

Hilfe bei Intoleranzen

Eschborn (15.11.2016) – Laktose, Fruktose, Histamin oder Gluten: Immer mehr Menschen scheinen bestimmte Nahrungsmittel nicht zu vertragen. Eine Selbstdiagnose ist aufgrund der vielfältigen Ursachen für Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Kopfschmerzen jedoch schwierig. Der über Apotheken erhältliche Patientenratgeber „Das vertrage ich nicht“ von Erika Fink hilft Betroffenen beim Umgang mit Intoleranzen oder Allergien.



Erika Fink

Das vertrage ich nicht

Die besten Tipps für alle, die auf Fruktose, Gluten, Histamin oder Laktose reagieren

Gesundheit mit der Apotheke, 2017, Govi – ein Imprint der Avoxa Mediengruppe, 96 S., kartoniert, PZN 12471377, ISBN 978-3-7741-1337-4 € 11,90

Was passiert bei einer Histamin-Intoleranz im Körper? Wie wird eine Unverträglichkeit diagnostiziert? Welche Nahrungsmittel enthalten Laktose, Histamin, Gluten und Fruktose und wie gelingt dennoch eine ausgewogene Nährstoff- und Vitaminzufuhr? Erika Fink bietet mit diesem Buch ein Rundpaket an Informationen und Hilfestellungen. Auch die Medikamenteneinnahme, das Reizdarmsyndrom und Pseudo- und Kreuzallergien werden berücksichtigt. Ein Schnelltest gibt einen ersten Hinweis, ob ein Arztbesuch ratsam ist.

Erika Fink ist Apothekerin und seit über 30 Jahren in der Ausbildung im Bereich Ernährung aktiv. Sie schreibt regelmäßig in verschiedenen Publikationen über Ernährung, Diätetik und Gesundheit.

Die Ratgeber der Reihe „Gesundheit mit der Apotheke“ werden über den Buchhandel und in Apotheken zum Verkauf angeboten. Zuletzt sind die Titel „Blutwerte verstehen“, „Diabetes – Endlich Klarheit mit dem 5-Punkte-Plan“ und „Vegan – aber sicher“ in überarbeiteten Auflagen erschienen.

Pressekontakt:

Vanessa Roth

E-Mail v.roth@avoxa.de | Telefon +49 6196 928 - 249

Impressum

Avoxa – Mediengruppe Deutscher Apotheker GmbH
Apothekerhaus Eschborn | Carl-Mannich-Straße 26 | 65760 Eschborn
Verantwortlich im Sinne des Presserechtes: Metin Ergül, Peter Steinke, Geschäftsführer
Amtsgericht Frankfurt am Main HRB 9085 | USt-IdNr. DE 114 109 120