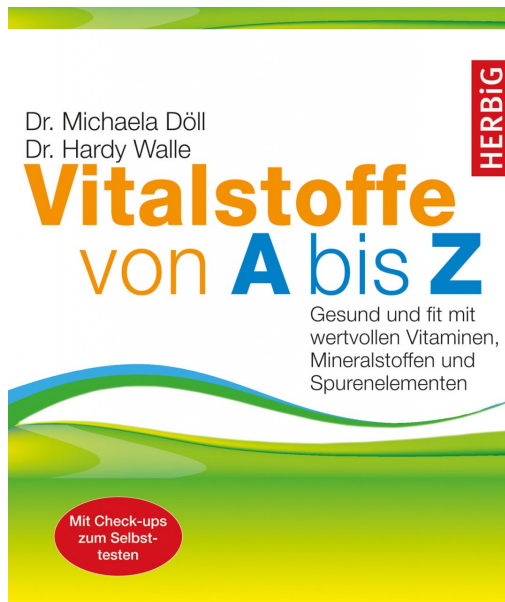


Vitalstoffe von A bis Z

Gesund und fit mit wertvollen
Vitaminen, Mineralstoffen und
Spurenelementen

Taschenbuch



15,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

177x147x22mm (LxBxH)

1. Auflage 2011

Seiten: 176

EAN: 9783776626636

Art.-Nr.: 42663

KOSMOS

Produktinformationen "Vitalstoffe von A bis Z"

Leistungs- und Stimmungstief, schwache Abwehr, schlechtes Hautbild, vorzeitige Alterungserscheinungen: Es gibt viele Beschwerden, die mit einer unzureichenden Versorgung an Vitalstoffen zusammenhängen, ohne dass wir uns dessen bewusst sind. Doch Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sind für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden unverzichtbar. Die Autoren informieren ausführlich über die gesundheitsfördernde Wirkung der einzelnen Muntermacher sowie über Mangelerscheinungen und „vitalstoffdichte“ Lebensmittel. Sie erläutern, welchen Einfluss Medikamente auf die Vitaminversorgung haben und bei welchen Krankheiten eine zusätzliche Versorgung mit Vitalstoffen besonders wichtig ist. Eine ideale Orientierungshilfe für alle, die sich im Dschungel der Vitalstoffkombinationen auskennen wollen. Mit Check-ups zum Selbsttesten

