

Un nouvel ouvrage pour le Dr Roger MUSSI



Le Docteur Roger Mussi, ancien sportif international junior en athlétisme, préalablement diplômé d'Education Physique et Sportive, de kinésithérapie et d'ostéopathie, achève ses études de médecine à la fin de l'année 1992.

Initialement spécialisé en médecine orthopédique et ostéopathique, soucieux de mieux comprendre le vieillissement musculaire et articulaire, il s'intéresse, au début des années 2000, à la médecine anti-âge qui cherche à prévenir les effets du vieillissement sur l'ensemble des organes. Il s'aperçoit rapidement de l'importance de la nutrition et une de ses branches méconnue des médecins et du public, l'immuno-nutrition.

Vous souffrez de maux de ventre ou de fréquentes migraines. Vous êtes l'objet de fatigue chronique, d'affections ORL à répétition que les traitements de la médecine classique n'ont pu soulager.

Vous sentez que certains aliments, le blé, les produits laitiers, l'œuf, l'amande, la vanille, le kiwi ou la tomate... ne vous réussissent pas.

Ne cherchez plus : vous êtes sans doute victime d'une intolérance alimentaire - une hypersensibilité à bas bruit, due à un intestin anormalement perméable.

Dans *Je mange ce qui me réussit*, le Dr Mussi vous guide pour repérer et comprendre les signes qui doivent vous alerter, pour savoir quand effectuer le test d'intolérance et en décrypter les résultats.

➤ MANGER PERSONNALISÉ

Toutes les clés pour retrouver la santé : quel régime spécifique adopter et pendant combien de temps ? Que penser du « sans gluten » ? Comment sélectionner les meilleurs aliments tout en évitant ceux qui vous nuisent ? Etc.

➤ UN GUIDE INDISPENSABLE

De nombreux témoignages de patients, des foires aux questions, des encadrés, des adresses pratiques...

Editeur : **Flammarion**

Date de sortie : **11 mars 2015**

Acheter ce livre : <http://www.amazon.fr/mange-qui-r%C3%A9ussit-Roger-Mussi/dp/2081354446>

Le site du Dr MUSSI : <http://roger.mussi.fr/>