



GESUNDE

GEMEINDE

„Gesunder Darm - gesunder Mensch“

Vortrag mit Dr. Gerhard Ernst Steyer

I Mittwoch, 29.01.2014

I 19.00 Uhr

I Neue Mittelschule Saalfelden

I Eintritt frei!





GESUNDE

GEMEINDE

Unter Verdauungsbeschwerden leidet mehr als die Hälfte der Menschheit, Ursachen sind vielfältig: Stress, zu fette und zu süße Nahrung, chronischer Bewegungsmangel, chemische Arzneimittel. Auch Unverträglichkeiten und Allergien sind heute die häufigsten Auslöser von Verdauungskrankheiten. Diese können langfristig die Gesundheit beeinträchtigen, denn auch unser Immunsystem hängt ganz maßgeblich vom funktionierenden Darm ab. Viele neue Forschungen befassen sich daher mit der Darmgesundheit und der Welt der nützlichen Bakterien im Darm, sogenannter Probiotika. Eine fundierte ärztliche Betreuung und kompetente Beratung in der Apotheke darüber ist deshalb besonders wichtig. Diese Themen werden daher im Vortrag ausreichend besprochen, ebenso Fragen zur gesunden Ernährung, Verdauungskrankheiten aber auch einfache Gesundheitsübungen für eine gesunde Verdauung werden vorgestellt.

Vortragender: Dr. Gerhard Ernst Steyer aus Graz, Universitätslektor