

Wzmacniamy serce - naturalnie

Suzanne Diamond

Wzmacniamy serce - naturalnie

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Zdrowie i uroda

15,00 zł

numer katalogowy: ZD/0134
ISBN: 9788362103751
liczba stron: 72
format: 16 x 21,5 cm
oprawa: miękka

Flawonoidy należą do ważnych terapeutyków w Europie i są przepisywane przez lekarzy od ponad 50 lat. Wreszcie zyskują akceptację także w Ameryce Północnej. Ich korzystne działanie na układ sercowo-naczyniowy jest udowodnione naukowo i, co więcej, nie wywołują skutków ubocznych, które są częstym problemem po długotrwałej kuracji standardowymi lekami. Flawonoidy mogą wzmocnić również twoje serce, nawet jeśli przeszedłeś już zawał i istnieje ryzyko kolejnych. Autorka książki omawia wiele produktów żywnościowych i ziół, które szybko i bezpiecznie chronią i odwracają skutki takich schorzeń, jak:

- choroby serca
- zaburzenia krążenia
- obrzęki
- żylaki
- nieszczelne naczynia krwionośne.

W tej książce znajdziesz również proste rady na temat włączenia do swojej codziennej diety pokarmów i suplementów bogatych we flawonoidy. Szczególnie pomocne okażą się przygotowane przez autorkę przepisy na szybkie i smaczne śniadania, obiady, sałatki oraz pieczone pyszności.

O autorce:

Suzanne Diamond jest magistrem botaniki (1993) i pracuje obecnie jako konsultantka, pisarka i badaczka w branży medycyny zielarskiej. Zarówno w Kanadzie, jak i na arenie międzynarodowej jest dobrze znaną prelegentką w zakresie zdrowia naturalnego. Suzanne w przeszłości pracowała jako Dyrektor Edukacji w firmie Flora Manufacturing & Distributing Ltd. i opracowywała produkty ziołowe dostępne w Kanadzie i Stanach Zjednoczonych. Jej działalność obejmuje także opublikowane badania naukowe, szkolenia, oraz wywiady radiowe i telewizyjne. Autorka jest również wykładownicą na konferencjach dotyczących leków ziołowych.