

## Miejska Biblioteka Publiczna w Lęborku

„Nie wążp w wątrobę... a jej ukryte moce dodadzą ci lat życia w zdrowiu” – Gabriel Perlemuter

**„Nie wążp w wątrobę... a jej ukryte moce dodadzą ci lat życia w zdrowiu” – Gabriel Perlemuter**

Przełomowa książka odkrywa niewyobrażalne zdolności naszego „trzeciego mózgu”.

Pierwsza książka, która pokazuje niezwykłą rolę wątroby.

Profesor Perlemuter, światowej sławy hepatolog, na podstawie najnowszych odkryć medycznych ujawnia wszystkie ukryte moce niedocenianej bohaterki, równie ważnej jak serce czy mózg. I przedstawia sposoby, jak uczynić ją szczęśliwą, by żyć dłużej i zdrowiej. Więc nie wążp w wątrobę!

Dziwna sprawa z tą wątrobą. To największy narząd naszego organizmu. Jest jednak tak dobrze schowana, że niełatwo ją wyczuć dotykem. Nie boli. Jest dyskretna i cicha. Więc nie zwracamy na nią uwagi. Ale przez tysiące lat w wielu kulturach była symbolem siły i życia, bo jako jedyny organ może się w pełni zregenerować – ma magiczną moc samoleczenia.

Profesor Perlemuter nazywa wątrobę prawdziwą superbohaterką do zadań specjalnych. To uniwersalna fabryka zdrowia w naszym ciele. Supernowoczesna oczyszczalnia ścieków. Najlepsza linia obrony przeciwko chorobom. Wątroba wykonuje gigantyczną pracę. Przechodzi przez nią wszystko, co zjemy. A my się na nią uwzięliśmy. Nie dość, że jemy dużo i źle, to jeszcze na dodatek na okrągło. Maltretujemy ją śmieciowym jedzeniem. Brutalnie atakujemy alkoholem. Wątroba długo się nie buntuje, ale wreszcie potrafi się zdenerwować...

"Hepatologia, nauka o wątrobie, trudna jest nawet dla lekarzy na co dzień zajmujących się tym tematem. Ta książka w przystępny sposób systematyzuje wiedzę o fizjologii i chorobach narządu, uczy podstawowych zasad zdrowego stylu życia i odżywiania. Autor, co sam podkreśla, nie zabrania, tylko daje rady. Gdy poznamy „historię jednej wątroby”, wiele do tej pory niezrozumiałych zaleceń lekarskich okaże się, dzięki praktycznym objaśnieniom, oczywistą drogą do zdrowej długowieczności. Na dodatek pozbawionej nadwagi. PO TĘ KSIĄŻKĘ BĘDZIEMY SIĘGAĆ WIELOKROTNIE. BO WARTO.

Źródło opisu: [www.empik.com](http://www.empik.com)

