



Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner

Ulrich Strunz

 **Download**

 **Online Lesen**

Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner Ulrich Strunz

 [Download Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - w...pdf](#)

 [Online Lesen Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - ...pdf](#)

Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner

Ulrich Strunz

Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner Ulrich Strunz

Downloaden und kostenlos lesen Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner Ulrich Strunz

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Lob der Vitamine – eine Streitschrift für unsere Gesundheit

Die Verunsicherung ist groß: Was bewirken Vitamine, was nicht? Ist die Einnahme von Zusatzstoffen gesund – oder schädlich? Dr. med. Ulrich Strunz stellt unmissverständlich fest: Vitamine sind lebenswichtig. Er erklärt, warum wir sie brauchen und welche erstaunlichen Wirkungen sie haben. Intensiv setzt er sich mit den Kampagnen der Vitamin-Gegner auseinander und enthüllt, wie eine kleine Lobby hier auf Kosten der Menschen Propaganda – und Geschäfte – macht.

Ulrich Strunz hat festgestellt, dass stets dieselben wenigen Studien als Beleg für die fragwürdigen Thesen der Vitamin-Gegner herhalten müssen – während gleichzeitig Hunderte anderer Studien über die positive Wirkung von Zusatzvitaminen verschwiegen werden. Dabei ist es in vielen Lebenslagen existenziell wichtig, Defizite auszugleichen. Kaum jemand nimmt beispielsweise genug Folsäure über grünes Gemüse zu sich. Fehlt jedoch Folsäure in der Schwangerschaft, kann es zu Fehlgeburten und Missbildungen kommen. Oder Vitamin D: In weiten Teilen Norddeutschlands scheint die Sonne nicht lange und kräftig genug, damit in der Haut Vitamin D gebildet werden kann – ein wichtiger Schutz vor Krebs, Herzinfarkt oder multipler Sklerose. Wissenschaftlich fundiert und für jedermann verständlich erläutert Dr. med. Ulrich Strunz für alle relevanten Vitamine, was sie tatsächlich bewirken, warum wir sie dringend benötigen und wie wir sie am besten zu uns nehmen. – Aufklärung für alle, die sich gut informieren wollen!

Kurzbeschreibung

Lob der Vitamine – eine Streitschrift für unsere Gesundheit

Die Verunsicherung ist groß: Was bewirken Vitamine, was nicht? Ist die Einnahme von Zusatzstoffen gesund – oder schädlich? Dr. med. Ulrich Strunz stellt unmissverständlich fest: Vitamine sind lebenswichtig. Er erklärt, warum wir sie brauchen und welche erstaunlichen Wirkungen sie haben. Intensiv setzt er sich mit den Kampagnen der Vitamin-Gegner auseinander und enthüllt, wie eine kleine Lobby hier auf Kosten der Menschen Propaganda – und Geschäfte – macht.

Ulrich Strunz hat festgestellt, dass stets dieselben wenigen Studien als Beleg für die fragwürdigen Thesen der Vitamin-Gegner herhalten müssen – während gleichzeitig Hunderte anderer Studien über die positive Wirkung von Zusatzvitaminen verschwiegen werden. Dabei ist es in vielen Lebenslagen existenziell wichtig, Defizite auszugleichen. Kaum jemand nimmt beispielsweise genug Folsäure über grünes Gemüse zu sich. Fehlt jedoch Folsäure in der Schwangerschaft, kann es zu Fehlgeburten und Missbildungen kommen. Oder Vitamin D: In weiten Teilen Norddeutschlands scheint die Sonne nicht lange und kräftig genug, damit in der Haut Vitamin D gebildet werden kann – ein wichtiger Schutz vor Krebs, Herzinfarkt oder multipler Sklerose. Wissenschaftlich fundiert und für jedermann verständlich erläutert Dr. med. Ulrich Strunz für alle relevanten Vitamine, was sie tatsächlich bewirken, warum wir sie dringend benötigen und wie wir sie am besten zu uns nehmen. – Aufklärung für alle, die sich gut informieren wollen!

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Ulrich Strunz ist praktizierender Internist, Molekularmediziner und Gastroenterologe. Schwerpunkt seiner ärztlichen und publizistischen Tätigkeit ist die präventive Medizin. In Vorträgen, Seminaren und TV-Auftritten begeisterte er viele Jahre lang Zehntausende von Menschen – und führte sie in ein neues, gesundes Leben.

Download and Read Online Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner Ulrich Strunz #4O3C8I0VTY9

Lesen Sie Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz für online ebook Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz Bücher online zu lesen. Online Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz ebook PDF herunterladen Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz Doc Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz Mobipocket Vitamine: Aus der Natur oder als Nahrungsergänzung - wie sie wirken, warum sie helfen Extra: Die fatalen Denkfehler der Vitamin-Gegner von Ulrich Strunz EPub