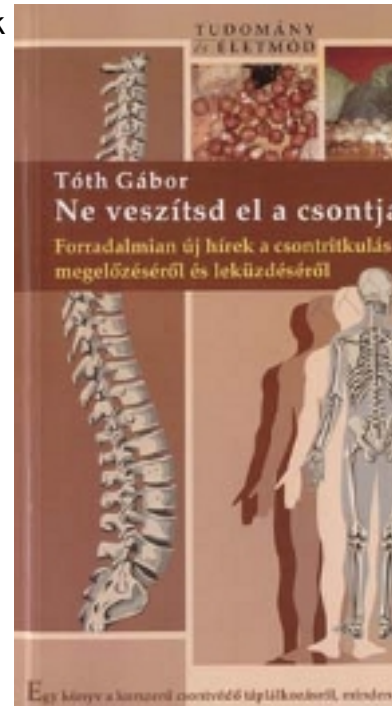


Az emberi csontrendszer állapotát tekintve is kimondható, hogy katasztrófák



világában élünk, hiszen a csonttritkulás példátlan méreteket öltött napjainkban. A csonttritkulás terjedésének jól meghatározható okai vannak, amelyeknek csak elenyésző hányada került be a köztudatba.

A javaslatok többsége megreked a tej- és tejtermékek ajánlásánál, jóllehet ma már kijelenthető, hogy ezek fogyasztása nem hozott valódi eredményt a betegség visszaszorításában.

Felvetődnek tehát a kérdések: Milyen tényleges okok állnak a háttérben? Miért marad el sok esetben a javulás? Milyen étrend nevezhető „csontbarátnak”, és milyen táplálékok előnytelenek az újabb kutatások fényében?

Tóth Gábor:

Ne veszítsd el a csontjaidat!

Forradalmian új hírek a csontritkulás

megelőzéséről és leküzdéséről

Pilis-Vet Könyvkiadó, 2008

Ára: 1690 Ft

Az emberi csontrendszer állapotát tekintve is kimondható, hogy katasztrófák világában élünk, hiszen a csontritkulás példátlan méreteket öltött napjainkban. A csontritkulás terjedésének jól meghatározható okai vannak, amelyeknek csak elenyésző hányada került be a köztudatba.

A javaslatok többsége megreked a tej- és tejtermékek ajánlásánál, jóllehet ma már kijelenthető, hogy ezek fogyasztása nem hozott valódi eredményt a betegség visszaszorításában.

Felvetődnek tehát a kérdések: Milyen tényleges okok állnak a háttérben? Miért marad el sok esetben a javulás? Milyen étrend nevezhető „csontbarátnak”, és milyen táplálékok előnytelenekek az újabb kutatások fényében?

A megelőzésben és kezelésben kulcsszerepet játszik a táplálkozás, azonban itt a kalciumbevitelnél jóval többről van szó. Az úgynevezett fehérjekérdéssel, a „nagy kalciumparadoxon”-nal, a káros szenvedélyekkel, a nyomelem-szabályozással és a fitoösztrogénekkal is kiemelten foglalkozunk könyvünkben, különös tekintettel a veszélyeztetett

korosztályokra. Valós alapokon és új megközelítésben tárgyaljuk az étrend és a csontozat rejtett összefüggéseit – az élelmiszer-ipari érdekek, táplálkozástudományi megalkuvások, hagyományokhoz való aggályos kötődés és egyéb „tabuk” figyelembevétel nélkül.

Megrendelhető a 06-20/772-2220-es telefonszámon,

vagy a pilisvet@gmail.com címen.