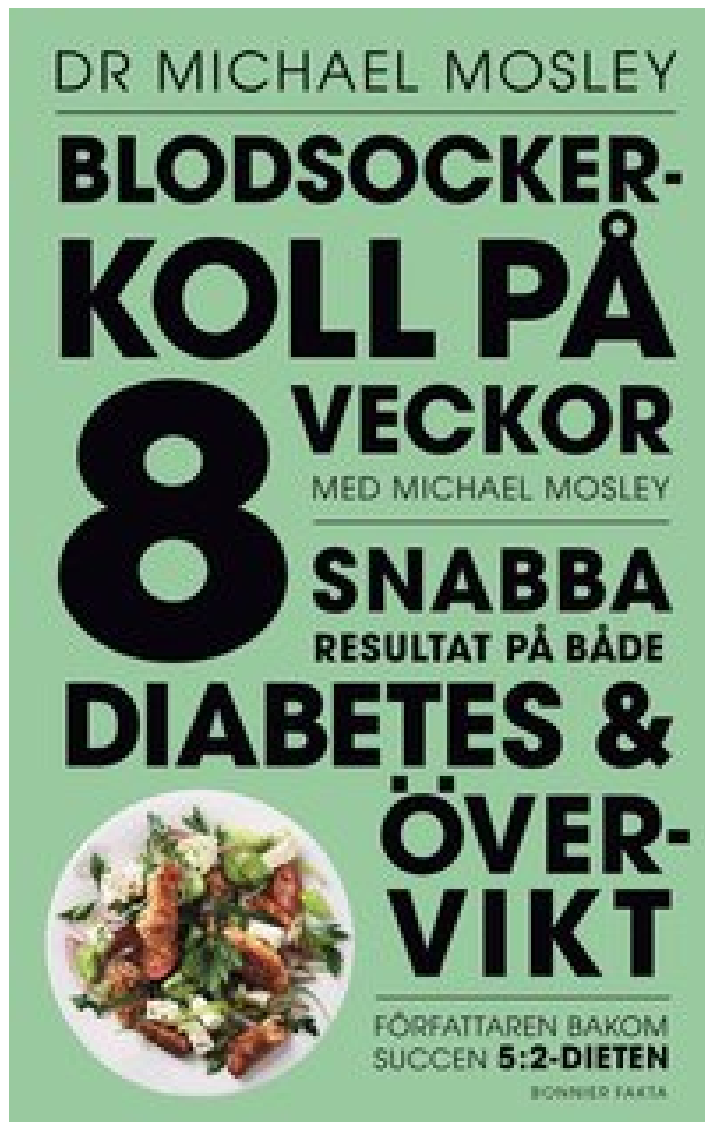


Keywords: Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt PDF pdf bok på svenska, ladda ner Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt ePUB, Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt las online, Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt download

Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt PDF

Dr Michael Mosley



Det här är bara ett utdrag ur Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Dr Michael Mosley
ISBN-10: 9789174247756
Språk: Svenska

Filesize: 1954 KB

BESKRIVNING

Ta kontrollen över ditt blodsocker och din hälsa på bara 8 veckor! Få koll på ditt blodsocker och påverka din hälsa samtidigt som du äter god och näringsrik mat. Michael Mosley, författaren till succéböckerna 5:2-dieten och 5:2-dieten kokboken, beskriver i Blodsockerkoll på 8 veckor vad du kan göra för att sänka ditt blodsockervärde. Den nya blodsockerdieten ger snabba resultat på både diabetes och övervikt. Förhöjt blodsockervärde är en av de stora dolda epidemierna i vår tid, och ökar risken för sjukdomar som diabetes typ 2, stroke, demens och cancer. Mer än en och en halv miljon människor i Sverige har förhöjda blodsockervärden - och de flesta vet inte ens om det. Över 400 000 personer har fullt utvecklad diabetes typ 2. Den mat vi äter idag, med mycket socker och snabba kolhydrater, gör oss överviktiga och bidrar till att höja blodsockervärdet. Genom att äta rätt under 8 veckor, med Michael Mosleys effektiva blodsockerdiet, förbättrar du både vikten och hälsan, och får ordning på ditt blodsocker. Boken ger hopp och inspiration. Här finns tester och praktiska tips. Tabeller som visar vilken mängd mat du kan äta. Lockande recept. Michael Mosley gör också upp med myten om att långsam viktminskning alltid är bättre än att snabbt gå ner i vikt; inte minst när det handlar om att förebygga eller bota diabetes typ 2. Michael Mosley är vetenskapsjournalist. Allt han skriver om är väl underbyggt. Den här boken har han arbetat med i två år.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt Dr. Michael Mosley (Inbunden)

Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt PDF ladda ner LADDA NER LÄSA Beskrivning Författare: Dr. Michael ...

Köp 'Blodsockerkoll på 8 veckor med Michael Mosley : snabba resultat på både diabetes och övervikt' bok nu. Ta kontrollen över ditt ...

BLODSOCKERKOLL PÅ 8 VECKOR MED MICHAEL MOSLEY : SNABBA RESULTAT PÅ BÅDE DIABETES OCH ÖVERVIKT

[Fortsätt läsa...](#)