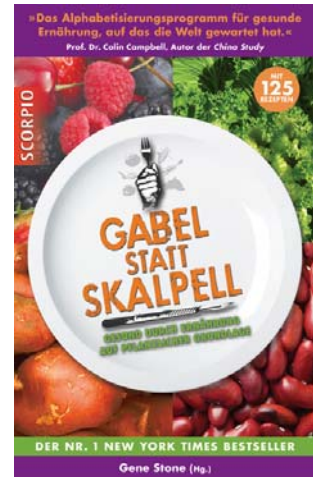


Gene Stone (Hg.) Gabel statt Skalpell

Gesund durch Ernährung auf pflanzlicher Grundlage

Aus dem Amerikanischen von Juliane Molitor
224 Seiten, **Scorpio Verlag**
13,5 x 21,5 cm, Klappenbroschur
zweifarbige, mit zahlreichen Abbildungen
17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 25,90 CHF
ISBN 978-3-943416-25-1

Erscheinungstermin: 11. März 2013



»Das Alphabetisierungsprogramm für gesunde Ernährung, auf das die Welt gewartet hat.« Prof. Dr. Colin Campbell, Autor der China Study

International renommierte Ernährungswissenschaftler und Mediziner lassen Fakten sprechen, die von Regierungen, Lobby-Gruppen und Medien immer noch ignoriert werden: Die epidemische Verbreitung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Krebs ist das Ergebnis zunehmender Fehlernährung! Und die Experten weisen den Weg zu unverwüstlicher Gesundheit: mit einer ausgewogenen Vollwerternährung auf pflanzlicher Basis.

Müssen wir alles vergessen, was wir bisher über Ernährung gehört haben? Ja, sagen die Experten hinter **Gabel statt Skalpell**. Als unabhängige Wissenschaftler sehen sie keinen Grund, auf die Interessen jener Gruppen Rücksicht zu nehmen, die für den Niedergang der Volksgesundheit in den Industrienationen verantwortlich sind – und die daran auch noch Milliarden verdienen. Und sie treten den Beweis dafür an, dass durch eine simple und kostengünstige Maßnahme die Schäden an Gesundheit und Umwelt rückgängig gemacht werden können: die Umstellung unseres Speiseplans auf eine Vollwerternährung, frei von tierischem Eiweiß. Wie das funktioniert, zeigt dieses Praxisbuch:

- Tipps zu Einkauf, Lagerung und Verarbeitung gesunder Lebensmittel
- Ernährungsplan für Menschen, die schlank, fit und gesund bleiben bzw. werden wollen
- Rezepte, die das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen

Die Experten hinter diesem Buch sind seit Jahrzehnten einem internationalen Fachpublikum als seriöse und unabhängige Wissenschaftler bekannt. In diesem Buch lassen sie die Ergebnisse ihrer langjährigen Zusammenarbeit einem größeren Publikum zukommen.

Prof. Dr. T. Colin Campbell ist Autor von *The China Study*, dem Weltbestseller über die in der Volksrepublik China durchgeführte, größte jemals unternommene Langzeitstudie über Krebs und andere Volkskrankheiten. Sie führte den empirischen Beweis, dass Krebs, Diabetes und Herzkrankheiten überall dort explosionsartig zunehmen, wo der Verzehr von tierischem Eiweiß zur Norm wird.

Dr. Caldwell B. Esselstyn war Mitglied des Chirurgenteam, das in den sechziger Jahren die koronare Bypassoperation als standardisiertes Verfahren zur Behandlung der koronaren Herzerkrankung an der *Cleveland Clinic* in den USA entwickelte. Er rettete mit Hilfe des Skalpell vielen Menschen das Leben. Geleitet von den Ergebnissen seiner Forschungen über die Ursachen von Herzkrankheiten verlagerte er jedoch den Schwerpunkt seiner ärztlichen Tätigkeit in Richtung Ernährungswissenschaft und -beratung. Dr. Esselstyn ist Autor mehrerer medizinischer Standardwerke.