|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  | | --- | | Bog på vej fra Lindhardt og Ringhof |  |  | | --- | |  | | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | **Lær at begå dig i sundhedsjunglen: Dansk læge guider til fup og fakta i tidens farlige sundhedsråd** | | | |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  | | --- | | https://gallery.mailchimp.com/77ab2fec3bb51615af1a110c6/images/65a5f981-3cce-4283-b7a2-8d803f347d0e.jpg | | [Download forsiden her](https://gallery.mailchimp.com/77ab2fec3bb51615af1a110c6/images/b29516af-a68b-46fd-9004-0c07434bfc9e.jpg)[Læs med i bogens indledende sider her](https://issuu.com/lr_carlsen/docs/sygt_eller_sundt_issuu?e=9344776/69397216) **Fakta om bogen**: **Titel**: Sygt eller sundt - sådan overlever du det næste sundhedsråd **Forfatter**: Ida Donkin **Omfang:** 240 sider **Pris**: 249,95 kr. **Udkommer**: 27. maj 2019 | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  | | --- | | https://gallery.mailchimp.com/77ab2fec3bb51615af1a110c6/images/d717f724-24b6-49d2-ac7a-980aad3b3eb9.jpg | | [**Ida Donkin, foto: Anne-Li Engstrøm**](https://gallery.mailchimp.com/77ab2fec3bb51615af1a110c6/images/a92b70d3-b325-459e-bbda-6fa41cb50a16.jpg)  **Ida Donkin** (f. 1986), er læge og ph.d. Hun arbejder gennem foreningen "Læger formidler" med sundheds- og videnskabsformidling og er vært på Heartbeats' podcastserie, *Sundhedsjunglen*.  Hun er desuden mor til to små børn og kender til desperationen over, hvad man tør tro på i sundhedsdebatten. | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | *Ida Donkin*  **Sygt eller sundt**  Sådan overlever du det næste sundhedsråd | |  |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | **"Vi har ret til vores egne meninger, men ikke vores egne fakta, og i stedet for at stræbe efter sundhed bør vi stræbe efter sund fornuft."**  Når vi googler emner som sygdom og sundhed, er der stor risiko for, at vi støder på halve sandheder, pseudovidenskab og manipulerede fakta fra firmaer med kommercielle interesser i vores helbred.  Konsekvensen er uhensigtsmæssige valg af behandling og en livsstil, der kan være skadelig for vores helbred – og i yderste konsekvens have døden til følge.  I bogen *Sygt eller sundt* gør den danske læge og ph.d. Ida Donkin op med bl.a. 'fake news' i sundhedsformidlingen, modefænomener indenfor nutidens sundheds-dyrkelse samt ikke-evidens-baserede behandlingsformer. Med udgangspunkt i et utal af cases viser hun, hvordan farlige sundhedsråd kan have fatale konsekvenser.  Hun forklarer, hvorfor du bør sige ja til vaccinationer, holde op med at tro på alternative behandlinger, der kan kurere hvad som helst – og hvorfor du sagtens kan droppe juicekuren, og alligevel leve et langt og sundt liv.  Bogen giver fakta og gode råd, der kan ruste dig i diskussionen om den nyeste mirakelkur – og lære dig at vurdere og forholde dig kritisk til alternative behandlinger og tvivlsomme sundhedsråd. | |  |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | Pressekontakt Gyrith Ravn, [gra@lrforlag.dk](mailto:gra@lrforlag.dk), telefon 36 15 68 08. | | | | |