

Buch

Sogenannte Volkskrankheiten wie Gelenkschmerzen, Rheuma, Darmerkrankungen, Allergien und Diabetes breiten sich zunehmend aus. Trotz aller Unterschiede haben sie eins gemeinsam: Sie entstehen häufig durch chronische Entzündungen. Diese werden durch Stoffwechselfvorgänge ausgelöst und bleiben oft lange unerkannt. Gesunde Ernährung kann der Entstehung solcher Entzündungen vorbeugen.

Autorin

Silvia Bürkle ist Diplom-Ingenieurin und Ernährungstechnikerin mit Schwerpunkt Diätetik. Gemeinsam mit dem Ernährungsmediziner Dr. med. Wolf Funck entwickelte sie das Stoffwechselprogramm »Metabolic Balance«. Silvia Bürkle arbeitet als Dozentin in der Ernährungsberaterausbildung, Referentin in Heilpraktiker- und allgemeinbildenden Schulen und ist Autorin mehrerer erfolgreicher Bücher zum Thema gesunde Ernährung.