

Stiftung Warentest Bluthochdruck



Gebundene Ausgabe: 208 Seiten

Verlag: Stiftung Warentest (21. September 2010)

Preis: 16,90 Euro

Eine unauffällige Krankheit. Bluthochdruck ist gefährlich, besonders weil er so unauffällig daherkommt. Dieser Ratgeber will vor allem motivieren, die passenden Schritte zu einer erfolgreichen Behandlung zu unternehmen. Er gibt Hinweise zur Vorbeugung, erklärt die Wirkweise und beurteilt die Medikamente, zeigt aber auch Strategien zur Blutdrucksenkung ohne Medikamente z.B. durch Ernährung, Bewegung und Entspannung. Experten aus den Bereichen Sport-, Ernährungs- und Innere Medizin betrachten das Thema Bluthochdruck umfassend.