



LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher)



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher)

Jan Niklas Stratbücker

LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) Jan Niklas Stratbücker

 [Download LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz ...pdf](#)

 [Online lesen LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintolera ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) Jan Niklas Stratbücker

300 Seiten

Kurzbeschreibung

Leiden Sie immer wieder an Bauchbeschwerden? Schmerzen, Blähbauch und Durchfall sind Anzeichen für eine Sorbitintoleranz.

Die Intoleranz beeinträchtigt Ihr ganzes Leben: Beruf, Freizeit – und natürlich auch Sex. Humorvoll, wissenschaftlich fundiert und verblüffend einfach erklärt Ihnen Ernährungsexperte Jan Stratbücker im Sorbitnavigator, wie Sie Ihren Körper wieder in den Griff bekommen.

Finden Sie endlich heraus, welche Lebensmittel unter Berücksichtigung aller neun Zuckeralkohole wirklich Sorbit enthalten. Weiterhin ermöglicht Ihnen das Buch durch Angabe der jeweils vertragenen Menge in Küchenmaßen und Gramm, Ihren Konsum solcher Produkte an Ihre Empfindlichkeit anzupassen. Mit A-Z Schnellregister und Alternativensuche via Kategorieverzeichnis. Zudem erfahren Sie, wie Sie mit dem Symptomverstärker Stress besser umgehen. Erobern Sie sich mit dem Sorbitnavigator Ihre Lebensqualität zurück!

Smart: Verträgliche Portionsgrößen für über 1111 Lebensmittel

Umfassend: Aufschnitt, Cerealien, Eis, Fast Food, Getränke und Süßigkeiten verschiedener Hersteller, sowie Obst und Gemüse

Praktisch: Erleichtert mit leckeren Rezepten und dem Spicknavi für unterwegs das Kochen und Einkaufen bei Sorbitintoleranz Über den Autor und weitere Mitwirkende

Jan Stratbücker beschäftigt sich seit 2006 intensiv mit der wissenschaftlichen Forschung zu

Unverträglichkeiten und deren praktischen Anwendung im Alltag. Damals wurde bei ihm nach einer heftigen Rotavireninfektion zunächst pauschal eine Laktoseintoleranz diagnostiziert. Bei seiner tatsächlich vorliegenden Intoleranz gegenüber Sorbit plagten ihn trotz seines Verzichts auf die bekannten sorbithaltigen Obstsorten Bauchbeschwerden. Dahinter steckten sorbithaltige Nahrungsmittel, die noch unbekannt waren. Darum entschloss er sich zu handeln. Er ist Gewinner des »innovate.healthcare« Wettbewerbs.

Download and Read Online LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) Jan Niklas Stratbücker #P30UI9ACFRZ

Lesen Sie LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker für online ebookLAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker 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 LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker Bücher online zu lesen. Online LAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker ebook PDF herunterladenLAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker DocLAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker MobipocketLAXIBA - Der Sorbitnavigator: Bei Sorbitintoleranz (Die Ernährungsnavigatorbücher) von Jan Niklas Stratbücker EPub