

Örömmel értesítjük, hogy a **SpringMed Kiadó** sorozata,  
a **SpringMed Diétás Könyvek®**  
sorozatában újra kiadásra került

Dr. Fövényi József, Gyurcsáné Kondrát Ilona  
**Cukorbeteg nagy diétáskönyve**



Méret: 148 x 210 mm

313 oldal

**Ár: 4980 Ft**

ISBN 978-615-6337-58-0

E-book ár: 2785Ft

ISBN (pdf) 978-963-9695-72-6

### A könyvről:

A cukorbetegség, ezen belül a 2-es típusú diabétesz hazánkban közel 1 millió embert érint. Mindmáig él az a köztudatban, hogy a cukorbetegeknek speciális étrendre van szükségük, mely állítás ma már nem állja meg a helyét.

Alapelvként elmondható, hogy a 2-es típusú diabétesz leggyakrabban az elhízás talaján, annak következményeként alakul ki, ezért a kezelésében is alapvető a következetes kalória- és szénhidrátbevitel-csökkentés és a rendszeres mozgás. A megfelelő életvitel az esetek egy részében – főként a betegség korai stádiumában – olyan mértékű javulást okozhat, hogy a tablettás, vagy akár az inzulinos kezelés is hosszabb időn keresztül elkerülhetővé válik!

Hogyan táplálkozzon, mit egyen és hogyan kontrollálja az evési-ivási szokásait a frissen felfedezett cukorbeteg? Melyek a cukorbetegség szövődményei, amelyeket a helyes életvezetéssel el kell/lehet kerülnie?

A diabetológus-dietetikus szerzőpáros több évtizede foglalkozik cukorbetegekkel. Tapasztalataikat, a diétázással kapcsolatos ismereteiket, több mint 100 magyaros és reform módon elkészített receptet, tápanyagtáblázatot és a cukorbetegeknek szánt, egyéb fontos tudnivalókat találhat e könyvben.

Ajánljuk e könyvet mindazoknak, akik a kialakult cukorbetegségükkel kapcsolatban ismereteiket szeretnék bővíteni, vagy akik életmódjukat szeretnék megváltoztatni, hogy elkerüljék a diabétesz kialakulását.

### **Könyvajánló:**

Családtagja cukorbeteg, és tudni szeretné, hogyan előzhetné meg az ezzel járó problémák kialakulását? Túlsúlyos és nem szeretne a plusz kilók miatt esetlegesen kialakuló betegségben szenvedni – így cukorbetegségben sem? Néha magas vércukorértékei vannak, ezért táplálkozásával szeretné azt kordában tartani? Tudni szeretné, hogy a hallott- olvasott rengeteg információ közül melyek a szakmailag helytállóak? Vagy csak egyszerűen érdeklődik a cukorbetegség hátteréről? Akkor ajánlom Önöknek ezt a legújabb tudományos eredményeket is magában foglaló, mégis közérthető módon, színesen összeállított könyvet attól a szerző párostól, aki hazánkban évtizedek óta foglalkozik e témával, és számos beteg ember köszönheti nekik jobbulásukat. Kellemes olvasást és tanulást kívánok a könyvhöz, valamint jó egészséget!

**Antal Emese dietetikus**

### **Szerzők:**

**Dr. Fővényi József** (j.fovenyi@chello.hu)

1960-62 között a dobai Tüdőgyógyintézetben, ezt követően 1978-ig a budapesti János Kórházban dolgozott, majd 1978-2001-ig a Péterfy Sándor utcai Kórház B belosztályát vezette osztályvezető fő orvoscént. Jelenleg a Péterfy Sándor utcai Kórház Diabétesz Szakrendelésén dolgozik nyugdíjasként. Az orvostudományok kandidátusa, címzetes egyetemi docens, közel kétszáz tudományos közlemény, több tucat szakkönyv és betegedukációs könyv szerzője.

**Gyurcsáné Kondrát Ilona** (gyurcsaili@freemail.hu)

Pro Sanitate díjas dietetikus és szakértő élelmezésés táplálkozás-egészségügyi, illetve prevenció, közösségi egészségfejlesztés, egészségkommunikáció szakterületeken. A Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének, a Magyar Diabetes Társaság Szakdolgozói Szekciójának és a Cukorbeteg Budapesti Egyesületének vezetőségi tagja. 1978 óta dolgozott az Országos Korányi Pulmonológiai Intézetben terápiás, 1985 óta vezető dietetikusként. Számos könyv étrendi fejezetének szerzője. 2012-ben eredményes, példamutató tevékenysége elismeréseként miniszteri dicséretben részesült. 2014-ben elnyerte a Magyar Diabetes Társaság Kiváló Diabetes-edukátor Díját.

### **A tartalomról:**

A könyvben szereplő receptek jegyzéke

A könyvben szereplő receptek tápanyagtartalma

Bevezető

I. A cukorbetegségről röviden – az orvos tanácsai

II. A cukorbeteg diéta a dietetikus szemével

III. Hasznos információk

IV. Színes melléklet

További kiadványainkról bővebb információ honlapunkon: [www.springmed.hu](http://www.springmed.hu)  
és a [springmedkonyvaruhaz.hu](http://springmedkonyvaruhaz.hu)-n.

***Terjesztés:***

A megrendeléseket az [info@springmed.hu](mailto:info@springmed.hu) e-mail címre várjuk. Látogassa meg webáruházunkat, ahol a SpringMed kiadványokat 20% kedvezménnyel rendelheti meg! [www.springmed.hu](http://www.springmed.hu)  
[springmedkonyvaruhaz.hu](http://springmedkonyvaruhaz.hu)