



Verdauungsprobleme können sehr qualvoll sein

Von *Schuetz*

Erstellt am 2 Mär 2018 - 10:13

Verdauungsprobleme können sehr qualvoll sein, sind aber in den meisten Fällen jedoch harmlos.

Mit der richtigen Ernährung können Sie massive Verdauungsprobleme bekämpfen. Neu im Handel – gibt es ein weiteres Low Carb Buch von Sabine Beuke und Jutta Schütz. Dieses Buch liefert Ihnen 53 leckere und einfache Low Carb Rezepte, mit denen Sie eine gesunde und ausgewogene Mahlzeit auf den Tisch zaubern.

Das Buch "LOW CARB für Berufstätige mit empfindlichem Darm" ist ab sofort bei über tausend Händlern zu bestellen. Auch wer unter dem Reizdarmsyndrom leidet, muss nicht auf leckeres Essen verzichten.

Alle Rezepte sind mit Kohlenhydratangaben in Gramm ausgewiesen!

Der kohlenhydratarme Ernährungsstil "Low Carb" hat sich nicht nur in der Verdauungsarbeit bei einem empfindlichen Darm (Reizdarm) sehr gut bewährt, auch ein gestörter Stoffwechsel beim Diabetes Typ 2 wird durch die Stabilisation des Blutzuckerspiegels korrigiert.

Damit die Ernährungsumstellung auf die kohlenhydratarme Ernährung (Low Carb) auch im Arbeitsalltag locker funktioniert, ist vor allem wichtig, dass sich die Rezepte gut vorbereiten lassen.

Es gibt viele verschiedene Verdauungsprobleme, wie etwa Sodbrennen, Völlegefühl, Bauchkrämpfe, Blähungen bis hin zu täglichen Durchfällen. Die meisten basieren auf einer falschen Ernährungsweise, die auf kohlenhydratreiche Kost zurückzuführen ist.

Um den Darm positiv bei seiner Verdauungsleistung zu unterstützen, kommt es auf die richtige Wahl der Ernährung an.

Buchtipps:

LOW CARB für Berufstätige mit empfindlichem Darm

Autoren: Jutta Schütz, Sabine Beuke

Verlag: Books on Demand

ISBN 978-3-7460-9751-0

4,99 EUR

Auch als E-Book erhältlich

Sabine Beuke wurde in Bremen geboren und hat bis heute über 38 Bücher geschrieben. Sie ist eine deutsche Schriftstellerin und Journalistin.

<https://sabinebeuke.de/> [1]

Jutta Schütz wurde im Saarland geboren und hat bis heute über 75 Bücher geschrieben. Sie ist eine deutsche Schriftstellerin und Journalistin.

<https://www.jutta-schuetz-autorin.de/> [2]

Die Low Carb Bücher der Autorinnen "Sabine Beuke & Jutta Schütz" haben sich einen festen Platz in den Bestsellerlisten und in der Presse erobert und sind auch als E-Books überall im Handel erhältlich. Weitere LOW-CARB Koch- und Backbücher finden Sie auf den Webseiten der Autorinnen.



Diese Presse darf ausschließlich zu informativen, persönlichen und NICHT-kommerziellen Zwecken verwendet werden. Sie dürfen diese Presse ansehen, drucken, kopieren und weitergeben unter folgenden Bedingungen: Die Presse darf nur verwendet werden für den persönlichen, nicht kommerziellen Gebrauch. Die Presse muss bei einer Kopie oder bei einem Teilausschnitt alle rechtlichen Informationen wie das Originaldokument sowie auch das Copyright-Recht „© 2018 Jutta Schütz“ enthalten. Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Sie hat bis heute über 75 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuauf Autoren bei der Veröffentlichung ihrer Bücher. Als Journalistin schreibt Schütz für viele Verlage und Zeitungen. Ihre Themen sind: Gesundheit, Psychologie, Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen, auf ihrer Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk.

Pressekontakt:

Jutta Schütz

Achenkamp 0

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@gmail.com [3]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [4]

www.die-gruppe-48.net [5]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 23:08): <http://medkom24.eu/node/23016>

Links:

[1] <https://sabinebeuke.de/>

[2] <https://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

[3] <mailto:info.schuetz09@gmail.com>

[4] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

[5] <http://www.die-gruppe-48.net>