

Do Biblioteki po zdrowie - extra

Zdrowie zaczyna się w jelitach

Ojciec wszystkich lekarzy Hipokrates zwykł mawiać, że śmierć czai się w jelitach oraz że należy dążyć do tego, by pokarm był lekarstwem, a lekarstwo pokarmem. Widać już starożytni przeczuwali, jak ważne są to narządy dla ogólnego dobrostanu człowieka. My natomiast mieliśmy niebywałą okazję spotkać się ze specjalistką z zakresu mikrodżywiania i flory jelitowej, panią doktor Edytą Viscardi. Nie mamy już żadnych wątpliwości, że zdrowie zaczyna się właśnie w jelitach!

Na ostatnie w tym roku rozmowy o zdrowiu zapraszamy 12 grudnia. Naszym i Państwa gościem będzie dziennikarka Radiowej Trójki oraz autorka książek i audycji zdrowotnych Grażyna Dobroń-Nowakowska, która podpowie, w jaki sposób uczynić życie lepszym. Serdecznie zapraszamy!