



Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich

Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf

 **Download**

 **Online Lesen**

Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich

Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf

 [Download Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für m
...pdf](#)

 [Read Online Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für
...pdf](#)

Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich

Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf

Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf

Downloaden und kostenlos lesen Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Glücklich schwanger trotz Diabetes

Der Bauch wird runder, die Vorfreude steigt, Sie kümmern sich um Kinderwagen und Geburtsvorbereitung - und dann die Diagnose: Schwangerschafts-Diabetes. Wen würde das nicht verunsichern? Doch für Alarmglocken besteht kein Anlass: Mit bewusster Ernährung und etwas Bewegung können Sie meist Ihren Blutzuckerspiegel auf ein normales Maß senken - ohne Insulin spritzen zu müssen! Nach der Schwangerschaft verschwindet der Diabetes dann in der Regel von selbst.

- Zu Hause und unterwegs: Was sollte ich essen, damit mein Baby während der Schwangerschaft optimal gedeiht und sich gut entwickelt, was besser nicht?

- 90 Rezepte: Unkompliziert, schnell und richtig lecker - so sind Mama und Baby den ganzen Tag bestens versorgt.

- Gelüste willkommen: Ob herzhaft, deftig oder süß - hier gibt es keine Diätkost, sondern Leckeres für jede (Geschmacks)laune.

Bettina Snowdon ist Oecotrophologin und lebt in Hamburg, wo sie als Autorin, Lektorin und Übersetzerin arbeitet. Ihre Rezepte entwickelt sie alle selbst.

Prof. Dr. Ute Schäfer-Graf ist Deutschlands einzige Ärztin mit der Qualifikation Gynäkologin und Diabetologin. Sie ist Oberärztin am St. Joseph-Krankenhaus in Berlin und leitet dort das Berliner Diabeteszentrum für Schwangere. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Bettina Snowdon ist Oecotrophologin und lebt in Hamburg, wo sie als Autorin, Lektorin und Übersetzerin arbeitet. Ihre Rezepte entwickelt sie alle selbst.

Prof. Dr. Ute Schäfer-Graf ist Deutschlands einzige Ärztin mit der Qualifikation Gynäkologin und Diabetologin. Sie ist Oberärztin am St. Joseph-Krankenhaus in Berlin und leitet dort das Berliner Diabeteszentrum für Schwangere.

Download and Read Online Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf #6YQMDP8R02F

Lesen Sie Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf für online ebook Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf Bücher online zu lesen. Online Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf ebook PDF herunterladen Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf Doc Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf Mobipocket Schwangerschafts-Diabetes im Griff: Gesund essen für mein Baby und mich von Bettina Snowdon, Ute Schäfer-Graf EPub