

Tags: Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna ladda ner pdf e-bok; Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna MOBI download; Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna las online bok; Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna epub books download; Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna bok pdf svenska; Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna e-bok apple

Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna PDF E-BOK

Soki Choi



Författare: Soki Choi
ISBN-10: 9789174248562
Språk: Svenska
Filstorlek: 4427 KB

BESKRIVNING

Har vi lagt en massa tid, energi och pengar på mediciner, självhjälpböcker, psykologer och andra terapier i onödan - när en enkel fekaltransplantation (bajsöverföring) egentligen var lösningen? Forskning visar nämligen att tarmbakterierna inte bara spelar en avgörande roll när det gäller vårt immunsystem. De verkar även spela en viktig roll i alzheimer, parkinson, autism, adhd, stress, ångest, depression med mera. Upptäckten av kopplingen mellan tarmbakterierna, tarmen och hjärnan är banbrytande och det mest spännande inom medicinsk forskning just nu. I den här boken berättar Soki Choi på ett fascinerande sätt om den mikrobiotiska revolutionen och de senaste genombrotten i forskningen om den så kallade microbiota-gut-brain axeln och hur den verkar kunna påverka din hjärna och psykiska hälsa. Soki ger också tips på hur mat kan bidra med goda bakterier och därmed stärka ditt immunförsvar och din hjärnhälsa. Och för att kickstarta din hjärna avslöjar hon sina bästa recept på kimchi och kombucha, alla fullproppade med goda bakterier. "Kimchi och kombucha är en innehållsrik bok med avseende på textmängd och fakta, men skriven på lättillgängligt sätt och kreativt formgiven." Motzi Eklöf, BTJ nr 20, år 2018

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Boktips: Kimchi och Kombucha - Happy M Kitchen

Kimchi och kombucha den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna : ny spännande forskning och fakta

Kimchi och kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna ...

LIBRIS titelinformation: Kimchi och kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna : ny spännande forskning och fakta / Soki Choi.

Kimchi och Kombucha : den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna ...

Den nya vetenskapen om hur tarmbakterierna stärker din hjärna. Forskning visar att tarmbakterierna inte bara spelar en avgörande roll när det gäller vårt ...

**KIMCHI OCH KOMBUCHA : DEN NYA VETENSKAPEN OM HUR TARMBAKTERIERNA
STÄRKER DIN HJÄRNA**

LÄS MER