

Z
O
O
M

VITAMIN D - DIE HEILKRAFT DES SONNENVITAMINS

Uwe Gröber,
F. Holick.
3ª Edizione
340 pagine,
illustrazioni a colori

Un manuale per capire come e perché stare meglio grazie alla vitamina D. In tutto il mondo la carenza di vitamina D rappresenta uno dei problemi di salute più comuni del nostro tempo.

Molte "malattie del benessere" trovano terreno fertile nella carenza di vitamina D: problemi cardiaci, ictus, diabete, sclerosi multipla

osteoporosi, per citarne solo alcuni.

La vitamina D nel giusto apporto è un'importante forma di prevenzione. Il volume spiega come la vitamina D possa migliorare la qualità della vita con numerosi suggerimenti, case studies e i risultati attuali di ricerche internazionali.

Il noto esperto di micronutrienti Uwe Gröber e l'importante ricercatore Michael F. Holick della Boston University sono gli autori di questo utile volume, destinato a un vasto pubblico di lettori, come ai professionisti del settore.

Per questi ultimi, in particolare, l'opera costituisce una valida opportunità di aggiornamento.

Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart
Website:
<http://www.wissenschaftliche-verlagsgesellschaft.de>

ARZNEIMITTEL ALS MIKRONÄHRSTOFF-RÄUBER

U. Gröber, K. Kisters
191 pagine, 62 immagini a colori

Il sottotitolo del volume,



edizione 2015, recita "Cosa il tuo dottore o farmacista dovrebbe farti sapere".

Gli autori partono da una semplice considerazione: le persone utilizzano regolarmente i farmaci.

Tuttavia, l'uso di pillole anticoncezionali, antibiotici, antiipertensivi, prodotti per abbassare il colesterolo, prodotti per il diabete, diuretici, prodotti per patologie gastrointestinali o contr l'osteoporosi può causare carenza di vitamine e minerali essenziali.

La carenza farmaco-correlata di micronutrienti è spesso la causa, non riconosciuta, di reazioni avverse al farma-

co. Sintomi quali stanchezza, depressione, difficoltà di concentrazione, irritabilità, fino ad alcune forme di demenza possono essere associate a tali carenze.

Essere informati di tali effetti insiderati consente di modulare al meglio le terapie e scegliere con oculatezza i farmaci più indicati, con evidenti riflessi positivi sul benessere generale dell'organismo.

Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart
Website:
<http://www.wissenschaftliche-verlagsgesellschaft.de>

