

Buchtipps



VERLAGSHAUS DER ÄRZTE

Die hier präsentierten Bücher können entweder direkt beim Verlaashaus der Ärzte, Nibelungengasse 13, 1010 Wien, Telefon 01/512 44 86-19, www.aerzteverlagshaus.at oder bei der BGKK unter Telefon 02682/608-1003 bzw. per E-Mail: wie.gehts@bgkk.at bestellt werden.

Unter den ersten 10 Bestellungen bei der BGKK bis 14.12.2018 werden je zwei Gratisexemplare verlost!

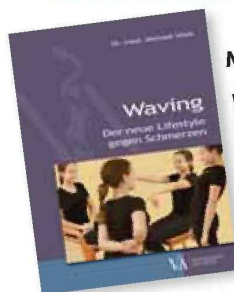


Harald Stossier, Georg Stossier

Ernährung Worauf es wirklich ankommt

Dieser Ratgeber bahnt Ihnen einen Weg durch das Dickicht der gängigen, oft gegenläufigen Ernährungsempfehlungen und räumt dabei mit Mythen auf. Vermittelt werden die wichtigsten Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung: so flexibel, dass Sie Ihrem Geschmack entsprechen!

128 Seiten / ISBN: 978-3-99052-181-6 / Preis: € 17,90



Michael Vitek

Waving Der neue Lifestyle gegen Schmerzen

Waving – eine spezielle Bewegungsform, die durch Atemtechnik und Konzentrationsübungen gestützt wird – dient sowohl dem Training als auch der Behandlung von Bandscheiben- und Gelenkerkrankungen. In diesem Buch erfahren Sie, wie Ihnen Waving optimal helfen kann.

160 Seiten / ISBN: 978-3-99052-178-6 / Preis: € 17,90



Christian Egger, Wolfgang Bauer

Was tun bei Nebenwirkungen von Medikamenten?

In diesem Ratgeber werden 13 der am häufigsten verschriebenen Medikamentengruppen hinsichtlich ihrer Wirkweise vorgestellt (u.a. Schmerzmittel und Blutdrucksenker). Und Sie erhalten wertvolle Hinweise zu Nebenwirkungen und Gegenmaßnahmen.

114 Seiten / ISBN: 978-3-99052-130-4 / Preis: € 14,90