



Medien für Senioren (33 Medien)

Art	Autor: Titel	Zugangsnr.	Signatur
📖	Schadhauser, Josef: 1, 2, 3, schmerzfrei! <i>Rückenleiden einfach heilen ; das neue Success-Programm</i> Behandlung und Prophylaxe von Rückenschmerzen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2007/0256	Na 9.611 Schad
📖	Heßmann-Kosaris, Anita: Die 50 besten Immun-Turbos Welche Lebensmittel schützen am besten? Abwehrkräfte stärken - gesund durchs Jahr gehen! Leserfreundlich sortiert von A wie Ananas bis Z wie Zwiebel. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2008/0217	Na 9.32 Heßma
📖	Alzheimer & Demenzen verstehen <i>Diagnose, Behandlung, Alltag, Betreuung</i> Informativer Alzheimer-Ratgeber von führenden Experten aus Deutschland. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2010/0452	Na 9.612 Alzhe
📖	Krämer, Günter: Alzheimer und andere Demenzformen <i>Antworten auf die häufigsten Fragen</i> Ausführlicher und gut verständlicher Ratgeber für Angehörige von Demenzerkrankten. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2009/0518	Na 9.612 Kräme
📖 A	Servan-Schreiber, David: Das Antikrebs-Buch <i>Was uns schützt: Vorbeugen und Nachsorgen mit natürlichen Mitteln</i> Ein Buch über Krebs. Zur Vorbeugung und zur Nachsorge, für Kranke und Gesunde Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2008/0539	Na 9.61 Serva
📖	Anderson, Michael: Arterien- und Venenleiden <i>erfolgreich behandeln - Arteriosklerose - Krampfadern - Thrombose</i> Ausführliche Hinweise auf Mechanismen, die für die Gefäßerkrankungen verantwortlich sind. Es sind zahl- reiche Verhaltensweisen und Hilfsmittel aufgeführt, mit denen die Folgen und Beschwerden eines... Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2009/0506	Na 9.611 Ander
📖	Biesinger, Eberhard: Die Behandlung von Ohrgeräuschen <i>was Tinnitus-Patienten das Leben leichter macht ; extra: neue Chancen durch Retraining-Therapie</i> Medizinischer Ratgeber zur Ursachen, Diagnostik und Therapie von Ohrgeräuschen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2001/0170	Na 9.612 Biesi
📖	Middeke, Martin: Bluthochdruck - endlich wieder gute Werte <i>sind Sie medikamentös richtig versorgt? Langfristige Alternativen: natürlich behandeln ohne Nebenwi</i> Umfassender und anschaulicher Ratgeber für Patienten mit erhöhtem Blutdruck. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2006/0292	Na 9.611 Midde
📖	Fischer, Ute: Borreliose <i>Zeckeninfektion mit Tarnkappe</i> Die Gefahren der Zecken-Borreliose werden häufig verharmlost. Schätzungsweise 740 000 Menschen infizieren sich in Deutschland jährlich mit borrelien. Eine Impfung gibt es nicht. Oft bleibt das Früh... Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2012/0199	Na 9.61 Fisch
📖	Schmiedel, Volker: Burnout <i>wenn Arbeit, Alltag & Familie erschöpfen ; welche körperlichen Untersuchungen Ihnen jetzt weiterhelfen ; wie Sie aus der Stressspirale aussteigen</i>	2011/0206	Na 9.61 Schmi

Art	Autor: Titel	Zugangsnr.	Signatur
	Fundierter Ratgeber für den rechten Umgang mit dem Erschöpfungssyndrom. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
☐	Müller, Sven-David: Cholesterin natürlich senken <i>Die Alternativen zur Lipobay & Co: Naturprodukte schützen Herz und Gefäße</i> Ratgeber mit Informations- und Rezeptteil. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2003/0532	Na 9.611 Mülle
☐	Walker, Rosemary: Diabetes <i>die Krankheit verstehen - die Lebensqualität erhalten ; [Diabetestypen, Behandlungsformen, Ernährung]</i> Immer mehr Menschen erkranken an Diabetes. Wie dieser umfassende und aktuelle Ratgeber beweist, können Diabetiker ein normales Leben führen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2011/0227	Na 9.611 Walke
☐	Francken, Georg: Dr. Ich <i>wie mündige Patienten sich im Medizinbetrieb behaupten und die optimale Behandlung finden</i> Strategien und Methoden zum kritischen, selbstbewussten Umgang mit Ärzten und Therapien sowie den Möglichkeiten der optimalen Behandlung bei gängigen Krankheiten, unter Einschluss alternativer Verf... Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2010/0334	Na 9.3 Franc
☐	Reining, Robert: Endlich weniger Schmerzen <i>Ihre Schmerzen besser verstehen ; Schritt für Schritt: chronische Schmerzen verlernen ; bekannte und neue Therapien: Was sie wirklich leisten</i> Von der Dt. Schmerzliga empfohlener Wegweiser durch die verschiedenen Schmerztherapien. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2007/0255	Na 9.61 Reini
☐	Gotved, Helle: Erfolgreiche Hilfen gegen Harninkontinenz Praktische Anleitungen zur Beckenbodengymnastik - ein wichtiger Schritt in der Selbsthilfe bei Harninkontinenz. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2010/0276	Na 9.611 Gotve
☐ A	Brückle, Wolfgang: Fibromyalgie endlich richtig erkennen und behandeln <i>Was Muskelschmerzen, Schlafstörungen und chronische Müdigkeit wirklich bedeuten</i> Verständliche Erklärung des Krankheitsbildes, der Behandlung und der Heilchancen der noch nicht lange erkannten Krankheit Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2006/0277	Na 9.611 Brück
☐	Schulte-Uebbing, Claus: Frauenheilkunde (Hildegard von Bingen) <i>die fünf Säulen der Hildegard-Medizin ; Hildegard von Bingen</i> Anti-Aging ist ein neuer Trend, von dem sich viele Frauen mehr Jugendlichkeit versprechen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2012/0217	Na 9.615 Schul
☐	Werner, Benno: Gesund bleiben im Rhythmus der Jahreszeiten <i>Natürlich leben mit SeasonIn</i> Frühlingsgefühle und Winterdepression - jede der vier Jahreszeiten hat ihre eigene Befindlichkeit, ihre spezielle physiologische Konstellation. Dieses Buch führt ein in die Erkenntnisse der C... Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2008/0228	Na 9.3 Werne
☐	Gaul, Georg: Herzinfarkt Dieses Buch gibt bereits Betroffenen sowie noch nicht Betroffenen in einer übersichtlichen Darstellung wertvolle Informationen rund um das Herz und wie wir es am besten schützen. Mit vielen Tipps... Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren	2008/0438	Na 9.611 Gaul
☐	Grönemeyer, Dietrich: Der kleine Medicus	2007/0081	Na 9.1 Gröne

Art	Autor: Titel	Zugangsnr.	Signatur
	Ungewöhnliche Mischung aus Fantasy-Story und Sachbuch zum Thema Körper und Gesundheit. Schlagworte: Antolin; Klasse-5 Interessenkreis: Körper; Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Rümelin, Alexander: Kursbuch Arthrose <i>Gelenkerkrankungen effektiv vorbeugen und typgerecht behandeln</i>	2004/0444	Na 9.611 Rümel
	Umfassender Ratgeber für Patienten mit Gelenkerkrankungen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Kreuser, Ernst-Dietrich: Kursbuch Darmkrebs <i>[vermeiden, behandeln, heilen]</i>	2007/0290	Na 9.611 Kreus
	Ärztlicher Ratgeber zum Thema Darmkrebs - empfohlen von der Deutschen Krebsgesellschaft. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Lanzenberger, Britta-Marei: Laktose-Intoleranz <i>Keine Milch, kein Problem! Gesund genießen bei Milchzuckerunverträglichkeit</i>	2008/0201	Na 9.611 Lanze
	Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Weidenfelder, Martin: Mit dem Vergessen leben: Demenz <i>verwirrte alte Menschen verstehen und einfühlsam begleiten</i>	2004/0371	Na 9.612 Weide
	Ein Einblick in die Welt von Demenzkranken. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Mit psychisch Kranken leben <i>Rat und Hilfe für Angehörige</i>	2008/0536	Na 9.612 Mit p
	Dritte Auflage eines Handbuches für sehr konkrete und detaillierte Unterstützung Angehöriger psychisch Kranker. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Tempelhof, Siegbert: Osteopathie <i>Schmerzfrei durch sanfte Berührungen ; Bewegungsblockaden erkennen und lösen ; die Selbstheilungskräfte aktivieren ; extra: mit Selbstbehandlungsprogramm</i>	2007/0258	Na 9.62 Tempe
	Alles im Fluss durch Osteopathie. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Pilates <i>die Trainingsmethode für mehr Balance und Bweglichkeit ; [60 Übungen für Anfänger und Fortgeschrittene]</i>	2007/0306	Na 9.31 Pilat
	Ein Informations- und Übungsbuch zu einer Methode der Körperbeherrschung und Körperkontrolle. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Ratgeber Rheuma <i>Arthritis, Arthrose und andere rheumatische Erkrankungen</i>	2008/0225	Na 9.611 Ratge
	Medizinischer Ratgeber zum Thema degenerative und entzündliche Gelenkerkrankungen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Bachmann, Robert M.: Rheuma-Schmerzen spürbar lindern <i>so helfen Ihnen die 25 besten Naturheilverfahren bei Rheuma und Arthrose</i>	2004/0254	Na 9.611 Bachm
	Anregungen zur Selbsthilfe durch den Einsatz von Naturheilkunde bei rheumatischen Erkrankungen. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Kovács, Heike Dr. med.: Richtig gut schlafen <i>Sanfte Wege zur ruhigen Nacht</i>	2008/0440	Na 9.3 Kovac
	Einführung in das Phänomen Schlaf, die Erkennung der Ursachen von Schlafstörungen und deren Beseitigung. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
📖	Yapko, Michael D.: S.O.S. Depression <i>Schnelle und wirksame Hilfe für Betroffene; 70 Fragen und Antworten</i>	2003/0266	Na 9.612 Yapko

Art	Autor: Titel	Zugangsnr.	Signatur
	Prägnante Antworten zum Themenkreis "Depression": Ursachen, Symptome, Behandlung Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
	Heepen, Günther H.: Schüßler-Salze <i>[das umfassende Standardwerk]</i>	2009/0591	Na 9.62 Heepe
	Umfassendes Handbuch zur Anwendung der alternativen Naturheilmethode bei über 300 Beschwerden inklusive speziellen Anwendungen und Kuren. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		
	Schäfer, Lutz Michael: Tinnitus-Retraining <i>Wie Sie Lebensqualität zurückgewinnen</i>	2001/0203	Na 9.612 Schäf
	Die Autoren nehmen Angst und Panik und zeigen, wie man dem Ohrgeräusch wirksam begegnen oder zumindest gut mit ihm leben kann. Interessenkreis: Ratgeber Gesundheit; Senioren		

Mediensymbole



Spiel



Bilderbuch, Buch, Comic



elektronische Ressource, elektronische Ressource: eAudio, elektronische Ressource: eBook, elektronische Ressource: eMusic, elektronische Ressource: eVideo



Hörbuch (CD), Hörspiel (CD), Musik-CD, Musik-DVD



Zeitschriftenheft



Film (DVD)