carb Weltreise

Von Schuetz



Bild Rechte
Jutta Schütz

(Hagen) Nun leuchten sie wieder, die Weihnachtssterne und es duftet überall schon nach Anis und Zimt. Dies ist eine schwere Zeit nicht nur für Diabetiker. Dank der Ernährungsform Low-Carb dürfen auch Diabetiker diese schöne Zeit am Ende des Jahres genießen.

Buchbeschreibung bei amazon:
Low Carb ist keine neue Diät, sondern eine Ernährungsrevolution, die abwechslungsreich ist und außerdem sehr gut schmeckt. Es gibt seit dem Jahr 1940 beweisbare Studien, dass man verschiedenste Krankheiten durch eine kohlenhydratarme Ernährung heilen kann.
Low Carb ist ein englischer Begriff und bedeutet übersetzt wenig Kohlenhydrate. Essen wir zu viele Kohlenhydrate, verbrennt unser Körper weniger Fett, das gute HDL-

Cholesterin sinkt und die Triglycerid-Werte erhöhen sich. Dazu gibt es im Buch 152 Low Carb-Rezepte aus der ganzen Welt. Ungefähr 246 Millionen Menschen sind weltweit an Diabetes erkrankt. Bis 2025 wird die Zahl voraussichtlich auf 380 Millionen steigen. Was früher als Alters-Diabetes leichtfertig abgetan wurde, betrifft heute immer mehr junge Menschen.
Wer sich durch den Dschungel der Krankheit Diabetes gekämpft hat, muss sich als Patient auch im Urwald der Pharma- und Lebensmittelindustrie zurechtfinden. Dass die Diabetes-Produkte doch nicht so gut sind, haben wir nun alle begriffen. Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen ist es nicht empfehlenswert, Diabetes-Diätprodukte zu essen. Solche Lebensmittel enthalten zwar Zuckeraustauschstoffe, diese haben jedoch eine abführende Wirkung und können Bauchschmerzen sowie Durchfall verursachen. Außerdem haben diese Lebensmittel gegenüber herkömmlichen Produkten keinen Vorteil. Zu dieser Erkenntnis zu kommen, brauchten die vielen Ernährungsforscher über 30 Jahre. Es wurde viel daran verdient, gebracht hat es den Kranken nichts.
Low Carb ist keine neue Diät sondern eine Ernährungsrevolution, die abwechslungsreich ist und außerdem sehr gut schmeckt. Es gibt seit dem Jahr 1940 beweisbare Studien, dass man verschiedenste Krankheiten durch eine kohlenhydratarme Ernährung heilen kann. Gerade angesichts der Kostenexplosion im Gesundheitswesen sollte sich Jeder darauf besinnen, was er selbst für seine Gesundheit tun kann.
Low Carb ist ein englischer Begriff und bedeutet übersetzt wenig Kohlenhydrate. Essen wir zu viele Kohlenhydrate, verbrennt unser Körper weniger Fett, das gute HDL-Cholesterin sinkt und die Triglycerid-Werte erhöhen sich. Dazu gibt es im Buch 152 Low Carb-Rezepte aus der ganzen Welt: Südsee, Neuseeland, Australien, Japan, China, Indonesien, Philippinen, Singapur, Thailand, Birma, Indien, Sri Lanka, Vietnam, Malaysia, Chile, Uruguay, Brasilien, Peru, Mexiko, Ecuador, USA, Ostafrika, Westafrika, Marokko, Tunesien, Ägypten, Iran, Arabische Länder, Türkei, Griechenland, Rumänien, Bulgarien - und aus dem Saarland.

Buchdaten:
Low Carb Weltreise
Broschiert: 176 Seiten - Verlag: Tredition (4. März 2011) - Sprache: Deutsch
ISBN-10: 3842400845 - ISBN-13: 978-3842400849

Der Verlag „tredition“ aus Hamburg ist Mitglied im Börsenverein des Deutschen Buchhandels e.V.. Er verlegt und veröffentlicht Bücher zu transparenten Preisen.

Jedes Buch hat seinen Markt und seine Leserschaft und tredition möchte jedem Buch seinen speziellen Markt erschließen. Stöbern Sie doch mal durch die Webseite von tredition. Vom Krimi/Thriller über Fachliteratur zu Science Fiction/Fantasy/Horror, Lyrik/Poesie, Kochbücher bis zu Kids- und Teens-Bücher - für jede Persönlichkeit ist etwas dabei und ab sofort auch Bücher in der englischen Sprache.
Veröffentlichung nur mit Quellennachweis!

Über die Organisation:

Jutta Schütz (Schriftstellerin/Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man im Verlag „tredition“, im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien), fitgesundschoen.

Pressekontakt:

Jutta Schütz
Arndtstraße
D-58097 Hagen
info.schuetz09@googlemail.com
http://www.jutta-schuetz-autorin.de/
http://rezensionen.jimdo.com/

Kategorie
Freizeit & Vermischtes

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/merry-christmas-low-carb-weltreise*