# Gesund lesen

Gesundheitsratgeber | Sachbücher | Fachliteratur | Medizingeschichte 2022/2023

www.aerzteverlagshaus.at

VERLAGSHAUS DER ÄRZTE

## *Liebe Lesende!*

Gerade auch in Krisenzeiten ist Gesundheit ein hohes Gut. Unser stetig wachsendes Programm aus medizinischen Ratgebern, Fachbüchern und Titeln aus dem Bereich der Medizingeschichte bietet Ihnen dazu ein breites Angebot. Dafür danken wir vor allem unseren Autorinnen und Autoren und allen Kolleginnen und Kollegen im Buchhandel und den Auslieferungen, ohne die dieses Angebot nicht möglich bzw. nicht für alle erreichbar wäre.

Gesundheit verdient auch die beste Information, auf die man sich verlassen kann. Dafür stehen wir mit unserem Verlagsnamen. Und darauf schauen wir auch.

Auf den folgenden Seiten finden Sie ein großes Angebot an Büchern aus unterschiedlichen Teilbereichen der Medizin. Wenn Sie zu einzelnen Titeln nähere Informationen benötigen, besuchen Sie unsere Homepage unter **www.aerzteverlagshaus.at/shop**. Dort finden Sie zu jeder Publikation Ausführlicheres zum Inhalt, das Inhaltsverzeichnis sowie eine Leseprobe.

Außerdem können Sie dort auch unsere E-Books erwerben und direkt herunterladen. Melden Sie sich gerne und unverbindlich für unseren kostenlosen Newsletter an – er bietet Neuigkeiten zum Verlagsprogramm und in unregelmäßigen Abständen Goodies wie etwa Gewinnspiele.

Bleiben bzw. werden Sie gesund.

*Ihr Buchteam aus dem Verlagshaus der Ärzte*

© iStock/Avosb

Bibiane Krapfenbauer-Horsky,
Hans-Peter Petutschnig

## Auf den Spuren der alten Heilkunst in Wien

### Medizinische Spaziergänge durch die Stadt

168 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-204-2

Eine Entdeckungsreise in das unbekannte medizinische Wien, bei der es nicht nur um Freud-Haus, Narrenturm oder Josephinum geht. Erinnerungen an längst Vergangenes, mitunter Skurriles, Schockierendes oder Prägendes lassen Geschichten lebendig werden, die letztlich auch zeigen, wie sehr die einst in Wien wirkenden Mediziner Einfluss auf die österreichische und oft auch europäische Medizingeschichte hatten.

*Entdecken Sie das unbekannte medizinische Wien!*

© iStock/BardoczPeter; Stefan Seelig

## Große Seuchen und Pandemien

**Die Geschichte von Pest, Cholera, COVID-19 & Co.**

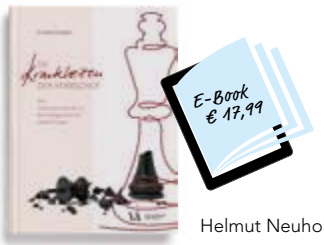
Helmut Neuhold

160 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-227-1

Die Geschichte der Menschheit ist auch eine von Krankheiten und Seuchen. Pest, Cholera, Typhus, Diphtherie, Pocken & Co. waren regelrechte Geißeln, die viele Leben forderten, oft aber auch soziale Umbrüche, neue Formen der Spiritualität und anderes bewirkten. Und gerade jetzt ist uns bewusst geworden, dass diese Geißeln jederzeit wieder auftreten können …

## Die Krankheiten der Herrscher

**Wie Hämorrhoiden & Co. die Weltgeschichte beeinflussten**




Helmut Neuhold

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-250-9

Hatten Entscheidungen, Fehl- oder auch unterlassene Entscheidungen vieler Regenten mit den Erkrankungen zu tun, an denen sie litten? Und konnten diese zum Beispiel durch krankheitsbedingte Regierungsunfähigkeit quasi den Verlauf der Geschichte wesentlich bestimmen? Ein Historiker beschreibt spannende Fälle und versucht sich in Schlussfolgerungen.

## Der Detektiv der fruchtbaren Tage

**Die Geschichte des Gynäkologen Hermann Knaus (1892–1970)**

Susanne Krejsa MacManus, Christian Fiala

272 Seiten, brosch., **€ 29,90**, ISBN 978-3-99052-146-5

Hermann Knaus erkannte als Erster die hormonelle Steuerung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage im weiblichen Zyklus. Seine Methode des Tage-Zählens galt und gilt noch heute vielen als Befreiung der Menschen aus dem Zwang zur ständigen Fruchtbarkeit. In der Ärzteschaft löste er heftige Kontroversen aus …

## Faszination Josephinum

**Die anatomischen Wachspräparate und ihr Haus**

Sonia Horn, Alexander Ablogin (Hg.)

184 Seiten, geb., **€ 24,90**, ISBN 978-3-99052-005-5

Das Josephinum beherbergt eine der historisch bedeutendsten medizinischen Lehrsammlungen der Welt. Die in Italien hergestellten Wachspräparate galten als wertvolle Lehr- und Anschauungsobjekte und faszinieren noch heute. Dieses Buch erzählt die Geschichte der Sammlung und präsentiert sie in zahlreichen Bildern.

2. Auflage, 104 Seiten, brosch.
**€ 14,90**, ISBN 978-3-99052-246-2

Georg Hofstätter, Julia Bintinger

## GoodHealth-Coach

**Das kompakte Kompendium der Nährstoffe**

Unsere heutige Lebens- und Ernährungsweise, aber auch veränderte Umweltbedingungen und mangelnde Bewegung schwächen unseren Körper. Neben einer Lebensstilveränderung kann im Bedarfsfall auch der zielgerichtete Einsatz von Mikronährstoffen eine Stärkung von Körper und Geist bewirken und uns wieder fit für die Anforderungen des Alltags machen. Was in welcher Dosis sinnvoll sein kann, zeigt dieser kompakte Ratgeber.

---

2. Auflage, 176 Seiten, brosch.
**€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-151-9

Ingrid Spona, Jürgen Spona

## Vitalquelle Aminosäuren

**Antistress – Abnehmen – Sport**

Mangelerscheinungen trotz gesunder Ernährung? Viele Befindlichkeitsstörungen, aber auch Erkrankungen werden durch einen Mangel an Nahrungsbestandteilen verursacht. Vor allem den Aminosäuren kommt dabei eine wesentliche Bedeutung zu. In diesem Buch erfahren Sie, was Aminosäuren sind, welche Aufgaben sie in unserem Körper übernehmen und wie man sie durch sinnvolle Zufuhr nachhaltig einsetzen kann.

---

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-102-1

Michaela Döll

## Lebenselixier Vitalstoffe

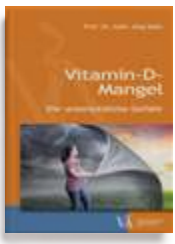
**Vitamine, Spurenelemente & Co.**

Mangelerscheinungen trotz gesunder Ernährung? Nie war es für uns Europäer so leicht, sich ausgewogen und gesund zu ernähren. Und doch zeigen Untersuchungen, dass viele Menschen einen Vitalstoffmangel aufweisen.

Dieses Buch zeigt, auf welche Vitalstoffe man besonders achten soll, in welchen Lebensmitteln sie enthalten sind und wie sich Mangelzustände bemerkbar machen.

## Vitamin-D-Mangel

**Die unterschätzte Gefahr**



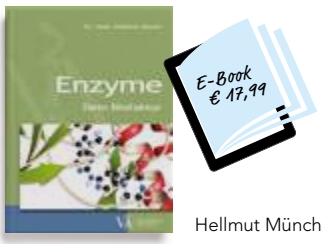

Jörg Spitz

184 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-172-4

Der Vitamin-D-Mangel hat in den letzten Jahren rasant zugenommen. Dabei ist Vitamin D für unsere Gesundheit von existentieller Bedeutung. Der Ratgeber zeigt, wie der Mangel behoben und in welcher Form Vitamin D gegen Krankheiten erfolgreich eingesetzt werden kann.

## Enzyme

**Dein Biofaktor**



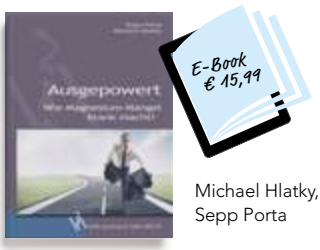

Hellmut Münch

256 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-171-7

Mit einer Enzymtherapie können schulmedizinische Behandlungen in vielen Bereichen erfolgreich unterstützt werden. Das Buch erklärt, was Enzyme sind, wie und warum sie wirken, welche Erkrankungen mit ihnen behandelbar sind und wo letztlich die therapeutischen Grenzen liegen.

## Ausgepowert

**Wie Magnesium-Mangel krank macht!**




Michael Hlatky,
Sepp Porta

192 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-067-3

Magnesium spielt in unserem Körper eine wichtige Rolle, ein Mangel kann auf längere Sicht krank machen. Denn ohne Magnesium läuft beim Energiestoffwechsel des Menschen gar nichts. Das Buch zeigt, wie man Mangelzustände feststellt und wie – je nach Sachlage – eine adäquate Therapie aussehen sollte.

## Eisenmangel

Michaela Döll,
Margit Weichselbraun

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-083-3

Eisenmangel ist eine der weltweit häufigsten Nährstoffmangelerkrankungen – auch in der westlichen Welt (bis zu 60 % aller Frauen sind hier betroffen). Er wird oft erst erkannt, wenn es bereits zu ernsten Beeinträchtigungen gekommen ist. Hier erfahren Sie, wie Sie einen Mangel rechtzeitig erkennen und gut behandeln können.

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-199-1

Ascensión Marcos, Johannes Huber, Michael Hlatky (Hg.)

## Bier & Gesundheit

**Ein Faktencheck**

Hat Bier auch positive gesundheitliche Auswirkungen? Und wie sieht es mit dem Alkohol aus? Ein internationales Forscherteam hat sich diesen und weiteren Fragen gestellt und zahlreiche Studien über die gesundheitlichen Aspekte eines mäßigen Biergenusses einem Faktencheck unterzogen. Unbestritten ist, dass Alkohol ein Nervengift ist, ein hohes Sucht- und Abhängigkeitspotential hat und bei exzessiver Einnahme Organschäden hervorruft. Aber Bier kann in Maßen auch unsere Gesundheit unterstützen.

---

160 Seiten, geb., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-126-7

Christine Hlatky, Michael Hlatky, Johannes Huber

## Bier

**Rezepte – Kultur – Gesundheit**

Das ultimative Buch für alle Bierliebhaber. Neben einem umfassenden Einblick in die vielfältige Welt und Geschichte des Biers bietet es wichtige Informationen zu den Herstellverfahren der verschiedenen Sorten und geht dem Wahrheitsgehalt mancher Biermythen nach. Es beleuchtet aber auch die gesundheitsfördernden wie -gefährdenden Aspekte des Getränks und bietet viele schmackhafte Rezepte, bei denen Bier eine wichtige Zutat ist.

---

5. Aufl., 144 Seiten, brosch.
**€ 14,90**, ISBN 978-3-99052-167-0

Manfred Walzl, Michael Hlatky

## Jungbrunnen Bier

**Gesunder Genuss**

Weltweite Forschungen haben ergeben, dass Bier bei maßvollem Genuss ein relativ nebenwirkungsfreies Getränk mit vielen positiven medizinischen Wirkungen ist – was der Volksmedizin übrigens schon seit vielen Jahrhunderten bekannt ist. Die positiven Wirkungen des Bieres, zum Beispiel bei Nierensteinen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Osteoporose, sind wissenschaftlich eindeutig belegt und werden in diesem Buch vorgestellt.

# ERNÄHRUNG – MODERNE MAYR-MEDIZIN

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-191-5

Harald Stossier, Georg Stossier

## Allergien & Unverträglichkeiten lindern mit dem VIVAMAYR-Prinzip

Immer mehr Menschen leiden unter Allergien. Nicht selten ist die westliche Lebensführung hauptverantwortlich. Mit dem VIVAMAYR-Prinzip werden innovative Diagnostikmethoden mit einer ganzheitlichen Therapie vereint, die mit etwas Übung problemlos in den Alltag integriert werden kann und allergische Reaktionen auf einfache Weise lindern kann – ganz ohne Medikamente.

---

160 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-180-9

Harald Stossier, Georg Stossier

## Moderne Mayr-Medizin & das VIVAMAYR-Prinzip

**Du bist, was du verdaust**

Die Moderne Mayr-Medizin betrachtet Ernährung umfassend als Zusammenspiel der Lebensmittel und unserer Verdauungsleistung und ist damit mehr als eine Diät. Es kommt also darauf an, was wir aus den Lebensmitteln machen, die wir essen, ob wir gesund sind bzw. bleiben oder krank werden. Mit dem VIVAMAYR-Prinzip können die erreichten gesundheitlichen Verbesserungen ein Leben lang erhalten werden.

---

2. Aufl., 128 Seiten, brosch.
**€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-252-3

Harald Stossier, Georg Stossier

## Ernährung

**Worauf es wirklich ankommt**

Das Buch führt durch den Dschungel der Ernährungsempfehlungen, indem es nur auf die wichtigen Grundlagen abzielt, um so die jeweils individuelle gesunde Ernährungsform finden zu können.

Sie erfahren in diesem Buch u. a., warum „sauer" krank und Fett nicht automatisch dick macht, wieso die Ernährungspyramide so nicht mehr gilt und weshalb Cholesterin nicht sofort mit Medikamenten bekämpft werden muss.

Daniela Tuller-Rust, Janine Painer

## Kreative Saisonküche

**Gesunde Gaumenfreuden im Jahreszyklus**

204 Seiten, geb., **€ 27,90**, ISBN 978-3-99052-249-3

Im Garten sind Obst und Gemüse reif und was macht man jetzt damit? Lecker soll es sein, gesund und idealerweise auch schnell gekocht. Letzteres funktioniert nicht in jedem Fall, aber köstlich und gesund gehen mit guten Rezepten immer.

Jedenfalls mit diesem Kochbuch, bei dem die Hauptzutat immer nach dem Zeitpunkt der Ernte im Mittelpunkt steht. Ein perfektes Jahreszeitenkochbuch, das neben Klassischem auch Pfiffiges bietet.

## Köstliche Medizin

**Rezepte österreichischer ÄrztInnen**

216 Seiten, geb., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-087-1
Pro verkauftem Buch gehen € 3,- an Ärzte ohne Grenzen

MedizinerInnen stellen im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit immer wieder Rezepte aus, aber diesmal geht es um das leibliche Wohl. Österreichische ÄrztInnen ordinieren für dieses Buch vor dem heimischen Herd und präsentieren ihre Lieblingsrezepte. Herausgekommen ist ein bunter Reigen aus bodenständigen Gerichten, pfiffigen Rezepten und ausgefallenen kulinarischen Kreationen. Lassen Sie sich behandeln …

## MED-KITCHEN

**Gesund & Genuss**

Alexandra Wolffinger, Oliver Helk (Hg.)

144 Seiten, geb., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-231-8

Gesunde Ernährung ist die Voraussetzung für einen gesunden Körper und Geist. Sie kann Krankheiten vorbeugen und Heilung fördern.

In diesem Buch stellen österreichische KöchInnen wie Olvier Hoffinger, die Gebrüder Wrenkh, Jacqueline Pfeiffer, Markus Berndt u.v.a. ihre im Rahmen der Kochreihe „MED-KITCHEN" präsentierten Rezepte vor.

Mit jedem verkauften Buch geht eine Spende an die St. Anna-Kinderkrebsforschung in Wien.

Babak Bahadori, Erwin Ditsios, Iris Pestemer-Lach

## Medizinisches Intervallfasten

### Die sieben Stufen zum Gleichgewicht

8. Auflage, 152 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-251-6

Dieses Programm basiert auf aktuellen Forschungsergebnissen aus dem Bereich der Stoffwechselerkrankungen, kombiniert mit altbewährtem Wissen aus der orientalischen und chinesischen Medizin. Daraus entstand ein Sieben-Stufen-Konzept, das schon vielen Menschen zu einer dauerhaften wie nachhaltigen Gewichtsreduzierung verholfen hat.

Der Ratgeber liegt nun in der achten Auflage vor, mit neuem Titel, komplett überarbeitet und um neue wissenschaftliche Erkenntnisse und Rezepte ergänzt.

---

### Willst du schlank sein oder glücklich? gesund? gut gelaunt?

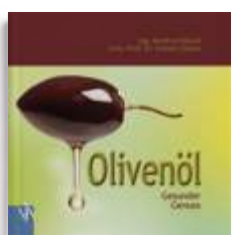
Bernhard Baumgartner, Katharina Muhr

160 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-190-8

Viele wollen Gewicht verlieren, fitter und gesund werden oder bleiben – und dann glücklich sein! Die Herausforderung liegt aber nicht darin, in kurzer Zeit viel abzunehmen, sondern darin, wie das Erreichte stabilisiert werden kann. Dazu bietet dieses Buch klare Antworten.

### Olivenöl

Gesunder Genuss




Manfred Bläuel, Robert Gasser

228 Seiten, geb., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-089-5

Der aufwändige Text-Bild-Band über Geschichte, Herstellung und Sortenvielfalt des Olivenöls bietet alles Wichtige zu den gesundheitlichen Aspekten der Olive, ihrer Kulturgeschichte und viele Rezepte – u.a. von Johann Lafer oder Ewald Plachutta –, die Appetit auf natürliche Gesundheit machen.

### Diäten vergessen – genussvoll essen

Daniela Tuller-Rust, Janine Painer

160 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-125-0

Diese Sammlung kalorienbewusster und genussreicher Rezepte bietet eine reiche Auswahl an ausgewogener Mischkost. Sie sind einfach, schnell nachvollziehbar und benötigen keine besonderen küchentechnischen Vorkenntnisse. Bewusst und nachhaltig abnehmen ohne Selbstkasteiung oder Genussverzicht.

## (Kreuz-)Schmerz lass nach!

**Was tun bei Hexenschuss, Bandscheibenvorfall und Kreuzschmerzen?**

Heinz G. Kollmann

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-134-2

Wenn es um Ratschläge geht, wie man Kreuzschmerzen zu Leibe rücken kann, stehen Betroffene rasch vor einem schier undurchdringlichen Informationsdschungel. Dieser kompakte Ratgeber zeigt, woher Kreuzschmerzen kommen, was wirklich dagegen hilft und ab wann eine Operation angezeigt ist.

## Bewegt durch den Alltag

**Das Gesundheitsprogramm für alle**

Thomas Lovse,
Peter Fuchs,
Gernot Deutsch

2. Aufl., 104 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-147-2

Wer kaum Zeit für regelmäßigen Sport hat, findet in diesem Buch die perfekte Lösung, um mit wenig Aufwand trotzdem fit zu bleiben. Die Schritt für Schritt beschriebenen und fotografierten leichten Übungen passen in jeden noch so hektischen Tagesablauf.

## Waving

**Der neue Lifestyle gegen Schmerzen**

Michael Vitek

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-178-6

Waving ist eine orthopädisch weiterentwickelte Variante des Nordic Walking, mit der man in einer Kombination aus symmetrisch-rhythmischer, langsamer und fast unmerkbarer Bewegung, ein wenig Atemtechnik und leichten Konzentrationsübungen wunderbar Schmerzen bekämpfen kann. Mit effektiven Übungen – waven Sie, wie und wo immer Sie gerade sind!

## Kreuzschmerzen loswerden, Depressionen & Panikattacken besiegen

**mit der Waving-Methode**

Michael Vitek

152 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-205-9

Schultern vor lauter Stress nach oben gezogen, Nacken verspannt …
Was kann man dagegen tun?
Für jedes Alter, gegen Schmerzen und auch bei psychischen Erkrankungen: Noch mehr Waving-Übungen, wieder mit zahlreichen Fotos, die die Nachvollziehbarkeit erleichtern.

## Gesund zu Fuß

**Hallux, Fersensporn & Co.**

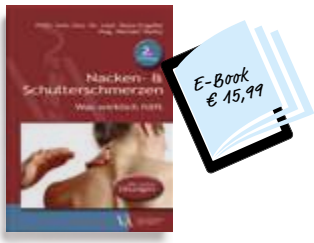
Klaus Engelke, Michael Hlatky

112 Seiten, brosch., **€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-086-4

Hier geht es um Fußgesundheit, von Brüchen über Hallux valgus, Zehenfehlstellungen, Fersensporn, Achillessehnenverletzung usw. bis hin zu Warzen und Fußpilz. Das Buch beschreibt die Fehlstellungen und Erkrankungen und zeigt alle vorbeugenden Maßnahmen sowie Therapieoptionen auf.

## Nacken- & Schulterschmerzen

**Was wirklich hilft**




Klaus Engelke, Michael Hlatky

2. Aufl., 96 Seiten, brosch., **€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-177-9

Nacken- und Schulterschmerzen sind oft langwierig und häufig schmerzhaft. Zur erfolgreichen Therapie ist die richtige Diagnose von entscheidender Bedeutung. Nach der erfolgreichen Behandlung kommt regelmäßigen Übungen ein wesentlicher Stellenwert zu, um Rückfälle zu vermeiden. Dieses Buch bietet eine gute Auswahl an solchen Übungen.

## Koordination beginnt im Kopf – Bewegung macht's perfekt

Klaus Engelke, Michael Hlatky

2. Aufl., 144 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-902552-79-2

Koordination vermindert das Verletzungsrisiko. Das Buch bietet Informationen über die Steuerung der Bewegungsabläufe, im Praxisteil zudem viele Übungen zur Koordinationsverbesserung.

## Sportverletzungen

**Vermeiden – erkennen – behandeln**

Pejman Ziai, Gustav Huber

192 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-027-7

Dieses Buch zeigt, was zur Vermeidung von Sportverletzungen wichtig ist, wie man sie im Falle des Falles rasch erkennt und wie sie professionell behandelt werden können.

## Osteoporose

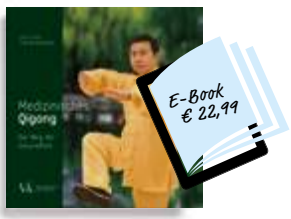
Harald Dobnig, Karin Gruber

168 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-131-1

Das Buch befasst sich mit den medizinischen und lebensstilabhängigen Aspekten der Erkrankung und bietet Basiswissen für den Alltag. Damit Betroffene trotz Osteoporose möglichst gut leben können.

## Medizinisches Qigong

**Der Weg der Gesundheit**

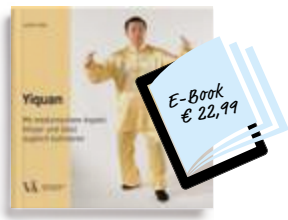



Jumin Chen, Thomas Weidinger

3. Aufl., 160 Seiten, geb., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-212-7

Durch Kombination von Atem-, Körper- und Bewegungsübungen sowie Konzentration und Meditation aktivieren Sie Ihre eigenen Kräfte und finden zu Ausgeglichenheit. Mit vielen Übungen.

## Yiquan – Mit medizinischem Aspekt Körper und Geist zugleich kultivieren




Jumin Chen

2. Aufl. , 160 Seiten, geb., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-215-8

Yiquan schult Körper und Geist gleichermaßen. Mit Vorstellungsbildern und Bewegungen erreichen Sie einen Zustand der Ganzheit für mehr Vitalität und Lebensfreude. Mit vielen Übungen.

## Akupunktur – Akupressur

**Chancen & Grenzen**

Gertrude Kubiena

136 Seiten, brosch., **€ 14,90**
ISBN 978-3-901488-28-3

Das Buch erklärt die Denk- und Behandlungsmodelle von Akupunktur und Akupressur sowie deren praxisbezogene Anwendung. Erfahren Sie, was sie können und wie sie wirken.

## Ghee

**Das Gold der Ayurveda-Medizin**

Sebastian Mathew, Eva Kettler, Otto Schmut

3. Aufl., 160 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-140-3

Dieses Buch bietet einen Überblick zu den vielfältigen Anwendungsbereichen von Ghee und zeigt, wie man es leicht selbst herstellen kann. Mit einigen Rezepten.

## Elementare Heilkräfte

**der Traditionellen Europäischen Medizin**

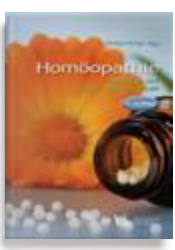
Wolfgang Hofmeister

3. Aufl., 168 Seiten, brosch.
**€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-137-3

Nutzen Sie die einfache und naturbezogene Gesundheitsvorsorge der TEM, um Ihre Selbstheilungskräfte zu stärken und Wohlbefinden zu erreichen. Mit vielen Übungen.

## Homöopathie

**Medizin der feinen Unterschiede**



Erfried Pichler (Hg.)

2. Aufl., 216 Seiten, brosch., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-188-5

Mediziner geben in diesem Buch Einblicke in ihre Arbeit mit Homöopathie. Anhand ausgesuchter Fälle können Wirkweise und -mechanismus gut nachvollzogen werden.

© iStock/emer1940

Robert Bosch, Konstantin Schulze (Hg.)

## CBD für Hunde

### Wie Hanf hilft

168 Seiten, brosch., **€ 22,90**,
ISBN 978-3-99052-254-7

Dieser umfassende, auf neuesten Forschungsergebnissen sowie Anwendererfahrungen beruhende Ratgeber zeigt, wie die gezielte Gabe von CBD Hunden in verschiedenen Lebenslagen helfen kann. Themen sind u.a. Schlafverhalten, ängstliche Tiere, Schmerzen, Verdauungsstörungen, Entzündungen, Haut und Fell und vieles mehr. Ein unentbehrlicher Ratgeber für alle Hundehalter.

## Heilpilze

**Bedeutung – Anwendung – Verfügbarkeit**

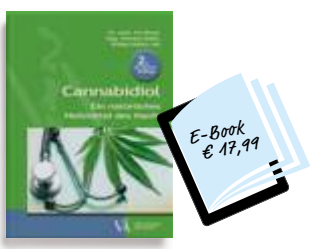
Eva Fauma,
Manuela Angerer

144 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-229-5

Heilpilze helfen nachweislich gegen viele gesundheitliche Beeinträchtigungen, was inzwischen auch immer mehr Studien belegen. Dieser Ratgeber gibt einen fundierten Einblick in die vielfältige Welt der Heilpilze und deren Einsatzmöglichkeiten.

## Cannabidiol

**Ein natürliches Heilmittel des Hanfs**



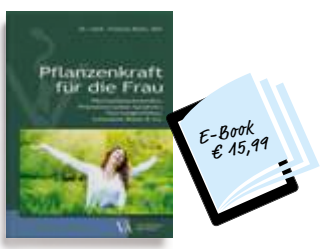

Iris Pleyer, Michael Hlatky,
Philipp Hlatky

2. Aufl., 192 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-226-4

Cannabidiol (CBD) ist ein nicht berauschender Wirkstoff des Hanfs, der in der Medizin einen immer größeren Stellenwert bekommt. Dieser Ratgeber gibt einen Überblick zu den derzeit bekannten Einsatzmöglichkeiten und fasst dabei den aktuellen wissenschaftlichen Stand zusammen.

## Pflanzenkraft für die Frau

**Wechselbeschwerden, Prämenstruelles Syndrom, Harnwegsinfekte, schwache Blase & Co.**




Thomas Klein

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-103-8

Pflanzenkraft voll im Trend! Dieses Buch stellt die vielseitigen und erfolgreichen Einsatzmöglichkeiten von Heilpflanzen bei typischen Frauenleiden vor. Damit Pflanzenstoffe wirken können, sind allerdings einige Grundregeln zu beachten, die in diesem Buch detailliert vorgestellt werden.

168 Seiten, brosch., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-224-0

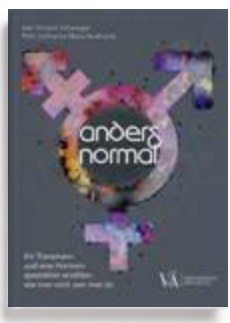
Katharina Maria Burkhardt, Margit Friesenbichler

## Tanz mit den Hormonen

**Natürliche Alternativen für Ihre innere Balance**

Hormone steuern so ziemlich alles in unserem Organismus und beeinflussen unser körperliches und psychisches Wohlbefinden. Dieser Ratgeber erklärt, was Sie bei Hormonmangel, zu hohen Werten und bestimmten Krankheitsbildern konkret tun können. Mit praktischen Checklisten für Betroffene und TherapeutInnen.

---




184 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-235-6

Sam Vincent Schweiger, Katharina Maria Burkhardt

## Anders normal

**Ein Transmann und eine Hormonspezialistin erzählen, wie man wird, wer man ist.**

Die Autoren beantworten offen und ehrlich über 130 Fragen zum Thema Transidentität, die sich vor, während und nach einer Geschlechtsangleichung ergeben, und gewähren dabei tiefe Einblicke in unser hormonelles Innenleben und die ganz normale Welt der Emotionen.

---

144 Seiten, brosch., € **19,90**
ISBN 978-3-99052-234-9

Armando Farmini

## Deine Schilddrüse

**Wie sie Gesundheit, Charakter und Beziehungen prägt**

Kein anderes Organ beeinflusst unser Handeln, unseren Charakter so sehr wie die Schilddrüse. Ist sie erkrankt, zeigt sich das oft an sehr unterschiedlichen Symptomen, die ganz andere Ursachen vermuten lassen. Dieser Ratgeber zeigt, wie man Schilddrüsenerkrankungen auf die Spur kommt und wie sie behandelt werden.

208 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-088-8

Doris Eller-Berndl, Erich Roth

## Good by(e) Stress

**Hilfe durch Präventivmedizin und Body-Mind-Therapien**

Stress ist heute allgegenwärtig. Doch was ist er überhaupt, wie wirkt er auf unseren Körper und über welche Mittel zur Gegensteuerung verfügen wir? Dieser Ratgeber zeigt, warum manche von uns anfälliger für Stress sind und wie wir ihm alle erfolgreich begegnen können. Mit garantierten Aha-Momenten.

---

168 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-149-6

Sepp Porta, Michael Hlatky

## Stress besiegen mit der Kraft der Pause

Stress ist zwar wichtig und gehört zum Leben, allerdings kann ständiger Stress und die damit verbundene Reizüberlastung zu gesundheitlichen Problemen führen. Dann sind greifbare Energiedefizite zu verzeichnen, die zu Erkrankungen führen. Gut geplante Pausen sind hiergegen ein wichtiges Mittel. Dieses Buch erklärt, warum beherrschbarer Stress nichts anderes ist als die erfolgreiche Vorbereitung des Organismus auf die nächste Belastung.

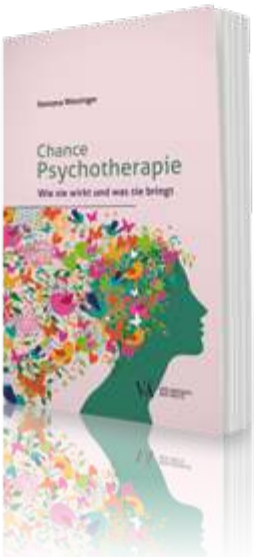
---

3. Aufl., 154 Seiten, brosch.
**€ 19,90,** ISBN 978-3-99052-203-5

Béla Büki, Heinz Jünger, Wolfgang Bauer

## Schwindel & Gleichgewichtsstörungen

Schwindelattacken sind tückisch, da ihnen eine große Bandbreite an möglichen Ursachen zugrunde liegt. Die Diagnose ist daher elementar wichtig. Hier hilft dieser Ratgeber mit fundierten Informationen. Dank moderner Verfahren und Methoden kann man heute Schwindelfälle abklären und meistens auch erfolgreich behandeln. Zudem erfahren Betroffene in diesem Buch, was sie selbst aktiv gegen eine Erkrankung tun können.




Romana Wiesinger

## Chance Psychotherapie

**Wie sie wirkt und was sie bringt**

136 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-253-0

Das Buch ist ein Plädoyer für die Psychotherapie und soll jene motivieren, die schon länger über eine Therapie nachdenken, sich aber bisher nicht dafür entschieden haben. Es räumt mit gängigen Vorurteilen auf und gewährt viele Einblicke in die Arbeit einer Therapeutin.

## Zum Kotzen

**Tagebuch einer Bulimie-Erkrankung**

Sigrid Tschiedl, Ursula Bailer

2. Auflage, 196 Seiten, geb., **€ 17,90**
ISBN 978-3-902552-85-3

Die fiktive Geschichte von Lilly zeigt, wie sich Ess-Brech-Sucht manifestiert. Man erfährt, wie Erkrankte ihr Leiden verheimlichen, wie sie darunter leiden, wie man das Problem erkennt und wie eine gute Therapie aussieht.

## Chronisches Fatigue-Syndrom

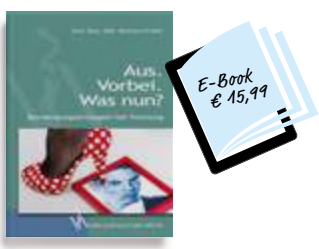
Wolfgang A. Schuhmayer

104 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-128-1

Das Fatigue-Syndrom zählt zu den rätselhaftesten Krankheiten, obwohl mehrere Millionen Menschen daran leiden. Über die ersten Erkrankungshinweise bis hin zu Diagnoseversuchen und aktuellen Behandlungsansätzen.

## Aus. Vorbei. Was nun?

**Bewältigungsstrategien bei Trennung**




Barbara Friehs

148 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-110-6

Wenn Beziehungen zerbrechen, fallen viele in ein „Loch". Wie man das Geschehene aufarbeiten, Trennungsursachen verstehen und Gefühle besser verorten kann. Mit Checklisten und Übungen.

## Weniger Pillen, mehr vom Leben

**Sinnvoller Medikamenteneinsatz im Alter**

Peter Weiler, Wolfgang Bauer

144 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-161-8

Viele ältere Patienten nehmen viel zu viele Arzneien zu sich – und das täglich. Das müsste oft gar nicht sein, wie dieser Ratgeber zeigt. Über Nebenwirkungen und die Sinnhaftigkeit.

## Alzheimer – Demenz

**Therapien, Unterstützung, wichtige Adressen**

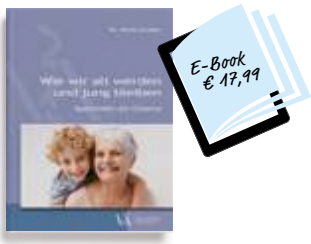
Reinhard Pohanka

196 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-071-0

Das Buch für Angehörige von Alzheimer- bzw. Demenzpatienten. Mit vielen praktischen Tipps und wichtigen juristischen Hinweisen sowie einer Übersicht zu vorhandenen Hilfsangeboten.

## Wie wir alt werden und jung bleiben

**Spermidin als Chance**




Karin Gruber

184 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-233-2

Bei guter Gesundheit alt werden. Neben gesunder Ernährung und körperlicher Fitness gibt es einige weitere Ansätze, um dem Alter ein Schnippchen zu schlagen. Einer davon ist Spermidin.

## Die Kerze in der Leber

**Erinnerungen eines Chirurgen**

Friedrich Anton Weiser

112 Seiten, geb., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-168-7

Jedes Berufsleben hat heitere bzw. unfreiwillig komische Seiten. Dieses Buch erzählt von humorigen Erlebnissen, denn Humor gehört zum Leben und hat sogar therapeutischen Nutzen.

## Einsatz Leben

**Gedanken eines Retters**

Thorsten Münch

112 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-238-7

Die Arbeit eines Rettungssanitäters ist oft physisch wie psychisch belastend, mitunter auch berührend. Dieses Buch liefert Geschichten zum Nachdenken, zum Staunen oder Schmunzeln.

## Parkinson Kompakte Hilfe für Angehörige und Betroffene

Klaus-Dieter Kieslinger

2. Aufl., 128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-230-1

Mit Parkinson den Alltag meistern. Dieses Buch zeigt Betroffenen und Angehörigen, wie der Alltag mit Parkinson leichter fällt und weckt (wieder) die Lebensfreude.

© iStock/Gonzalo Calle Asprilla

Klaus-Dieter Kieslinger, Wolfgang Bauer

## Tremor

**Was hilft gegen mein Zittern?**

160 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-247-9

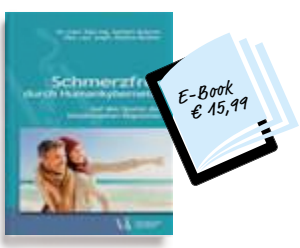
Finger, Hände, Füße oder andere Körperteile zu zittern beginnen, ist ein häufiges Beschwerdebild in einer neurologischen Praxis. Eines, das die Betroffenen stark belastet.

Tremor ist meist nicht gefährlich. Oft stecken jedoch ernste Ursachen wie Morbus Parkinson oder auch Alkoholismus dahinter. In diesen Fällen kann durch die Therapie der Grunderkrankung auch der Tremor effektiv gebessert oder geheilt werden.

Doch auch ohne eindeutige Ursache lässt sich die Lebensqualität von TremorpatientInnen deutlich verbessern.

Dieser Ratgeber bietet Betroffenen und Angehörigen hilfreiche Informationen zu Diagnostik und Therapien und liefert Tipps für einen lebenswerten Alltag mit Tremor.

## Schmerzfrei durch Humankybernetik




Herbert Koerner, Bettina Reckter

152 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-124-3

Die Humankybernetik beeinflusst über manuelle Maßnahmen die Steuerungs- und Regelprozesse im menschlichen Körper. Davon können vor allem langjährige Schmerzpatienten profitieren.

## Restless-Legs-Syndrom

**Erkennen – behandeln – vorbeugen**

Klaus-Dieter Kieslinger

144 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-170-0

Quälende Unruhe, Brennen oder Kribbeln in den Beinen: Das RLS ist eine häufige und quälende neurologische Erkrankung. Das Buch zeigt, wie die Erkrankung richtig diagnostiziert und gut behandelt wird.

## Polyneuropathie

**Wenn Nerven schmerzen**

Klaus-Dieter Kieslinger, Wolfgang Bauer

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-213-4

Diffuse Schmerzen oder Gefühlsstörungen in den Extremitäten treten auf, wenn Nervenverbindungen beeinträchtigt sind. Dieses Buch zeigt hilfreiche Maßnahmen auf.

## Darm krank – alles krank

**Hilfe mit ganzheitlicher Therapie**

Jörn Reckel, Wolfgang Bauer

2. Aufl., 176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-169-4

Sie leiden unter Blähungen, Verstopfung oder Durchfällen, Bauchschmerzen, Übelkeit und so weiter? Vielleicht hat das mit einer gestörten Darmflora zu tun. Das Buch zeigt, welche Therapieoptionen in so einem Fall bestehen.

## Reizdarm

**Diagnose, Therapie, Vorbeugung**

Friedrich Anton Weiser

104 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-187-8

Betroffene leben manchmal schon jahrelang mit Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall und Co. In diesem Buch erfahren Sie, wie ein Reizdarm diagnostiziert wird und welche therapeutischen Maßnahmen erfolgreich sind.

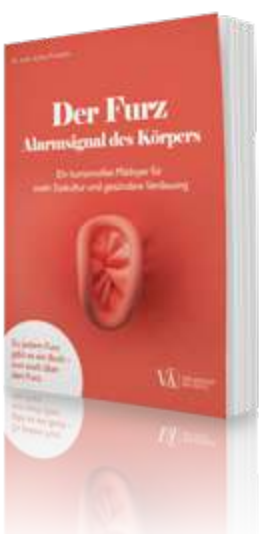
## Hämorrhoiden

**Sprechen wir darüber**

Friedrich Anton Weiser

2. Aufl., 128 Seiten, brosch.
**€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-143-4

Fast jeder leidet irgendwann in seinem Leben an Hämorrhoiden. Dieses Buch zeigt, wie sie entstehen, eine Erstuntersuchung durchgeführt und die Diagnose erstellt wird. Zudem werden die therapeutischen Möglichkeiten detailliert erörtert.




© iStock/chengyuzheng

Anton Pruntsch

## Der Furz – Alarmsignal des Körpers

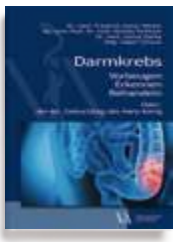
**Ein humorvolles Plädoyer für mehr Esskultur und gesündere Verdauung**

152 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-239-4

Es wurde endlich Zeit für einen medizinischen Ratgeber zum Furz! Tauchen Sie ein in die Tiefen der menschlichen Ausdünstungen – mit Humor und wenig Respekt vor schambehafteten Vorurteilen, aber auch ernsthaft, wenn es um die Darmgesundheit bzw. deren Wiederherstellung geht.

## Darmkrebs

**Vorbeugen – Erkennen – Behandeln**




Friedrich Anton Weiser, Monika Ferlitsch u.a.

96 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-150-2

Darmkrebs ist eine häufige Krebserkrankung und im Akutstadium schwer zu behandeln. Das Buch stellt die Therapieoptionen vor, versteht sich aber auch als Plädoyer für die wichtige Vorsorgeuntersuchung (Koloskopie).

## Die Kontrolle wiedererlangen

Stefan Riss, Marc-André Boddenberg

136 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-225-7

Verstopfung und Stuhlverlust erfolgreich behandeln: Das Buch stellt die zahlreichen Behandlungsmöglichkeiten bei einem oft heiklen Thema vor und liefert viele Beckenbodenübungen für Betroffene.

## Schluss mit Sodbrennen

**Reflux, Gastritis, Magengeschwüre & Reizmagen**

Karin Gruber, Michael Gschwantler, Werner Weiss

4. Aufl., 148 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-141-0

Viele leiden unter Reflux, Gastritis, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren oder Reizmagen. Mit der richtigen Behandlung und einigen Korrekturen im Lebensstil lassen sich die Beschwerden oft lindern, bei vielen auch völlig beseitigen.

## Gefäße

**Wie sie gesund bleiben, wie sie gesund werden**

Afshin Assadian (Hg.)

184 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-200-4

Mit dem Alter nehmen Gefäßkrankheiten zu, führen oft zum Verlust von Mobilität und Lebensqualität. Dieses Buch zeigt, wie man dem vorbeugen kann und wie Erkrankungen behandelt werden.

## Hilfe zur Selbsthilfe –

**Wunden besser verstehen und versorgen. Eine Anleitung für die Praxis**

Michaela Krammel (Hg.)

200 Seiten, brosch., **€ 24,90**, ISBN 978-3-99052-245-5

Dieses Buch zeigt, wie nicht oder nur schlecht heilende Wunden professionell versorgt werden, was Sie oder Angehörige noch selbst leisten können und wo man sich Hilfe holen kann.

Hellmut Münch, Thomas Fentner

## Krebs!

**Ihr Anteil am therapeutischen Erfolg**

168 Seiten, brosch., **€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-236-3

Eine Krebsdiagnose ist niederschmetternd und zumeist wird man dann belastenden Behandlungen zugeführt. Diese Belastungen können aber reduziert werden. Ob Mistel, Enzyme, Phytotherapie oder OnkoWalking, alles was Sinn macht, findet in diesem Buch Erwähnung.

## Fieberblasen, Herpes & Co.

Friedrich Breier, Karin Gruber

144 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-015-4

Fieberblasen können einem das Leben schon vermiesen. Der Übeltäter heißt Herpes simplex Typ 1 und bricht bei manchen Menschen mit einer besonderen Hartnäckigkeit immer wieder aus. Das Virus wird man zwar nicht wieder los, die Häufigkeit der Ausbrüche lässt sich aber verringern, wie dieses Buch zeigt.

## Hautkrebs

**Vorbeugen, erkennen, behandeln**

Friedrich Breier, Karin Gruber

160 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-159-5

Gerade beim Hautkrebs stehen die Chancen für eine Früherkennung sehr gut. Selbstkontrolle und Sonnenschutz sind wichtig, dazu die rechtzeitige Diagnose. Dieses Buch informiert zudem über die bereits guten Behandlungsoptionen.

## Brustrekonstruktion

**bei Brustkrebs und Hochrisiko**

Edvin Turkof

176 Seiten, brosch., **€ 39,90**
ISBN 978-3-99052-163-2

Das Buch beschreibt alle Möglichkeiten der Brustrekonstruktion und zeigt zu jedem Eingriff detaillierte Skizzen und zahlreiche Fotos. Am Ende jedes Kapitels werden die Vor- und Nachteile der Operation in einer Tabelle zusammengefasst und gegenübergestellt.

## Herzschwäche

**Ursachen – Diagnose – Therapie**

Johann Altenberger,
Wolfgang Bauer

3. Aufl., 96 Seiten, brosch.
**€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-228-8

Bei Herzinsuffizienz ist umfassendes Wissen von elementarer Bedeutung für den Behandlungserfolg. Dieses Buch erklärt, wie mit Befolgung der Therapievorgaben eine sehr hohe Lebensqualität möglich ist.

## Herz intakt statt Infarkt

Günter Steurer,
Karin Gruber

2. Aufl., 144 Seiten, brosch.
**€ 17,90**, ISBN 978-3-99052-096-3

Herzgesundheit beginnt mit dem passenden Lebensstil. Dieser Ratgeber erklärt, worauf es dabei ankommt und was jeder leicht dafür tun kann. Genau jetzt ist der richtige Zeitpunkt!

## Bluthochdruck im Griff

**Ohne Medikamente zu Normalwerten**

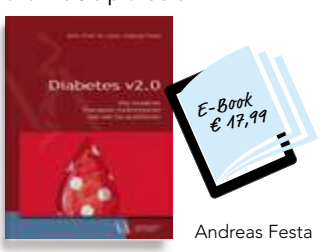
Helmut Brussée,
Nina Valentin

104 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-039-0

Neben Medikamenten gibt es weitere Möglichkeiten zur Behandlung von Bluthochdruck. Die Lebensstiländerung, Heilpflanzen und einige Lebensmittel können dazu beitragen, wieder in den Normalbereich zu kommen.

## Diabetes v2.0

**Wie moderne Therapien funktionieren und wie Sie profitieren**




Andreas Festa

192 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-237-0

Wenn die Frage der Diabetesart geklärt ist, spielen Mess- und Behandlungsmöglichkeiten eine entscheidende Rolle. Das Angebot hat sich in den letzten Jahren vervielfacht und ist damit unübersichtlicher geworden. Dieses Buch bietet eine gute Orientierung.

## Basis-Bolus-Insulintherapie

**Erfolgreiche Selbstanpassung bei Diabetes Typ 1 und 2**

Mario Francesconi,
Erwin Holub, Reinhard
Pohanka, Andreas Woitzuck

2. Aufl., 176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-135-9

Mit dem BASIS-BOLUS-Konzept können Diabetiker bei Unterzuckerung und zu hohen Zuckerwerten, aber auch auf Reisen, bei Krankheit, Diät, Sport und in vielen anderen Lebenssituationen ihre Insulintherapie selbständig und eigenverantwortlich den jeweiligen Situationen anpassen.

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-222-6

Sigrid Tschiedl

## WERTsein

**Mit Werten wirken**

Werte bilden die Basis unserer Identität, sie bringen in Bewegung, bieten Orientierung, stiften Sinn, sind Ressourcen; sie wirken unverwechselbar und anziehend. Wer sich seiner persönlichen Werte bewusst ist und diese nach außen aktiv verkörpert, kann es schaffen, zufrieden und erfolgreich zu werden. Dieses Buch ist ein wertvolles Sach- und Machbuch mit vielen Übungen, um Werte von der Theorie in die begreifbare Praxis zu holen.

---

176 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-138-0

Sigrid Tschiedl

## KörpersprachliCH

**Wirkung ohne Worte**

Den „nonverbalen" Signalen (Mimik, Gestik, Haltung) kommt in der zwischenmenschlichen Kommunikation große Bedeutung zu. Körpersprache ist Muttersprache – sie ist geprägt davon, wo und unter welchen Umständen wir aufwachsen, sie ist verständlich und dennoch individuell. Doch haben Sie sich jemals mit Ihrer persönlichen Körpersprache wirklich auseinandergesetzt? Nutzen Sie die Wirkung Ihrer Signale?

---

206 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-000-0

Sigrid Tschiedl, Roman F. Szeliga

## KommUNIKATion

**Persönlichkeit wirkt einzigartig**

Mehr Ausdruck macht mehr Eindruck. Die Wirkung einer Präsentation wird großteils von Körpersignalen bestimmt. Damit kommt nicht dem Inhalt, sondern der Persönlichkeit entscheidende Bedeutung zu. Gute Kommunikation kann erlernt werden. Dieses Buch macht Prozesse der Kommunikation verständlich und vermittelt Impulse für einen eigenen, persönlichen Präsentationsstil. Zahlreiche Übungen machen die Theorie sofort (be)greifbar.

© iStock/grafvision

Peter Voitl

## Kindergesundheit von A bis Z

3. Aufl., 432 Seiten, geb., **€ 27,90**
ISBN 978-3-99052-248-6

In diesem Buch werden nicht nur die wichtigen Kinderkrankheiten behandelt, sondern auch viele Probleme aus dem Alltagsleben der Kinder, wie Pubertät, Schule, Alkohol usw. Darüber hinaus können Nutzer auch nach bestimmten Symptomen wie Fieber, Bauchschmerzen oder Erbrechen suchen, um der zugrundeliegenden Erkrankung auf die Spur zu kommen. Ein Buch, das in keiner Familie fehlen sollte.

## Kindern helfen mit neuen Hausmitteln

**Traditionelle europäische Medizin wiederentdeckt**

Wolfgang A. Schuhmayer,
Karl Zwiauer

2. Aufl., 272 Seiten, brosch. **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-198-4

Natürliche und pflanzliche Therapien haben in der Kinderheilkunde einen besonderen Stellenwert. Dieser Praxisratgeber konzentriert sich auf Hausmittel, die dem wissenschaftlichen Nachweis standhalten. Unsere Kinder profitieren in besonderem Ausmaß von dieser „alten" Naturmedizin, und viele Probleme können gelöst werden, ehe man herkömmliche Medikamente zu Hilfe nehmen muss.

## Schwangerschaft & Geburt

**angstfrei und natürlich erleben**

Beate Jorda,
Ilona Schwägerl,
Andrea Nöllner

288 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-038-3

Dieses Buch ist ein Buch von Frauen für Frauen und all jenen gewidmet, die Schwangerschaft und Geburt als sinnliches Wunder betrachten. Es ist auch ein Buch mit vielen Schwangerschaftstipps aus dem Erfahrungsschatz von Hebammen. Ein großes Kapitel ist dem Thema Hausgeburt gewidmet.

## Makula-Erkrankungen

Stefan Sacu, Christoph Faschinger, Otto Schmut

128 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-182-3

Der Ratgeber behandelt alle gängigen Formen der Makula-Erkrankungen. Vor allem die Symptome sind wichtig, da ein rechtzeitiges Erkennen das Sehvermögen retten kann. Ein weiterer Schwerpunkt sind die therapeutischen Möglichkeiten.

## Mein Auge

**Erkrankungen – Behandlungen – Informationen**

Andreas Wedrich, Christoph Faschinger, Otto Schmut

2. Aufl., 256 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-183-0

Dieses Buch beantwortet alle wichtigen Fragen, die Augenärzten täglich gestellt werden, und befasst sich mit den häufigsten und wichtigsten Augenerkrankungen sowie deren Behandlungsmöglichkeiten. Das umfassende Patientenstandardwerk zur Augenheilkunde.

## Trockenes Auge

**Alles zum Sicca-Syndrom**

Andreas Wedrich, Otto Schmut, Dieter F. Rabensteiner

2. Aufl., 184 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-090-1

Wenn das menschliche Auge durch eine reduzierte Tränenmenge nicht mehr ausreichend befeuchtet wird, kommt es zum „Trockenen Auge". Die Gründe dafür werden in diesem Ratgeber ebenso beleuchtet wie alle relevanten Behandlungsoptionen.

## Schau aufs Aug'!

**bei Diabetes, Bluthochdruck, Stress & Co.**

Christoph Faschinger, Otto Schmut, Eva-Maria Faschinger

112 Seiten, brosch., **€ 17,90**
ISBN 978-3-99052-082-6

Diabetes, hoher Blutdruck, Stress, hohe Blutfette & Co. verändern die Sehleistungen. In diesem Ratgeber werden die Augenveränderungen bei den häufigsten Erkrankungen des Körpers in Wort und Bild dargestellt. Größtenteils könnten sie vermieden werden, wenn man rechtzeitig auf die ersten Anzeichen achtet.

## Mikronährstoffe im Sport

Markus Schauer

136 Seiten, brosch., **€ 19,90**,
ISBN 978-3-99052-211-0

Mikronährstoffe spielen im Sport, aber auch bei Regeneration und Verletzungen eine wichtige Rolle. Was wann und wie angezeigt ist, zeigt dieses Buch.

## Funktionelle Myodiagnostik Handbuch der Muskeltests

Ivan Ramšak

2. Aufl., 144 Seiten, brosch.,
**€ 29,90**, ISBN 978-3-99052-142-7

Der Muskeltest ist das wichtigste Untersuchungsinstrument in der FMD. Dieses Buch ist mit seinen vielen Testaufnahmen eine wertvolle Lernhilfe und ein gutes Nachschlagewerk.

## Der Notfall

**Professionelle Erste Hilfe, bis der Notarzt kommt**

Robert Mader, Gerhard Prause

4. Aufl., 96 Seiten, brosch.,
**€ 19,90**, ISBN 978-3-99052-186-1

Das übersichtliche und praktische Notfallbuch für alle Ärzte, die nicht einem Notarztdienst angehören und nur selten Notfallpatienten erstversorgen müssen.

## Der Muskel kennt das Geheimnis

Ivan Ramšak

256 Seiten, brosch., **€ 24,90**
ISBN 978-3-99052-202-8

101 faszinierende Erfolgsgeschichten der Funktionellen Myodiagnostik, die auch Patienten mit jahrelangen Leidensgeschichten endlich Heilung ermöglichte.

## Funktionelle Myodiagnostik und Meridiantherapie

Eugen Burtscher, Anton Suntinger

240 Seiten, brosch., **€ 79,90**
ISBN 978-3-99052-240-0

Die Synthese von Akupunkturlehre und FMD – das perfekte Diagnostik- und Therapiewerkzeug. Und dies das einzige Lehrbuch zum Thema in deutscher Sprache.

## Handbuch der Funktionellen Myodiagnostik

Michaela Walter (Hg.)

436 Seiten, geb., **€ 79,90**
ISBN 978-3-99052-166-3

FMD-Ausbildung für Ärzte, Zahnärzte & Physiotherapeuten: Das umfassende Buch zur FMD mit dem gesamten Diagnose- und Therapieprogramm.

## Herzratenvariabilität

Doris Eller-Berndl

2. Aufl., 262 Seiten, brosch.
**€ 39,90**, ISBN 978-3-99052-093-2

Die Herzratenvariabilität ist ein wertvolles wie verlässliches Werkzeug zum Erkennen vieler Erkrankungen und aus der modernen Diagnostik nicht mehr wegzudenken.

## Praxishandbuch Orthomolekularmedizin

Harald Stossier, Georg Stossier

376 Seiten, brosch., **€ 79,90**
ISBN 978-3-99052-217-2

Das Buch über die Bausteine des Lebens, ihre Strukturen, Funktionen und Wirkungen, wie etwa Aminosäuren, Fettsäuren, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Co.

## Ernährungsmedizin

Kurt Widhalm (Hg.)

4. Aufl., 416 Seiten, brosch.,
Jetzt zum Sonderpreis:, **€ 29,90**,
ISBN 978-3-99052-221-9

Ernährungsbedingte Krankheitsbilder nehmen weltweit zu. Und so ist Ernährung als therapeutisches und präventives Prinzip gefragt. Das Basiswissen vermittelt dieses bewährte Fachbuch.

## Die Psychagogische Psychotherapie

**Ein Denkmodell für das 21. Jahrhundert**

René Bloch

152 Seiten, brosch., **€ 29,90**
ISBN 978-3-99052-084-0

Die Therapie bejaht die multifaktorielle Ätiologie psychischer Störungen bei Schwerpunkt des pathogenetischen Geschehens auf Umweltfaktoren.

## Medizinisch orientierte tiergestützte Therapie

**Rasche Hilfe gegen Angst, Depression, Burnout & Co.**

Wolfgang A. Schuhmayer

132 Seiten, brosch., **€ 29,90**
ISBN 978-3-99052-104-5

Diese Therapie vereinigt mit erstaunlichem Erfolg Elemente der tiergestützten Medizin in Form lösungsorientierter sozio-kognitiver Begegnungsarbeit mit Ansätzen des Coachings.

## Integrative Kurmedizin

**Medizinische Nutzung natürlicher Heilmittel**

Wolfgang Foisner (Hg.)

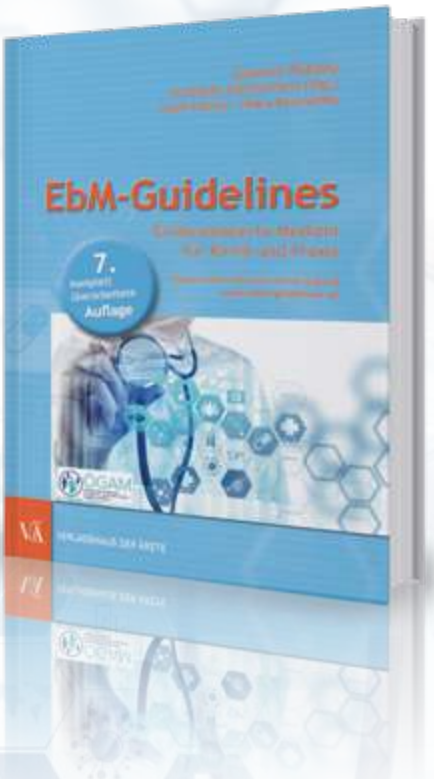
605 Seiten, brosch., **€ 79,90**
ISBN 978-3-902552-67-9

Das Standardwerk zur Kurmedizin stellt alle für Österreich relevanten und seriösen Kurmittel und -anwendungen vor. Mit Infos zu QM, Hygiene u.v.m.

Susanne Rabady,
Kathryn Hoffmann,
Ilkaa Kunnamo (Hg.)

# EbM-Guidelines

## Evidenzbasierte Medizin für Klinik und Praxis




### Buchausgabe
7. Auflage, 1.568 Seiten, geb.
Inkl. drei Monate Online-Zugang gratis
ISBN 978-3-99052-158-8
**€ 139,90**

### Online-Zugang
(auch für Smartphone und Tablet):
Für 12 Monate ab Aktivierung
**€ 99,95 (bis 31.12.2022, danach € 109,90)**
**Jetzt noch zum alten Preis bestellen – bei bestehenden Abos wird der neue Zugang einfach aufgebucht und entsprechend verlängert.**
Zur Integration in Ihre Arztsoftware fragen Sie Ihren Softwareanbieter.

### Package (Buch und Online-Zugang für 15 Monate ab Aktivierung):
**€ 189,00 (bis 31.12.2022, danach € 199,00)**

Seit ihrem erstmaligen Erscheinen haben sich die aus Finnland stammenden EbM-Guidelines rasch zu einem Standardwerk entwickelt, das aus vielen allgemeinmedizinischen Praxen weltweit nicht wegzudenken ist. Über 500 Ärzte aus mehreren Ländern arbeiten an der ständigen Weiterentwicklung und Aktualisierung mit und machen die EbM-Guidelines damit zu einem wertvollen Nachschlagewerk, das inzwischen in vielen Sprachen erhältlich ist.

Neben dem Buch wird eine Online-Version angeboten, die mit noch mehr Inhalten sowie Fotos, Videosequenzen usw. aufwartet. Die Online-Version kann jederzeit 14-tägig gratis getestet werden.

*Anmeldungen unter www.ebm-guidelines.at*

© iStock/bennyb

## Handbuch für Pistenretter

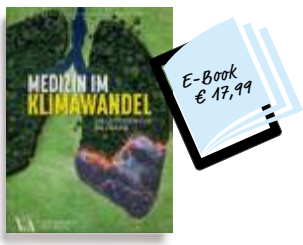
Georg Fritsch,
Hannes Hösl

2. Aufl., 88 Seiten, brosch., **29,90**
ISBN 978-3-99052-201-1

Die Organisation der Pistenrettung im gesicherten Schiraum: Neben medizinischem Wissen steht die Vermittlung praktischer Fertigkeiten z.B. für die Pistenbergung im Vordergrund.

## Medizin im Klimawandel

**Ein Leitfaden für die Praxis**




Österreichische
Ärztekammer (Hg.)

96 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-255-4

Hitzeperioden, Unwetter, neue Krankheitserreger und Allergene beeinflussen auch die Arbeit der Ärzte, die verstärkt mit Allergien, Atemwegserkrankungen, aber auch psychischen Erkrankungen zu tun bekommen.

## Mikronährstoff-Coach

**Das große BIOGENA-Kompendium der Nährstoffe**

Christina Schmidbauer,
Georg Hofstätter (Hg.)

4. Aufl., 1.158 Seiten, brosch.,
Jetzt zum Sonderpreis:, **89,90**
ISBN 978-3-99052-216-5

Eines der umfangreichsten Nachschlagewerke über Mikronährstoffe und ihre Anwendung in deutscher Sprache. Fundiert, übersichtlich, tiefergehend.

## Lehrbuch für die Ordinationsassistent-Innen

Artur Wechselberger (Hg.)

4. Aufl., 640 Seiten, brosch.
**€ 54,90**, ISBN 978-3-99052-210-3

Die bewährte Lehr- und Lernunterlage in der stark erweiterten und umfassend aktualisierten 4. Auflage. Auch zum Nachschlagen.

## Unternehmen Arztpraxis

**Ein Steuerleitfaden**

Patricia Andretsch u.a. (Hg.)

96 Seiten, brosch., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-232-5

Dieser Leitfaden gibt wichtige Steuertipps, damit eine geplante Niederlassung auch gut gelingt. Kompakter Ratgeber für Selbständige.

## Go2Ordi

**Das Buch zur erfolgreichen Gründung Ihrer Ordination**

Matthias Cerha u.v.a.

128 Seiten, geb., **€ 19,90**
ISBN 978-3-99052-196-0

Die komprimierte Navigationshilfe für Ärzte, die eine Niederlassung planen und Fehler vermeiden wollen.

VERLAGSHAUS DER ÄRZTE

Österreichs führendes Gesundheitsmagazin

# MEDIZIN populär

In enger Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten informieren wir Sie 11 Mal im Jahr kompetent über Gesundheit, Fitness, Ernährung, Arbeitswelt und Wohlbefinden.

**Bestellen Sie noch heute!**

Ein **1-Jahres-Abo** (11 Ausgaben) um **€ 24,00** oder
ein **2-Jahres-Abo** (22 Ausgaben) um **€ 39,10**

**So geht's:** Schicken Sie Ihren Abowunsch mit dem Kennwort „Gesundheit & mehr" mit Vor- und Zunamen, Adresse, Telefonnummer und Geburtsdatum an abo@medizinpopulaer.at oder per Post an MEDIZIN populär, Nibelungengasse 13, 1010 Wien

JAHRESABO
€ 24,–
Angebot gültig bis 30.4. 2023

Alle Preise verstehen sich inkl. USt. und Versand im Inland. Preis für 1-Jahres-Abo im Ausland € 45,00 inkl. USt.
Eine Kündigung ist bis zum Ende der Laufzeit schriftlich möglich. Andernfalls gilt das Abo als verlängert.

VERLAGSHAUS DER ÄRZTE

## Kompetenz in Medizin und Gesundheit

**BESTELLUNGEN SIND POSTALISCH, PER E-MAIL, FAX, TELEFON ODER DIREKT ÜBER UNSERE HOMEPAGE MÖGLICH.**

Alle Bücher sind zudem im Buchhandel erhältlich.
Tel.: 01-512 44 86-19, Fax: DW 24 / E-Mail: office@aerzteverlagshaus.at
Homepage: www.aerzteverlagshaus.at/shop

Unsere E-Books können Sie direkt über unsere Homepage oder über alle Anbieter im Internet beziehen.

# BESTELLSCHEIN

Bitte bestellen Sie mit dem unten angefügten Bestellcoupon direkt beim Verlag [Versandkosten: € 3,90; ab einem Bestellwert von € 23,00 versandkostenfrei] oder in Ihrer Buchhandlung.

| ANZAHL | TITEL | PREIS IN € |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Absender, Datum und Unterschrift

Bitte ausreichend frankieren

Antwortkarte

Verlagshaus der Ärzte GmbH
Nibelungengasse 13
A-1010 Wien

Preisänderungen und Irrtümer vorbehalten. Coverbilder: iStock/master1305, CASEZY
Grafik: Ing. Eva-Christine Lichtensteiner, VdÄ / Druck: Ferdinand Berger & Söhne Ges.m.b.H., 3580 Horn

© 2022 VdÄ