

IWONA WIERZBICKA

ARSEN

LISTA PRODUKTÓW Z WYSOKĄ
ZAWARTOŚCIĄ ARSENU



Copyright © Iwona Wierzbicka 2023

Tytuł: *Arsen. Lista produktów z wysoką zawartością arsenu*

Autor: Iwona Wierzbicka

Redakcja i korekta: Marta Mandżak-Matusek

Zdjęcia: depositphotos.com

E-mail: sklep@ajwendieta.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w urządzeniach przetwarzania danych, odtwarzanie w jakiegokolwiek formie, wykorzystywanie podczas wystąpień publicznych tylko za wyłącznym zezwoleniem właściciela praw autorskich.

Wydanie I

Opole 2023

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
CZYM SĄ METALE CIĘŻKIE?	6
ARSEN	8
ZATRUCIE ARSENEM	11
ARSEN A JELITA	16
ARSEN W ŻYWNOŚCI	18
JAK CHRONIĆ SIĘ PRZED ARSENEM I JAK OCZYSZCZAĆ ORGANIZM?	28
FITOREMEDIACJA – JAK MOŻE WSPOMÓC DETOKSYKACJĘ ORGANIZMU?	41
JAK UNIKNAĆ NARAŻENIA NA ARSEN?	45
JAKIE BADANIA WYKONAĆ?	47
PODSUMOWANIE	49
BIBLIOGRAFIA	51