dtv

Marianne Koch

Das Vorsorge-Buch

Wie Sie Körper und Seele gesund erhalten

Das neue Buch von Marianne Koch

Jedes Jahr steigt unsere Lebenserwartung um zwei Monate, doch um diese geschenkte Zeit und die vielen Jahre davor genießen zu können, müssen wir etwas für uns tun.

Denn wenn wir gut und rechtzeitig (vor)sorgen, können wir mögliche Gesundheitsstörungen abwenden, bevor sie unser Leben negativ beeinflussen. Marianne Koch geht auf die wichtigsten Krankheiten ein und zeigt, wie man sie verhindern kann.

Mit Gesundheits-Check-up und Listen, für wen wann welche Vorsorgeuntersuchung sinnvoll ist.

Marianne Koch
Das Vorsorge-Buch
Wie Sie Körper und Seele gesund erhalten

Originalausgabe
240 Seiten

ISBN: 978-3-423-26135-7
EUR 14,90 [DE]
EUR 15,40 [AT]
ET 11. November 2016

© Acorn, 2023

Autor*in

Marianne Koch

Dr. med. Marianne Koch gab ihre internationale Filmkarriere für die Tätigkeit als Internistin auf. Sie arbeitet als Medizinjournalistin und Buchautorin, auf Bayern 2 hat die Medizinerin die Rundfunksendung ›Gesundheitsgespräch‹.Marianne Koch wurde mehrfach auf dem Gebiet der medialen Kommunikation von Medizin ausgezeichnet, u.a. wurde ihr 2019 die Paracelsus-Medaille verliehen, die höchste Auszeichnung der Bundesärztekammer. 2023 erhielt sie das Bundesverdienstkreuz Erster Klasse.

dtv

Pressestimmen

»Ein unverzichtbarer Ratgeber.«

kulturpunkt.ch

»Die erfahrene Internistin bringt komplizierte Zusammenhänge einfach auf den Punkt und belegt in jedem Kapitel, dass wir es selbst in der Hand haben, das Risiko von Erkrankungen deutlich zu senken.«

Gesundheitsforum, Susanne Köhler

»Auch das erklärt sie in ihrem Buch sehr anschaulich, man fühlt sich jünger, wenn man das Gehirn wachhält.«

Für Sie, Susanne Walsleben

»Die Medizinerin weiß, wie gesundheitsbewusste Menschen den Mittelweg zwischen Verhaltensänderungen und Spaß am Leben, zwischen sinnvoller Früherkennung und unnötigen Untersuchungen finden.«

Naturheilkunde & Gesundheit

»Ein lesenswertes Buch mit vielen verständlich geschriebenen medizinischen Fakten und anschaulichen Beispielen.«

BR5

»Wichtig und neu ist der Vorsorgegedanke hinsichtlich seelischer Probleme (Burn-out, Mobbing etc.). Eingestreute Fragen machen den Ratgeber lebensnah. Empfohlen!«

Borromäusverein Bonn, Lieselotte Banhardt

»Sehr empfehlenswert.«

ZDF, Markus Lanz

»Ein guter Ratgeber für alle, die bis in hohe Alter fit bleiben wollen.«

Brigitte Wir

---

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

dtv

Autor*in Marianne Koch bei dtv

- Alt werde ich später, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28298-7
- Mit Verstand altern, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28408-0
- Das Herz-Buch, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34849-2
- Mein Gesundheitsbuch, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-24421-3
- Unser erstaunliches Immunsystem, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35049-5
- Das Vorsorge-Buch, Paperback, ISBN: 978-3-423-26135-7
- Alt werde ich später, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35196-6