



Dr. Jan-Dirk Fauteck

Melatonin

Das Geheimnis
eines wunderbaren Hormons

ISBN 978-3-7106-0056-2

€ 19,90

Format 13,5 x 21 cm

224 Seiten

Broschur

lieferbar

Pressekontakt:

Friederike Harr

f.harr@brandstaetterverlag.com

T ++43-(0)1-5121543-232

F ++43-(0)1-5121543-231

Es gilt als das „Schweizer Messer“ unter den Hormonen und wahres Wundermittel: Melatonin ist mit seiner vielseitigen Wirkung auf unsere Gesundheit längst zum Star-Hormon avanciert. Doch hält es auch, was es verspricht? „Ja“, sagt der renommierte Chronobiologe Dr. Jan-Dirk Fauteck und zeigt, was es mit diesem besonderen Hormon auf sich hat: Neben seinem schlafunterstützenden Effekt schützt Melatonin als potentes Antioxidans unseren Körper vor freien Radikalen und sichert Lebensqualität und geistige Fitness auch im hohen Alter. Es stärkt unser Immunsystem, senkt den Blutdruck und Cholesterinspiegel und kann damit helfen, Herzerkrankungen vorzubeugen. Aktuelle Studien beweisen zudem seine hervorragende Wirksamkeit etwa in der Behandlung von Krebs, Demenz, Diabetes oder Unfruchtbarkeit.

Der Autor

Dr. Jan-Dirk Fauteck, Chronobiologe, erforscht seit Jahrzehnten die Rolle der inneren Uhr im menschlichen Organismus. Er ist überzeugt, dass der Schlüssel zu einem langen gesunden Leben auf Melatonin basiert.

Melatonin als Quelle von Vitalität,
Gesundheit und gutem Schlaf

Die Kraft des körpereigenen Hormons:
von Anti-Aging bis Krebsprävention

Spektakuläre Behandlungserfolge und
umfassende Anwendungsgebiete