



## LC-Kochbuch: Aber bitte kohlenhydratarm

Von *Schuetz*

Erstellt am 15 Nov 2012 - 07:45

Die LC-Ernährungsform (wenige Kohlenhydrate) wird nicht nur bei Übergewicht eingesetzt, sondern auch bei vielen Krankheiten wie: Diabetes Zwei, Krebs, Epilepsie, Alzheimer, Parkinson, Migräne, Rheuma, Gicht, Depressionen, Sodbrennen, Magen-Darmgeschwüre, Gärung, Verstopfung, Blähungen, Herzinfälle, Schlaganfälle, Übergewicht, Fettsucht, Chronischer Entzündungsprozess der Schleimhäute, Ischias, Hautausschläge, Magenschmerzen, Asthma, Morbus Crohn und Morbus Bechterew.

Eine kohlenhydratarne Ernährung, auch Low Carb genannt, wurde zum Beispiel auch als Therapie bei der Behandlung von Epilepsie und bei Krebs eingesetzt. Der Stoffwechselzustand, der durch diese Ernährungsform erreicht wird, nennt sich auch ketogene Diät. Diese ketogene Diät wird schon seit der Antike zur Behandlung von Epilepsie eingesetzt. Die ketogene Diät verändert den Körper- bzw. Hirnstoffwechsel grundlegend, so dass der Körper nicht mehr auf Kohlehydrate als Energielieferant zugreift, sondern auf Fett. Diese extrem fettreiche Kost führt erstaunlicherweise zu einer Veränderung im Stoffwechsel des Gehirns. Das Ergebnis: Anfälle werden weniger oder bleiben ganz aus. Gesundheit ist das Wichtigste in unserem Leben. Ihr Stellenwert wird oft erst bei Krankheit oder mit zunehmendem Alter erkannt. Jeder kann frei entscheiden, wie er sich ernährt und hat damit großen Einfluss auf seine Gesundheit.

LC-Kochbuch: Aber bitte kohlenhydratarm

ISBN: 978-3-86850-3227

Verlag: tredition-Verlag, Hamburg.

Autor: Wolfgang Heinrich Fiedler

Veröffentlichung nur mit Quellennachweis!

Firmeninformation:

Jutta Schütz (Schriftstellerin/Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin, Mentorin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man im Verlag „tredition“, im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien), fitgesundschoen.

Pressekontakt:

Jutta Schütz

Arndtstraße

D-58097 Hagen

[info.schuetz09@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [1]

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

<http://rezensionen.jimdo.com/> [3]



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:54):** <http://www.medkom24.eu/node/17020>

### Links:

[1] <mailto:info.schuetz09@googlemail.com>

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

[3] <http://rezensionen.jimdo.com/>