Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 78 (2021)

Heft: 7-8

Buchbesprechung: Buchtipps

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Sommerlektüre

Neuerscheinungen mit Anregungen für Körper und Seele.

für GN-Leser (Code: GN21): CHF 25.-

Stille Entzündungen, also solche, die mehr oder weniger unbemerkt in unserem Körper schlummern, können fatale Folgen haben. Die meisten Zivilisationskrankheiten hängen damit zusammen, aber auch bei Alzheimer und Depressionen spielen sie eine Rolle. Wie die Wissenschaft dem «Inflammaging» genannten Vorgang zunehmend auf die Spur kommt und weshalb beim Bluttest der Marker «hsCRP» gemessen werden sollte, schildert dieses Buch. Es ist mit 700 Referenzen wissenschaftlich sehr fundiert und liest sich zugleich überaus fesselnd.
*«deFlameYou!» von Dr. Paolo Colombani, erhältlich nur als E-Book (**hier zu bestellen:** www.deflameyou.com), 2021, 324 S.*

Kennen Sie Ihren Körper wirklich gut? Wissen Sie genug über das Zusammenspiel der Organe und welche Aufgabe jedes einzelne übernimmt? Marian Leuthold präsentiert in von Alain Poussot hübsch illustrierten Buch «Die Kaiserin und ihre Tiere» eine sehr spezielle Perspektive. Die diplomierte Pädagogin, Psychologin und 5-Elemente-Therapeutin möchte neue Wege zum Körperverständnis aufzeigen und «einladen, mit den Organen Kontakt aufzunehmen». Sie bezieht dabei jahrhundertealtes Wissen der chinesischen Medizin mit ein. Mit ihrem ungewöhnlichen Ansatz möchte die Therapeutin zu Selbstfürsorge und -vorsorge anleiten.
*«Die Kaiserin und ihre Tiere» von Marian Leuthold, taotime Verlag, 2020, 224 S., **Best.-Nr.:** 1408*

für GN-Leser (Code: GN21): CHF 25.-

«Was sollen wir denn essen?», werden sie immer wieder von ihren Patienten gefragt. Und so haben Dr. Anja Stamm, Fachärztin für Orthopädie, und Dr. Bernd Wollmann, Zahnarzt (beide mit umfassenden naturheilkundlichen Zusatzausbildungen), kurzerhand ein vegetarisches Kochbuch geschrieben. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf Schwarzen Soja. Die Rezepte dienen der Prävention von Arthrose, Bluthochdruck, hohem Cholesterin, Schlafstörungen und mehr.
*«Süsses und Kräftiges, das nicht dick macht» von Dr. Stamm/Dr. Wollmann, Eigenverlag (**hier zu bestellen:** bernd.wollmann@gmx.net), 2020, 116 S.*

für GN-Leser (Code: GN21): CHF 10.-

Leider vergessen wir nur allzu oft, welche Kräfte in uns stecken und in welcher Weise positive Gedanken dazu beitragen können, dass wir zuversichtlicher durch den Alltag gehen. Das mit vielen «Sehnsuchtsfotos» bebilderte Büchlein des Gesundheitsberaters Bruno Tanner ist ein angenehmer Impuls, mal wieder in sich hineinzuhören.
*«Die Gesundheit liegt in dir» von Bruno und Edith Tanner, Eigenverlag (**hier zu bestellen:** www.atlaslogie-tanner.ch), 2021, 40 S.*