

SOS VENTRE EN DÉTRESSE,

Ballonnements, douleurs abdominales, troubles du transit, reflux gastrique, fatigue inexplicquée...

Et si la clé se trouvait dans votre microbiote ?

Peut-être avez-vous déjà consulté, passé des examens, testé des régimes, éliminé des aliments... sans vraiment comprendre ce qui se passe dans votre ventre. Peut-être même avez-vous fini par penser que c'était "normal".

Dans ce livre, le Dr Léa Lombardi, médecin gastro-entérologue, vous propose un guide clair, accessible et sans jargon pour enfin comprendre votre système digestif. De l'intestin irritable aux déséquilibres du microbiote, des intolérances alimentaires aux maladies inflammatoires, vous découvrirez les mécanismes en jeu, les examens utiles, et surtout des solutions concrètes pour soulager vos symptômes au quotidien.

À travers des explications simples, des conseils pratiques et des outils faciles à mettre en place, ce livre vous aide à reprendre le contrôle de votre santé digestive, étape par étape.



Parce que non, ce n'est pas normal de vivre avec des douleurs ou des ballonnements en permanence. Et oui, il est possible d'aller mieux, durablement. Prenez soin de votre microbiote, prenez soin de vous. Parce qu'au fond, c'est la même chose.

Dr Léa Lombardi

médecin gastro-entérologue,
spécialisée dans les troubles digestifs fonctionnels et le microbiote,
propose dans cet ouvrage une approche fondée sur la science
et l'expérience clinique.

SOS VENTRE EN DÉTRESSE

Dr Léa Lombardi

SOS VENTRE EN DÉTRESSE,



Votre ventre souffre ?
Découvrez enfin comment le soulager

Dr Léa Lombardi
GASTRO-ENTÉROLOGUE



9 791041 592715