

Enders

Darm mit Charme

Alles über ein unterschätztes Organ

Der Millionen-Bestseller: endlich im Taschenbuch! Ausgerechnet der Darm! Das schwarze Schaf unter den Organen, das einem doch bisher eher unangenehm war. Aber dieses Image wird sich ändern. Denn Übergewicht, Depressionen und Allergien hängen mit einer gestörten Balance der Darmflora zusammen. Das heißt umgekehrt: Wenn wir uns in unserem Körper wohl fühlen, länger leben und glücklicher werden wollen, müssen wir unseren Darm pflegen. Das zumindest legen die neuesten Forschungen nahe. In diesem Buch erklärt die junge Wissenschaftlerin Giulia Enders vergnüglich, welch ein hochkomplexes und wunderbares Organ der Darm ist. Er ist der Schlüssel zu einem gesunden Körper und einem gesunden Geist und eröffnet uns einen ganz neuen Blick durch die Hintertür.

Ausgerechnet der Darm! Übergewicht, Depressionen und Allergien hängen mit einem gestörten Gleichgewicht der Darmflora zusammen. Das heißt umgekehrt: Wenn wir uns in unserem Körper wohlfühlen, länger leben und glücklicher werden wollen, müssen wir unseren Darm pflegen. Das legen die neuesten Forschungen nahe. In diesem Buch erklärt die junge Wissenschaftlerin und Ärztin Giulia Enders vergnüglich, welch ein hochkomplexes und wunderbares Organ der Darm ist. Er ist der Schlüssel zu Körper und Geist und eröffnet uns einen ganz neuen Blick durch die Hintertür. 'Sie hat medizinisches Wissen, das sonst nur Eingeweihten bekannt wird, für die breite Bevölkerung didaktisch exzellent aufbereitet.' FAZ 'Ein sehr lustiges, lehrreiches und lässiges Buch.' taz 'Unterhaltsam und verständlich geschrieben.' Brigitte 'Ihre erfrischende Art und ihre lockere Sprache bewirken vermutlich mehr als so mancher belehrende Medizinbeitrag.' Bild der Wissenschaft



11,99 €

11,21 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783548375892

Medium: Buch

ISBN: 978-3-548-37589-2

Verlag: Ullstein-Taschenbuch

Erscheinungstermin: 01.11.2021

Sprache(n): Deutsch

Auflage: Erscheinungsjahr 2021

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 248 g

Seiten: 304

Format (B x H): 120 x 187 mm

