

Tags: Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos e-bok apple; Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos MOBI download; Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos epub books download; Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos bok pdf svenska; Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos las online bok; Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos ladda ner pdf e-bok

Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos PDF E-BOK

Lars-Erik Litsfeldt,Patrik Olsson,Birgitta Höglund



Författare: Lars-Erik Litsfeldt,Patrik Olsson,Birgitta Höglund

ISBN-10: 9789188729156

Språk: Svenska

Filstorlek: 3936 KB

BESKRIVNING

Efter att Lars-Erik Litsfeldt fått diagnosen typ 2-diabetes följde han slaviskt alla kostråd han fick från myndig heter och diabetesbroschyrer. Han höll en strikt diet på mycket kolhydrater och lite fett. Han tog sina mediciner. Ingenting hjälpte. Tvärtom blev hans hälsa stadigt sämre tills han en dag beslutade sig för att, i princip, göratvärtemot rekommendationerna. Istället för gröt och bröd till frukost fick det bli bacon och ägg. Det märkvärdiga som då inträffade var att hans värden började förbättras dramatiskt efter bara några få dagar ...Denna omvälvande erfarenhet ledde Lars-Erik Litsfeldt till att sätta sig in i forskningen kring diabetes och att skriva den bok som han själv skulle ha behövt läsa när han fick sin diagnos. Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos är en uppdaterad och utvidgad upplaga av Diabetes. Inte från 2009 som länge varit slutsåld. OM FÖRFATTAREN Lars-Erik Litsfeldt är författare och föredragshållare. Bland hans tidigare böcker kan nämnas Fettskrämd (2005), Ideologin, pengarna, kostråden (2007, med Per Wikholm), Kom igång med LCHF på 14 dagar (2012) och Låt bönen förändra ditt liv (2017, med Patrik Olsson). OM BOKEN En lärobok i egenbehandling som den egentligen skulle ha skrivits av diabetes experterna. Jörgen Vesti Nielsen överläkare Den bästa bok jag läst i ämnet. Tydligen behövs det en klok och välinformerad lekman för att skriva en bra populärvetenskaplig bok. Tänk om diabetikerna fick denna bok istället för de undermåliga broschyrer de får idag! Uffe Ravnskov med.dr, docent För en diabetiker som ännu inte insett fördelarna med LCHF där kan boken vara livräddande. Nej, jag anser inte att jag överdriver. Att ge bort boken till en sådan person kanske räddar ett liv. Andreas Eenfeldt ST-läkare, dietdoctor

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos - Lars-Erik ...

När Kicki fick sin diagnos bestämde hon sig för att ta ... När jag skulle behöva en ... Men det var förnedrande när de sa att min assistent inte fick ...

Diabetesboken jag skulle behövt när jag fick min diagnos - Lars-Erik ...

Är en tjej som fyllt 30 i sommar och jag fick min diagnos i ... Skakar när jag ska ta sprutan för att ...
.självlart vill jag inte att någon ska behöva leva ...

START | Diabeteshandboken

"Ibland undrar man om man ska behöva lägga sig på golvet och skrika för att någon ska lyssna", ... - Det var en torsdag när jag fick min diagnos.

DIABETESBOKEN JAG SKULLE BEHÖVT NÄR JAG FICK MIN DIAGNOS

LÄS MER