

Medienmitteilung

2. November 2021

Die Kräfte der Natur nutzen



Schweizer Naturapotheke Ruth Jahn

312 Seiten, Hardcover, CHF 39.–,
1. Auflage, November 2021,
ISBN 978-3-03875-380-3

Medienkontakt:

Claudia Spörri
Beobachter-Edition
Tel. +41 58 269 20 49
claudia.spoerri@ringieraxelspringer.ch

Ringier Axel Springer Schweiz AG
Flurstrasse 55
8021 Zürich

Naturmedizin ist bewährt und verursacht – richtig angewendet – kaum unerwünschte Nebenwirkungen. Der komplett überarbeitete Bestseller «Schweizer Naturapotheke» verbindet das aktuelle Wissen über klassische Heilmittel mit modernen Alternativen.

Haus- und Naturheilmittel haben viele Vorteile: Sie lindern jeweils mehrere Krankheiten, haben damit ein breites Wirkungsspektrum, und sie sind einfach in der Anwendung. Natürliche Heilmethoden werden oft ergänzend zur Schulmedizin eingesetzt und von Hausärztinnen unterstützt. Wer sich heute selbst heilen will, greift dabei gern auf «etwas Natürliches» zurück, und die Palette an Kräutern, homöopathischen Kügelchen, pflanzlichen Tinkturen und anthroposophischen Salben wächst ständig.

Dieses Nachschlagewerk beschreibt, wie Naturheilmittel wirken, wie sie richtig angewendet werden und wo ihre Grenzen liegen. Ob Essigsocken, Senfwickel, Kamillentinktur oder Zinnkrauttee – «Schweizer Naturapotheke» bietet einen raschen Zugriff auf nützliche Behandlungstipps und vermittelt viel Wissenswertes aus dem Schatz der Schweizer Volksmedizin.

Die Autorin:

Ruth Jahn, Dipl. Natw. ETH, ist Wissenschaftsjournalistin mit dem Spezialgebiet Gesundheit. Sie ist Autorin der Beobachter-Ratgeber «Cool durch die heissen Jahre», «Kinder sanft und natürlich heilen» und «Schweizer Naturapotheke». Ruth Jahn lebt in Bern.

Über die Beobachter-Edition:Die Beobachter-Edition ist ein Unternehmensteil der Beobachter-Verlagsgruppe bei Ringier Axel Springer Schweiz. Als grösster Ratgeberverlag der Schweiz publiziert sie in enger Zusammenarbeit mit dem Kompetenzzentrum der Zeitschrift Beobachter aktuelle Ratgeberbücher. beobachter.ch/buchshop