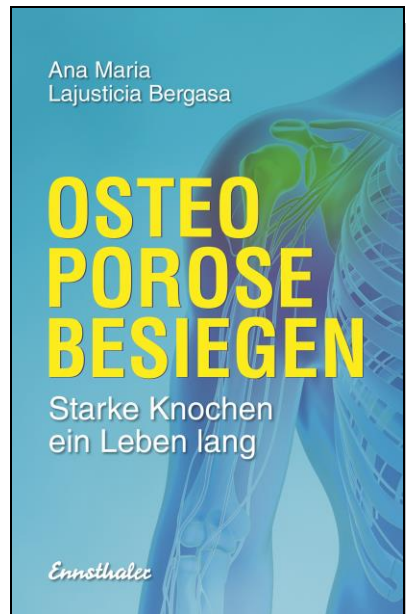


Starke Knochen ein Leben lang



Ana Maria Lajusticia Bergasa
Osteoporose besiegen
Starke Knochen ein Leben lang

ISBN 978-3-85068-961-8
Format: 21 x 13,5 cm, 104 Seiten, Broschur
Preis: CHF 16,90
Verlag Ennsthaler

Osteoporose ist eine Krankheit, bei der die Knochen immer brüchiger werden. Von der Volkskrankheit, die die Lebensqualität stark einschränkt, sind vor allem Frauen betroffen. Doch steife Knochen, Bänderrisse, Zerrungen und Gelenkschmerzen müssen nicht sein! Ana Maria Lajusticia Bergasa erklärt, wie es zur Entstehung von Osteoporose kommt und wie man sich dagegen wappnen kann. Eine Schlüsselrolle spielt Kollagen – ein Eiweißstoff und wesentlicher Bestandteil von Knochen, Knorpeln und Sehnen. Die in Gesundheitsbelangen erfahrene Spanierin legt einmal mehr ein fundiertes Sachbuch vor, das auch für Laien gut verständlich ist. Sie zeigt auf, wie leicht Kollagenmangel zu beheben ist, welche Nährstoffe für die Knochenbildung unerlässlich sind und wie unsere Knochen bis ins hohe Alter stark und stabil bleiben anstatt zu zerbröseln.

BZ 19893113 Lajusticia Bergasa: Osteoporose besiegen. Ennsthaler. KT. CHF 16.90

Preise sind BZ-Listenpreise inkl. MwSt
Bestellen Sie über ComelivresNet, sbzonline™, Web-Shop, Fax 062 209 26 27 oder schriftlich. Danke.

Kundennummer:	Firma:	Bestelldatum:
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>