

Tags: Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat e-bok apple; Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat MOBI download; Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat bok pdf svenska; Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat epub books download; Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat ladda ner pdf e-bok; Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat las online bok

Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat PDF E-BOK

Lina Nertby Aurell



Författare: Lina Nertby Aurell

ISBN-10: 9789174245684

Språk: Svenska

Filstorlek: 2147 KB

BESKRIVNING

Vad har goda bakterier, Platon, gröna bananer, vetenskapliga studier, kärlek och gurkmeja gemensamt? Att leva ett så friskt liv som möjligt är till stor del kopplat till vad du äter. Bloggen Food Pharmacy, som drivs av Mia Clase och Lina Nertby Aurell, handlar om just detta. Nu kommer också boken om hur du äter den mest hälsosamma och antiinflammatoriska maten, och allt serveras med en rejäl portion humor. Det här är en berättelse om inflammation, tarmflora, onda och goda bakterier, vetenskapliga studier, hypokondri, metaanalyser, gurkmeja och antiinflammatorisk mat - dessutom förklarat på ett mer lättillgängligt sätt än du någonsin kunnat ana. Självlärt med recept och fakta om de antiinflammatoriska hjältarna i köket - som du snart inte kommer att kunna vara utan. All fakta är väl underbyggd genom professor Stig Bengmark, f.d. chefskirurg och klinikchef på Lunds universitet, med över 30 års erfarenhet av forskning på magens bakterier och hur maten vi äter påverkar kroppen. Han menar att alla kroniska sjukdomar har en och samma orsak - ett uttröttat immunförsvar orsakat av kronisk inflammation. Därför ville Mia och Lina ta reda på hur man kan leva så antiinflammatoriskt som möjligt. Det kommer du också vilja.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier ...

Clase Mia. Food Pharmacy - En Berättelse Om Tarmfloror, Snälla Bakterier, Forskning Och Antiinflammatorisk Mat (Bok)

Food pharmacy : En berättelse om tarmfloror, snälla bakterier ...

Food pharmacy : En berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat. av Clase, Mia: Att leva ett så friskt liv som möjligt är ...

Food pharmacy : En berättelse om tarmfloror, snälla bakterier ...

Köp 'Food pharmacy : En berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat.' bok nu. Food pharmacy av Maria Clase och ...

**FOOD PHARMACY : EN BERÄTTELSE OM TARMFLOROR, SNÄLLA BAKTERIER,
FORSKNING OCH ANTIINFLAMMATORISK MAT**

LÄS MER