



Buch: Die wichtigsten Nahrungsergänzungsmittel

Artikelinformationen

Artikeleigenschaften:

Produkteigenschaften	
Darreichungsform	

Artikeldaten:

Artikelnummer	80028
---------------	-------

Produktbeschreibung

Uwe Gröber

"Von 1914 bis 2018 haben Lebensmittel wie Kohl, grüner Salat, Tomaten und Spinat etwa 90 Prozent ihres Gehaltes an Magnesium, Kalzium und Eisen verloren."

Die Qualität unserer Nahrungsmittel, unser moderner Lebensstil und unserer steigende Lebenserwartung haben immer mehr zur Folge, dass wir mit wichtigen Mikronährstoffen unterversorgt sind. Dabei ist den meisten Menschen nicht bewusst, welche Auswirkungen ein Mangel an Vitamin D, Magnesium, Eisen, Zink, Coenzym Q10 und Co. auf den Körper haben kann.

Uwe Gröber zeigt, welche Nahrungsergänzungsmittel bei Krankheiten und in besonderen Lebenssituationen wirksam empfehlenswert sind und wann mögliche Wechselwirkungen bestehen können.

Inhaltsstoffe:

Hinweise: