



## AirCampus: Cool down

Ernährungswissenschaftlerin Sandra Holasek erklärt, wie Sie auch in der heißen Jahreszeit einen kühlen Kopf bewahren.

### Tipps für die heiße Jahreszeit

In der heißen Jahreszeit sucht man oft nach einer passenden Abkühlung. Da greift man schnell zu einem süßen Eis und kalte Getränken. Wie gut diese wirklich helfen und was sich dabei im Körper tut, erklärt Assoz. Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Sandra Holasek, vom Lehrstuhl für Immunologie und Pathophysiologie, im neuesten AirCampus Beitrag.

Zum Beitrag geht es [hier](#).

*Monday, 25. June 2018*