

Silvia Bürkle

## LEBER GESUND

*Mit der richtigen Ernährung  
entgiften und heilen*

144 Seiten, Flexcover,

ISBN: 978-3-86826-185-1

ET Februar, 14,95 Euro



Sie leidet im Verborgenen. Diffuse körperliche Symptome wie Darmbeschwerden, Übelkeit, Druckgefühl im Oberbauch, Müdigkeit oder Konzentrationsschwäche können Hilferufe der Leber sein. Sie gilt als Chefin des Stoffwechsels – ist sie krank, hat das vielfältige Folgen für unsere Gesundheit. Deshalb sollten wir sie in ihrer Entgiftungsarbeit kräftig unterstützen, um dem weit verbreiteten Krankheitsbild »Fettleber« vorzubeugen. **Schätzungen zufolge leiden rund 20 Prozent der Bevölkerung an einer Fettleber.** Sie gilt als Vorstufe z.B. von Bluthochdruck, erhöhten Blutfettwerten, Gefäßerkrankungen, Diabetes Typ 2 und Krebserkrankungen. Die Hauptverursacher liegen in der modernen Lebensweise: zu viel Kohlenhydrate, zu viel Zucker, Übergewicht, Eiweißmangel und zu wenig Bewegung. Auch Alkoholgenuss und Medikamente können die Leber schwächen. Feststellbar ist das über einen einfachen Bluttest. Die gute Nachricht: **Eine beginnende Fettleber ist heilbar – mit der richtigen Ernährung.**

Nach dem großen Erfolg ihrer Bücher zum Thema »Heimliche Entzündungen« legt Silvia Bürkle hier ein neues hochaktuelles Thema vor. **Mit einem 14 Tage-Programm zur Leber- und Darmreinigung.**

**Gern schicke ich ein kostenloses Rezensionsexemplar zu:**

**Dr. Jennifer Lorenzen-Peth, [presse@koenigsfurt-urania.com](mailto:presse@koenigsfurt-urania.com) oder 04334/1822007**