



Remifemin® präsentiert: Lecker & leicht durch die Wechseljahre 2 – das Beste aus Gemüse- und Fischküche

Von Rothenburg-Partner

Erstellt am 18 Jun 2015 - 12:31

Die Wechseljahre sind ein ganz natürlicher Lebensabschnitt – und dennoch leiden zwei Drittel der Frauen teilweise erheblich unter den unangenehmen Begleiterscheinungen des Klimakteriums. Dazu zählen am häufigsten Hitzewallungen und Schweißausbrüche, viele Frauen klagen jedoch auch über Stimmungsschwankungen oder eine unerklärliche Gewichtszunahme. Was dabei nicht jeder weiß: Fast alle Beschwerden lassen sich durch eine leichte und gesunde Ernährung positiv beeinflussen, während viel Fettiges, Salziges oder Süßes sie noch verstärken kann. Es lohnt sich also vor allem während der Wechseljahre, auf eine ausgewogene Ernährungsweise zu achten.

Dass dies keineswegs gleichbedeutend ist mit Verzicht, beweisen die abwechslungsreichen Gerichte in „Lecker & leicht durch die Wechseljahre 2“. Bereits der erste Teil der Rezeptsammlung war ein voller Erfolg und viele Frauen sind begeistert von der Vielfalt der gesunden und leckeren Speisen. Daran knüpfen wir nun an und stellen Ihnen noch mehr Rezepte vor, die vollwertig und gesund sind, den Körper während der Wechseljahre nicht belasten und dabei auch der ganzen Familie schmecken. Gemüse, Vollkornprodukte, Milchprodukte und Fisch – das sind die wichtigsten Bestandteile einer ausgewogenen Ernährung – nicht nur während der Wechseljahre. Eine Möhren-Curry-Suppe als Vorspeise, Spinat-Lachs-Lasagne als Hauptgericht und als Nachtisch ein leichtes Frucht-Tiramisu – so kann ein rundum gesundes und leckeres Drei-Gänge-Menü aus unserer neuen Rezeptbroschüre aussehen.

Bei stärker ausgeprägten Hormonschwankungen, die sich nicht allein durch einen gesunden Lebenswandel ausgleichen lassen, gibt es natürliche Hilfe aus der Apotheke: Remifemin® und Remifemin® mono sind pflanzliche Arzneimittel mit einem Spezialextrakt aus dem Wurzelstock der Traubensilberkerze, die primär körperliche Wechseljahresbeschwerden wirksam und zuverlässig lindern können. Bei zusätzlichen psychischen Symptomen hat sich die Kombination von Traubensilberkerze und Johanniskraut in Remifemin® plus bewährt.

Die Rezeptsammlung „Lecker und leicht durch die Wechseljahre 2 – Das Beste aus Gemüse- und Fischküche“ von Remifemin® kann kostenlos angefordert werden bei:

Rothenburg & Partner GmbH

Stichwort „Rezeptsammlung von Remifemin®“

Friesenweg 5f

22763 Hamburg

Fax: 040-88901082

postfach@rothenburg-pr.de [1]

Oder zum Download unter: www.medipresse.de/wechseljahresspezial.html [2]

Zu den Pflichttexten:

www.medipresse.de/kunden/remifemin/pflichttext.html [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:28): <http://www.medkom24.eu/node/20416>

Links:

[1] <mailto:postfach@rothenburg-pr.de>

[2] <http://www.medipresse.de/wechseljahresspezial.html>

[3] <http://www.medipresse.de/kunden/remifemin/pflichttext.html>