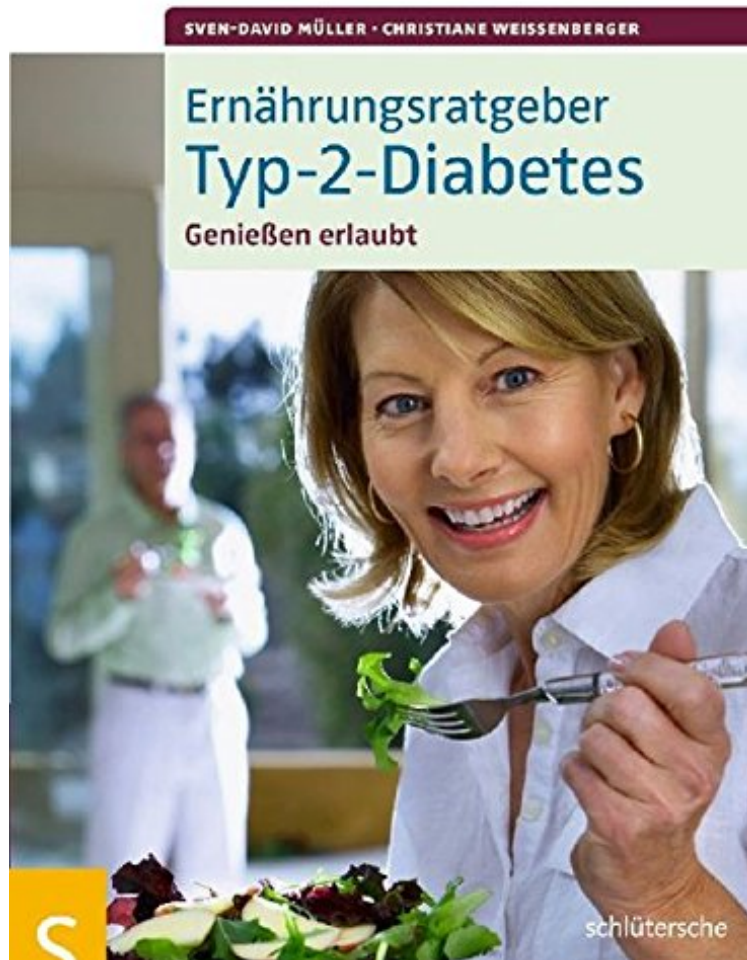


[Online library] Ernährungsratgeber Typ-2-Diabetes: Genießen erlaubt

Ernährungsratgeber Typ-2-Diabetes: Genießen erlaubt

Von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger
audiobook | *ebooks | Download PDF | ePub | DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #785430 in BcherVerffentlicht am: 2011-01-07Erscheinungsdatum:
2011-01-07Einband: Taschenbuch152 Seiten | File size: 48.Mb

Von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger : Ernährungsratgeber Typ-2-Diabetes: Genießen erlaubt before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Ernährungsratgeber Typ-2-Diabetes: Genießen erlaubt:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. welch ein Glck...Von der "DIENER"Nachdem die Diagnose: Diabetes (Typ 2) gestellt war, kamen fast nur noch VERBOTE. Was man alles NICHT mehr ESSEN UND TRINKEN drfte. Dieses Buch nimmt einem wieder die anfngliche "Essens/Trinkens-Verbots-Depression". Frisch und frhlich erklrt, was und wie alles mglich ist; mit vielen leckeren Rezeptideen. Das motiviert... ;-)
3 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Lesen fr Diabetiker Typ 2 sehr gutVon SiemsTolles Buch es wird alles sehr gut beschrieben. Auch die Tabelle ist sehr gut .Die Rezepteim Buch

sind sehr Lecker. 2 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Informativ Von MariaGuter berblick ber die Krankheit mit tollen Tipps zur Ergnzung mit Nhrstoffen. Im hinteren Teil gelungene Rezepte passend zum Thematik. Die 20 Tipps sind etwas lang gezogen und das Thema Bewegung knnte ausfhrlicher sein.

Pressestimmen Sven-David Mller ist selber Diabetiker und wei damit auch bestens, worauf es ankommt. Mit der Diabetesassistentin Christiane Weienberger erklrt er in seinem neuen Ratgeber, wie man seine Ernhrung als Diabetiker umstellen kann. Vorneweg stellt er die verschiedenen Diabetestypen vor und was die beste Therapie fr den Typ-2-Diabetiker ist. Dazu gibt es nicht nur Erklrungen wie und was das Insulin bewirkt, sondern erklrt wird alles, was ein Diabetiker ber Nhrstoffe Co. wissen muss. Sehr hilfreich sind in diesem Zusammenhang natrlich auch die 20 Tipps fr das tgliche Leben mit Diabetes. [...] Die Gerichte, die dann im 2. Teil des Buches vorgestellt werden, werden dann auch nicht nach BE = Broteinheit berechnet, sondern nach Kilokalorien. Im Rezepteteil gibt es 60 leckere Rezeptideen z.B. zum Frhstck, fr herzhaftes Mittagessen, aber auch kstliche Zwischenmahlzeiten. Auch Rezepte fr leichte Abendessen sind vertreten. Und auch die Naschkatzen unter den Diabetikern wurden nicht vergessen. [...] Viele appetitanregende Fotos und bersichtliche Zutatenangaben machen Lust darauf, die Rezepte auch nachzukochen, zumal bei vielen Gerichten die Zubereitungszeit nur 15 - 20 Minuten betrgt. [...] Dieses Buch ist geeignet fr alle Typ-2-Diabetiker bzw. fr alle, die Typ-2-Diabetiker bekochen. (Gesundheits-Bookshop.de) Ein gut verstdlich geschriebener Ratgeber, der die Volkskrankheit Diabetes aus der Sicht eines Betroffenen beleuchtet und viele gute Tipps zur Behandlung und Prophylaxe bietet. (Medienprofile des Borromusverein Bonn) Kurzbeschreibung Etwa jeder zehnte Deutsche leidet an Typ-2-Diabetes. Doch was wie ein Schicksal klingt, ist eher eine Aufgabe deren Lsung in einem durchdachten Speiseplan liegt. So knnen Betroffene ihre Situation auch ohne Medikamente deutlich verbessern. Wie das gelingt, erlutert dieser Ratgeber: auf medizinischem Fundament, aber fr jedermann verstdlich. Neben Musterplnen bietet der Ratgeber 60 Rezepte fr kstliche Speisen, se wie herzhaftes, und Tipps, die auch fr erfahrene Diabetiker noch Berraschungen bereithalten. ber den Autor und weitere Mitwirkende Der Gesundheitsexperte Sven-David Mller ist Bestseller-Autor von 170 Publikationen, die in zahlreichen Sprachen erschienen sind. 2005 erhielt er das Bundesverdienstkreuz fr seine besonderen Verdienste um die Volksgesundheit, insbesondere im Bereich Ernhrungsaufklrung sowie 2014 die Ehrenmedaille fr Kunst und Wissenschaft der sterreichischen Albert Schweitzer Gesellschaft. Sven-David Mller hat angewandte Ernhrungsmedizin studiert. Der staatlich anerkannte Diassistent und Diabetesberater der Deutschen Diabetes Gesellschaft ist erster Vorsitzender des Deutschen Kompetenzzentrums Gesundheitsfrderung und Dietik. Der Ernhrungsexperte Sven-David Mller ist selbst Diabetiker. Christiane Weienberger arbeitet als Di- und Diabetesassistentin in Wrzburg. Gemeinsam mit Sven-David Mller hat die Rezeptspezialistin bereits zahlreiche Ernhrungsratgeber verffentlicht.