

UGESKRIFT FOR LÆGER

Ugeskrift for Læger | 08.11.2010 | 1. sektion | Side 12 | 195 ord | artikel-id: e247d7a5

SAGT & SKREVET

»Det ideelle er at indføre en helt kødfri kost () Hvis børnene holder sig til grøntsager alene, vil de have langt større chancer for at få et langt og godt liv«. Læge Charlotte Bech i bogen »Godt og sundt for børn«. »Forfatteren mangler tilsyneladende helt elementær viden om ernæring (...) Bogen leverer en lang række postulater, som totalt ignorerer almindeligt lærebogsstof inden for ernæringsvidenskaben«. Professor Arne Astrup, Institut for Human Ernæring, Københavns Universitet i BT.

»Med så flotte resultater fra en række undersøgelser og rapporter må det næste skridt for den danske psykiatri være handling.

Men forbedringerne kommer først, når rammerne for psykiatrien ændres på to områder: Psykiatrien skal på finansloven, og forbedringerne bør implementeres gennem en national handlingsplan«. Generalsekretær i Landsforeningen Bedre Psykiatri Thorstein Theilgaard i kronik i Kristeligt Dagblad.

»(Der kan sættes) spørgsmålstegn ved, om regionspolitikkerne har deres evidensbaserede grundlag på plads, når de nu vælger at udfase Regionens lægebiler - eller om de blot drager deres egne for dem passende konklusioner? Har de nu husket at se på, at der ikke kan sættes lighedstegn ved den indsats en paramediciner og en speciallæge yder?« Byrådsmedlem for Venstre i Næstved Charlotte Mathiesen (V) i debatindlæg i Sjællandske.

Titel

Villabyerne weekend

NYHEDER

4. november 2010 9

Alternative råd om børns sundhed

Lægen Charlotte Bech har udgivet bogen 'Godt og sundt for børn'

Af Mikael Østergaard

VEJLEDNING Charlotte Bech fra Gentofte har skrevet bogen 'Godt og sundt for børn', der giver vejledning til forældre om børns sundhed.

Rådene er ikke kun af den traditionelle type, der er baseret på den etablerede lægevidenskab. Charlotte Bech er også inspireret af oldtidsk, såkaldt ayurvedisk holistisk tænkning, og mange af hendes råd supplerer de lægefag-

lige råd med forslag til naturlige og holistiske metoder.

Charlotte Bech er bekymret over måde, moderne børn lever på:

"Mange børn sover alt for lidt, og det er skyld i, at alt for mange bliver overvægtige. Rigtig søvn fører også til, at barnet bedre kan udvikle sin intelligens", siger Charlotte Bech, der desuden er bekymret for mobiltelefoner:

"Vi ved alt for lidt om de skadelige stråler i forbindelse med

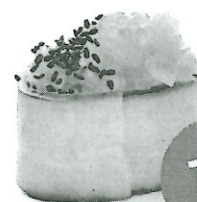


Charlotte Bech er læge, forfatter, forsker og foredragsholder og driver en privatklinik i Gentofte med fertilitetsbehandling.

mobiltelefoner. For at være på den sikre side, bør børn undgå at gå rundt med tændt mobil i lommen".

Månedens Sushi er sort magi!

Nu får du ikke alene byens billigste frisklavede sushi, men også byens sundeste. For første gang nogensinde introducerer dondon et af naturens vidundere - de fiberholdige sorte ris. Farven kommer fra et naturligt pigment i jorden. Sort ris har en særlig høj grad af antioxidanter. Så til dig, der gerne vil have et sundere alternativ smækfyldt med kostfibre og mineraler - så prøv månedens sushi i november eller nogle af de mange lækre varianter på vores nye menukort.



Månedens nigiri deluxe
Gunkan med agurk, sorte ris og laksetatar toppet med lakserogn.

18,-
pr. stk.



Månedens futomaki
Sorte ris med agurk, avocado, laks, forårsløg og lakserogn.
Rulle a 10 skiver

ALT I RENS & VASK
samt tøjreparationer
Henter og bringer.
Tlf. 45851739 / 45858147
www.rekordvask.com

Mad til livet

SKOVSHOVED KRO & MEJERIET (Take Away)
Køkkene anbefaler:
Dagens ret: Flæskesteg m. hjemmelavet rødkål, skyss og hvide kartofler
Strandvejen 267 - 3900 5811
WWW.SkovshovedKro.DK

Afhængig af
medicin eller
alkohol?



FYSIOTERAPIEN.DK KILDESKOVSHALLEN

- Alle former for fysioterapi
- Skadesbehandling & genoptræning
 - Akupunktur
 - Massage
 - Wellness
 - Pilates
 - Supersoles (indlægssåler)
 - Bassintræning
 - Styrketræning
 - Firmaordninger
 - Vi er 7 fysioterapeuter og 1 klinikkoordinator

Brug også din sundhedsforsikring her
Tilskud fra Sygeforsikringen Danmark

Adolphsvej 25, 1.sal, kontorgangen, 2820 Gentofte
Ring ml. 8-12 på 3977 4439, eller kig op.

Vi har åbent fra ca. 7.30 til 20.00. (ændringer kan forekomme)
WWW.FYSIOTERAPIEN.DK (Ballerup, Gentofte, Gladsaxe)
Email: info@fysioterapien.dk