

Keywords: Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat PDF pdf bok på svenska, ladda ner Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat ePUB, Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat las online, Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat download

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

Mia Clase, Lina Nertby Aurell



Det här är bara ett utdrag ur Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och antiinflammatorisk mat bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Mia Clase, Lina Nertby Aurell

ISBN-10: 9789174249729

Språk: Svenska

Filesize: 1057 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. Det här är den populära boken Food Pharmacy i mjukbandsformat 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, tarmfloror, onda och goda bakterier, vetenskapliga studier, hypokondri, metaanalyser, gurkmeja och antiinflammatorisk mat - dessutom förklarat på ett mer lättillgängligt sätt än du någonsin kunnat ana. Självklart 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. Fotograf: Ulrika Ekblom

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

2016, Inbunden. Handla online - Hos dig inom 1-3 arbetsdagar. Köp boken Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och ...

... för Food Pharmacy-podden (om ni inte ... forskning beskrivs som banbrytande och en ... hur den mat vi äter kan förhindra sjukdom och få ...

Pris: 208 kr. inbunden, 2016. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Food pharmacy : en berättelse om tarmfloror, snälla bakterier, forskning och ...

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

[Fortsätt läsa...](#)