



Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen!



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen!

Daniela Pfeifer, Vilmos Fux

Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! Daniela Pfeifer, Vilmos Fux

 [Download Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! ...pdf](#)

 [Online lesen Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! Daniela Pfeifer, Vilmos Fux

108 Seiten

Kurzbeschreibung

Die ketogene Ernährung ist ungesund und schmeckt nicht - so lautet oft das Vorurteil, auch unter Medizinern. In diesem Buch gehen Dr. med. univ. Vilmos Fux und die Diätologin Daniela Pfeifer genau auf die Funktionsweise der ketogenen Ernährung ein und klären über Mythen und Befürchtungen - sie sei ballaststoffarm, sehr fleischlastig und würde die Blutfettwerte erhöhen - auf. Schon lange ist die ketogene Ernährung als Therapie bei schwerem Übergewicht und der Epilepsie bekannt. Hier erklären die Autoren auf wissenschaftlicher Basis, wie diese Kost auch bei vielen anderen Erkrankungen wie Mb. Alzheimer, Mb. Parkinson, Multiple Sklerose, Akne, Stoffwechselerkrankungen und vieles mehr, therapeutisch angewendet werden kann.

Es wird erläutert, auf was man achten muss, auf typische Diätfehler und Kontraindikationen hingewiesen und wie man diese Ernährungsform in den Alltag am besten umsetzt: Denn genau hier scheitern oft sowohl Patienten als auch Ernährungsberater, da Ideen für schmackhafte Rezepte aus hochwertigen einfach zu findenden Zutaten (auch für Kinder) - und das auch noch ohne Gluten und Soja - oft fehlen. Ein Segen für Patienten, die diese Ernährungsform aus therapeutischen Gründen sehr strikt einhalten müssen. Weitere einfach umzusetzende und hochwertige Keto-Rezepte sowie eine detailliertere Anleitung zum Einstieg in diese Ernährungsform findet man im Buch: Keto-Basics, Glutenfrei. Sojafrei. Simple! ISBN 9-7837412-79706 von Daniela Pfeifer. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Daniela Pfeifer:

Die diplomierte Diätologin Daniela Pfeifer hat sich seit mehr als 25 Jahren der gesunden Ernährung verschrieben. Ihre Liebe zur LowCarb- und ketogenen Ernährung entdeckte sie durch ihre Arbeit mit onkologischen Patienten in der ProLife-Ordination in Innsbruck, sowie mit Menschen mit Stoffwechsel- und Autoimmunerkrankungen. Daniela Pfeifer ist von der Effektivität der kohlenhydratarmen bzw. ketogenen Kost durch zahlreiche positive Rückmeldungen von Patienten und Kursteilnehmern, sowie durch Selbsterfahrung überzeugt worden. Sie praktiziert selbst das, was sie in Kursen, Vorträgen und auch in ihren Büchern weitervermittelt: Durch die LowCarb-/ketogene Ernährung mit hochwertigen Zutaten erlangte sie mehr Vitalität, verbesserte Blutwerte und eine allgemeine Leistungssteigerung! Seit über 4 Jahren versorgt Daniela Pfeifer mit ihrem Blog LowCarbGoodies die Internetgemeinschaft mit köstlichen Rezepten, die sie Großteils in Eigenregie entwickelt und verfeinert hat. Seit 2014 bietet sie nun ihre Rezepte in Buchform und als e-Book an (siehe auch LowCarb-Basics, Glutenfrei. Sojafrei. Pur! ISBN 9-783735-793010; LowCarb-Brote & Co, Glutenfrei. Sojafrei. Simple! ISBN 9-783735-758378; LowCarb X-MasGoodies, Glutenfrei. Sojafrei. Köstlich! ISBN 9-783735-779663; LowCarb Torten&Co, Glutenfrei. Sojafrei. Traumhaft! ISBN 9-783734-764370; LowCarb Schmankerl, Glutenfrei. Sojafrei. Typisch! ISBN 9-783738-641561; Keto-Basics, Glutenfrei. Sojafrei. Simple! ISBN 9-7837412-79706).

Vilmos Fux:

Dr.med.univ. Vilmos Fux studierte Humanmedizin an der Medizinischen Universität Innsbruck und zeigt starkes Interesse für Präventions- und Ernährungsmedizin seit 2009. Er ist spezialisiert auf Lebensmittelintoleranzen, Fettsäuren und Ernährungstherapie bei Gicht, Reizdarm, metabolischem Syndrom und Diabetes, ketogene Ernährung bei Epilepsie und neurodegenerativen Erkrankungen. Vilmos Fux findet, es gibt keine gesunde Ernährung die exakt für jedes Individuum gleich auszusehen hat. Ernährung ist etwas sehr Individuelles. Im Falle von Erkrankungen benötigt jeder Patient, abhängig von seinem Leiden, eine auf ihn angepasste Ernährungstherapie. Dr. Fux gibt das - über Jahre erworbene Wissen - mittels Beiträgen in Blogs und Printmedien, Interviews in Videos und Podcasts an Ärzte, Pharmazeuten, Diätologen und Betroffene weiter.

Download and Read Online Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! Daniela Pfeifer, Vilmos Fux
#15D7BH6SQPY

Lesen Sie Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux für online ebook Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux Bücher online zu lesen. Online Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux ebook PDF herunterladen Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux Doc Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux Mobipocket Keto Info: Glutenfrei. Sojafrei. Wissen! von Daniela Pfeifer, Vilmos Fux EPub