



# Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern

*Iris Zachenhofer, Marion Reddy*



**Download**



**Online Lesen**

**Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern** Iris Zachenhofer, Marion Reddy

Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern

Gebundenes Buch

Es hat einen Grund, warum Diäten nie funktionieren: Unser Essverhalten ist in den für unsere automatisierten Verhaltensweisen zuständigen Basalganglien abgespeichert. Wenn wir unser Essverhalten ändern wollen, müssen wir deshalb zuerst unsere Basalganglien neu programmieren. Die Psychiaterin und Neurochirurgin Dr. Iris Zachenhofer und die Neurochirurgin Dr. Marion Reddy erklären, wie das geht, und an welchen Schrauben in unserem Gehirn wir noch drehen können, um schlanker zu werden, ohne zu hungern.



[Download Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gew...pdf](#)



[Online Lesen Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser G...pdf](#)

# **Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern**

*Iris Zachenhofer, Marion Reddy*

**Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern** Iris Zachenhofer, Marion Reddy

Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern

Gebundenes Buch

Es hat einen Grund, warum Diäten nie funktionieren: Unser Essverhalten ist in den für unsere automatisierten Verhaltensweisen zuständigen Basalganglien abgespeichert. Wenn wir unser Essverhalten ändern wollen, müssen wir deshalb zuerst unsere Basalganglien neu programmieren. Die Psychiaterin und Neurochirurgin Dr. Iris Zachenhofer und die Neurochirurgin Dr. Marion Reddy erklären, wie das geht, und an welchen Schrauben in unserem Gehirn wir noch drehen können, um schlanker zu werden, ohne zu hungern.

## **Downloaden und kostenlos lesen Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern Iris Zachenhofer, Marion Reddy**

---

208 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Es hat einen Grund, warum Diäten nie funktionieren: Unser Essverhalten ist in den für unsere automatisierten Verhaltensweisen zuständigen Basalganglien abgespeichert. Wenn wir unser Essverhalten ändern wollen, müssen wir deshalb zuerst unsere Basalganglien neu programmieren. Die Psychiaterin und Neurochirurgin Dr. Iris Zachenhofer und die Neurochirurgin Dr. Marion Reddy erklären, wie das geht, und an welchen Schrauben in unserem Gehirn wir noch drehen können, um schlanker zu werden, ohne zu hungern. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Iris Zachenhofer war Neurochirurgin an der Wiener Universitätsklinik sowie an der Neurochirurgie Feldkirch (Vorarlberg). Ein Auslandsaufenthalt führte sie an eine Kinderneurochirurgie in Paris. Sie wechselte in die Psychiatrie und arbeitet jetzt an einer psychiatrischen Abteilung in Wien.

Dr. Marion Reddy war Neurochirurgin an der Neurochirurgischen Universitätsklinik Wien und, als Oberärztin, an der Neurochirurgie Feldkirch. Jetzt wirkt sie an der Neurochirurgie Purpan in Toulouse.  
Download and Read Online Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern Iris Zachenhofer, Marion Reddy #UF62Q40KH75

Lesen Sie Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy für online ebookKopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy 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 Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy Bücher online zu lesen. Online Kopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy ebook PDF herunterladenKopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy DocKopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy MobipocketKopfsache schlank: Wie wir über unser Gehirn unser Gewicht steuern von Iris Zachenhofer, Marion Reddy EPub