

Alzheimer ist kein Schicksal

Ist Alzheimer tatsächlich eine unvermeidliche Alterserscheinung, wie es immer heißt?

Nein, sagt der Mediziner und Molekulargenetiker Michael Nehls.

Es handelt sich vielmehr um eine Mangelerkrankung – und diese lässt sich zwar nicht medikamentös therapieren, aber vermeiden.

Ursachen für Alzheimer sind zu wenig Schlaf, zu wenig Bewegung, ungesunde Ernährung und fehlende menschliche Wärme, kurz: unser heutiger Lebensstil.

Eine bahnbrechende Erkenntnis – fundiert, informativ und aufrüttelnd! Mit vielen konkreten Tipps und Ratschlägen.