



Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet

 **Download**

 **Online Lesen**

Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet Herman Mestrom ebook pdf

Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet

Herman Mestrom

Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet Herman Mestrom

 [Download Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezep ...pdf](#)

 [Online lesen Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rez ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet Herman Mestrom

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Essen und Trinken nach Magenentfernung

Das Werk von Herman Mestrom bietet auf 128 Seiten eine Anleitung zur Selbsthilfe für alle jene, die durch eine Gastrektomie, eine Entfernung des Magens, zu einer deutlichen Veränderung ihrer Ernährungsgewohnheiten gezwungen sind. „Was darf ich nun essen und trinken?“ diese existentielle Frage wird nicht mit einem lapidaren „Alles, was Ihnen bekommt.“ abgetan. Denn was `bekommt` einem Menschen, der eine Magenentfernung hatte erleiden müssen? Sollte er erst schmerzliche Ess- und Verdauungserfahrungen erleiden?

Herman Mestrom beginnt medizinisch: Er erläutert, was eigentlich bei einer Gastrektomie geschieht. Wie funktioniert der Verdauungstrakt nach einer Gastrektomie? Welche Funktionen des Magens werden durch andere Organe übernommen, welche fallen weg. Wie kann sich der Patient hierauf einstellen?

Auch im Hinweis „Genießen Sie jetzt häufiger kleine Portionen“ bleibt das Buch nicht stecken: Der Autor verfügt über eine langjährige Erfahrung als Diätist und erarbeitete umfangreiche Erfahrungen und Erkenntnisse im Bereich des „Essens und Trinken nach der Gastrektomie“. Diese stellt das Buch so dar, dass jeder, Patient, Angehöriger oder Haushaltshilfe, diese Erfahrungen nachvollziehen und für das tägliche Kochen einsetzen kann:

Eine Liste von Nahrungs- und Lebensmitteln, die gut verträglich, weniger gut verträglich und die TABU sind, bietet Orientierung. Nachdem Gemüse, Obst, Eierspeisen, Fisch und Fleisch, Salate und Saucen bezüglich ihrer Verträglichkeit begutachtet sind, werden Rezepte und Menüs angeboten, die den Start in das Leben ohne Magen zumindest von der esstechnischen Seite erleichtern!

Seit der 8. Auflage hat die medikamentöse Unterstützung der Magenoperierten sich verändert. Hierauf reagiert das Werk: Darreichungsformen verschiedener Medikamente werden hinsichtlich ihrer Verträglichkeit und Bioverfügbarkeit besprochen – was nützt schon ein ‚Pillchen‘, das der Körper nicht oder zu spät aufnehmen kann und es für die Verdauung hierdurch ev. unwirksam wird. Ein Kapitel widmet sich der Aufnahme von Vitaminen. Viele kann der menschliche Körper nur als im Fett gelöst aufnehmen, doch gerade die Fettzufuhr muss deutlich reduziert bzw. kontrolliert werden. „Essen und Trinken nach Magenentfernung“ – eine unverzichtbare Grundlage, um nach einer Magenoperation weiterhin Freude am Leben, am Essen und Trinken, zu haben.

Download and Read Online Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet Herman Mestrom #2DOCQLGKVTW

Lesen Sie Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom für online ebook Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom Bücher online zu lesen. Online Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom ebook PDF herunterladen Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom Doc Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom Mobipocket Essen und Trinken nach Magenentfernung: Neue Rezepte vollständig überarbeitet von Herman Mestrom EPub