

## **Mat helt enkelt : råd till dig med typ 2-diabetes PDF**

**Kristina Andersson**



***Det här är bara ett utdrag ur Mat helt enkelt : råd till dig med typ 2-diabetes bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.***



Författare: Kristina Andersson

ISBN-10: 9789172058903

Språk: Svenska

Filesize: 3876 KB

## BESKRIVNING

Mat helt enkelt - råd till dig med typ 2-diabetes är ett tydligt och pedagogiskt verktyg som är enkelt att använda i samtal med patienter med typ 2-diabetes. Broschyren innehåller enkla råd om mat till dem som är drabbade. Patienterna får en god överblick över sina kostvanor och hur de med enkla medel kan förändras till det bättre. Broschyren visar hur man med bra mat kan hålla blodsockret på en bra nivå, hålla en hälsosam vikt och minska risken för hjärt- och kärlsjukdomar. Mat helt enkelt är skriven av Hannah Hellegren, leg. dietist och granskad av Dietisternas referensgrupp för diabetes. Det här är en helt ny version av Mat helt enkelt med nytt innehåll av en ny författare.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Lär dig 13 enkla sätt att minska ... eliminera risken för att du utvecklar typ 2-diabetes. ... kan du med helt vanlig, läcker mat ändra balansen mellan ...

Gör det lättare att leva med diabetes + En helt ovanlig ... Behandling typ 2-diabetes + ... som exempelvis hur mycket du rört dig. Behöver du råd kring maten, ...

Bra matvanor kan till stor del påverka typ 2-diabetes. Med bra mat och ... De kan ge dig hjälp, råd ... Typ 2-diabetes allt vanligare. Det är inte helt klart hur ...

## **MAT HELT ENKELT : RÅD TILL DIG MED TYP 2-DIABETES**

[Fortsätt läsa...](#)