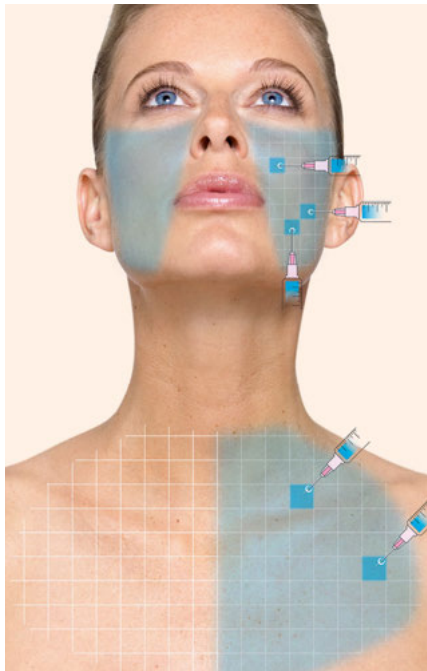


# kvm-verlag verlagsprogramm 2024



## Impressum

2024 © KVM – Der Medizinverlag  
Ein Unternehmen der Quintessenz-Verlagsgruppe  
Ifenpfad 2–4, D–12107 Berlin

## Verleger

Dr. med. Bernard C. Kolster



Buch auch in anderen Sprachen erhältlich.

Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeinen Geschäftsbedingungen und  
Datenschutzerklärungen nachzulesen unter:

[www.quint.link/AGB](http://www.quint.link/AGB)

[www.quint.link/Datenschutz](http://www.quint.link/Datenschutz)

## Über den Verlag

KVM ist ein Imprint der internationalen, renommierten Quintessence Publishing Gruppe – der Marktführer im Bereich Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde sowie Zahn-technik.

Im KVM-Verlag sind wir besonders stolz auf unsere Vielfältigkeit rund um die Themen Gesundheit, Bewegung und Ernährung. Ob Fachliteratur für Allgemein- oder Ästhetische Medizin und Physiotherapie oder Ratgeber in Sachen Fitness und gesunder Ernährung – uns liegt besonders am Herzen, unsere Leserinnen und Lesern mit unseren Büchern bei einer gesunden, schmerzfreien und nachhaltigen Lebensweise zu unterstützen. Wir können dafür auf unsere zahlreichen namhaften Autorinnen und Autoren vertrauen, die sich durch ihre wissenschaftlich fundierten Kenntnisse oder ihrer Leidenschaft für ihr Themengebiet auszeichnen. Neben der Buchproduktion bietet der KVM-Verlag außerdem ein breites Angebot an medien-gestalterischen „on-demand“-Dienstleistungen. Die Anfertigung von hochwertigen Grafiken und Postern zählen ebenso zu unseren erstklassigen Referenzen wie das breitgefächerte Buchsortiment.

Mit einem außergewöhnlichen Maß an Engagement, Kreativität und Zuverlässigkeit begleiten wir die Produktionsschritte einer Publikation – von der ersten Idee bis zur fertigen Druckdatei. Enge Betreuung und Unterstützung der Autorinnen und Autoren durch das Projektmanagement, gemeinsame Konzepterarbeitung, Kompetenz in Redaktion und Grafik, reibungsfreie Abläufe bei den Herstellungsprozessen sowie die Vermarktung in den sozialen Medien oder mittels Newslettern kennzeichnen unsere Produktionsweise.

## Autorenverzeichnis

- Alejandre-Lafont, E. S. 25, 60  
Alt, A. S. 41, 48, 49  
Armstrong, C. S. 31  
Aurich, M. S. 13  
Aust, M. S. 19, 59  
Baak, B. S. 2, 5  
Bahte, S. S. 19, 59  
Becker, R. S. 32  
Berg van den, F. S. 46  
Berschin, G. S. 52, 53  
Biel, A. S. 26, 27  
Bihlmaier, S. S. 6  
Bodendorf, M. O. S. 20  
Bradfish, F. S. 16  
Brydson, C. S. 12  
Bühren, V. S. 32  
Castro, G. S. 13  
Dicharry, J. S. 43  
Dittkrist, C. S. 12  
Drude, H. S. 53  
Duncker, H.-R. S. 28, 29  
Eggers, H. S. 45, 60  
Elzer, M. S. 51  
Engler, A. S. 41  
Fernandes, D. S. 19, 59  
Fernández-de-las-Peñas, C. S. 50  
Finlayson, J. S. 5  
Fischer, P. S. 50  
Flávio, A. S. 18  
Föhr, R. S. 10  
Frank, A. S. 25, 60  
Frank, K. S. 24  
Fratila, A. S. 32  
Freiheit, A. C. S. 11  
Freitag, J. S. 3  
Fröhlich, V. S. 4  
Fulton, B. S. 47  
Ganschow, U. S. 31  
Gesing, V. S. 41  
Gleditsch, J. M. S. 6  
Gout, U. S. 58, 29  
Grunewald, S. S. 20  
Guimberteau, J.-C. S. 31  
Haase, C. S. 54  
Hahn, P. S. 33  
Haller, D. S. 10  
Hamilton, C. S. 25, 60  
Hargrove, T. S. 42  
Herget, M. S. 52  
Hielscher, C. S. 34  
Holdt von, G. S. 10  
Hördt, M. S. 36  
Hörterer, H. S. 32  
Hustedt, U. S. 34  
Izdebska, M. S. 11  
Jäger, J. M. S. 52  
Jenkins, A. E. S. 12  
Jenkins, A. L. S. 12  
Jenkins, W. M. S. 12  
Johnson, J. S. 47  
Jost, W. S. 36, 56  
Kane, M. S. 58  
Kätzler, C. S. 40, 45  
Kill, C. S. 33  
Kipp, M. S. 30  
Knoll B. S. 19, 21, 36, 59  
Knolle, G. S. 33  
Koch-Remmele, C. S. 46  
Köhler, C. S. 17, 57  
Kolster B. C. S. 8, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 30, 41, 45, 47, 48, 49, 52, 57, 60  
Kopp, V. S. 52, 53  
Korb, D. S. 14  
Krasnici, S. S. 33  
Kreutzer, R. S. 25  
Kreutzer, R. S. 38, 39, 45, 46, 51, 60  
Krüger, K. S. 52  
Kunhardt von, M. S. 4  
Kunzmann, K. S. 9  
Laekemann, M. S. 51  
Ledderose, G. J. S. 33  
Löhner, Y. I. S. 13  
Mesa-Jiménez, J. S. 50  
Müller, M. J. S. 34  
Neubert, S. S. 13  
Nolden, S. S. 10  
Ogal, H. P. S. 6  
Paasch, U. S. 18, 20, 57  
Paquet, K.-J. S. 33  
Prinzhausen, J. S. 52  
Radlanski, K. S. 30, 42  
Radlanski, R. J. S. 60  
Reymond, R. S. 17, 57  
Roth, R. S. 39, 40  
Rubin, M. G. S. 59  
Ruhland, F. S. 34  
Sattler, G. S. 16, 17, 19, 20, 21, 58, 59  
Schaller, C. S. 32  
Scharmann, S. S. 34  
Schmidt, I. S. 33  
Schmidt, J. S. 33  
Schmidt, W. S. 32  
Schörgendorfer, H. S. 9  
Schumacher, A. L., S. 33  
Schürer, N. Y. S. 19, 59  
Schwarz, J. S. 10  
Seidenspinner, D. S. 46, 52  
Sokolovska, L. S. 12  
Sommer, B. S. 16  
Stechmann, K. S. 31, 41, 42, 43, 44, 45, 60  
Steckmeier, B. S. 5  
Stöhlmacher, J. S. 14  
Stör, W. S. 6  
Straßburg, M. S. 33  
Tylaite, M. S. 12  
Valerius, K.-P. S. 25, 28, 29, 52, 60  
Vincent, D. S. 56  
Vogeler, F. C. S. 34  
Voll, M. M. S. 52, 53  
Vyšniauskiene, J. S. 12  
Waskowiak, A. S. 8  
Wesker, K. H. S. 24, 60  
Wiest, L. G. S. 19, 59  
Wilkes, H. S. 3  
Winkelmann, C. S. 41  
Winston, P. S. 56  
Wolf, U. S. 46  
Zubcov-Iwantscheff, A. S. 32

→ **RATGEBER GESUNDHEIT &  
ERNÄHRUNG**

**ÄSTHETISCHE MEDIZIN**

**ANATOMIE & HUMANMEDIZIN**

**PHYSIOTHERAPIE & SPORTMEDIZIN**

**ENGLISH BOOKS**

auch als  
E-Book  
verfügbar



NEU

Ben Baak

### Du kannst dich mal... gesund bewegen!

Impulse für einfache und wirkungsvolle Aktivitäten im Alltag

Ben Baak vermittelt in diesem Buch die beeindruckende Wirkung von Bewegung auf die unterschiedlichsten Bereiche des Körpers und zeigt gleichzeitig auf, wie Bewegung mit Leichtigkeit und großer Begeisterung zu einem dauerhaften Begleiter im Leben wird. Sportfans erhalten nützliche Hinweise, um mit kleinen Tricks für mehr Energie zu sorgen. Dieses Buch soll auf einfache und anschauliche Weise aktivitätsfördernd wirken. Es soll dazu beitragen, die Verbindung zwischen Körper und Geist zu verbessern, und sicherstellen, dass Bewegung eine tägliche Form der Selbstwertschätzung ist – und dass Menschen mit allen Sinnen erleben, welche positive Wirkung von Bewegung ausgeht. Das Motto lautet: Macht der Bewegung, macht mehr Bewegung!

Wissen, Bewusstsein und klare Handlungsschritte sind eine Einladung, den eigenen Lebensstil zugunsten des gesundheitlichen Alleskönners, der Wunderpille und des nebenwirkungsfreien Medikamentenschanks zu gestalten. Bewegung – sie macht Spaß und sorgt für Veränderungen, die zu einem glücklicheren und erfolgreicherem Leben einfach zwingend dazugehören. „Wer im Leben etwas bewegen will, fängt am besten bei sich selbst an.“

1. Auflage 2023, Softcover, 190 Seiten  
ISBN 978-3-86867-668-6, Artikelnr.: 30340

€ 19,80

auch als  
E-Book  
verfügbar



Ben Baak

### Du kannst dich mal... gesund erholen!

Effektive Impulse für wohltuende Regeneration im Alltag

Mit dem Satz „Ich bin raus“ traf ein Outdoorlabel vor einigen Jahren den Nerv vieler Menschen, die sich eine Auszeit von ihrem Alltag, vielleicht sogar von ihrem Leben wünschten. Das geht aber für viele Menschen nicht ohne Weiteres. Erholung braucht es trotzdem und für die meisten Menschen auch mehr, wie wissenschaftliche Untersuchungen zeigen. Aber weg sein wovon? Von der Arbeit, vom Umfeld oder gar von sich selbst? Und warum? Vielleicht nur, weil die Akkus leer sind und wieder aufgefüllt werden sollten?

In einer umfassenden und praxisrelevanten Sammlung stellt Ben Baak die unterschiedlichsten Facetten wirkungsvoller Regenerationsmethoden für den Alltag bereit. Sie alle verfolgen das Ziel, das Leben mit den wichtigen Quellen der Erholung und Entspannung zu bereichern, um Schaffenskraft und Lebensqualität langfristig zu fördern. Regeneration ist weit mehr als nur ein Mittel, um frischer und leistungsfähiger im Alltag zu sein, sie ist die wichtigste Form der Ressourcengewinnung und damit die Wiege der Gesundheit.

1. Auflage 2023, Softcover, 284 Seiten  
ISBN 978-3-86867-648-8, Artikelnr.: 30339

€ 19,80



auch als  
E-Book  
verfügbar



NEU

Jackie Freitag

### Mein größtes Geschenk – Meine Essstörung

Wie ich nach 13 Jahren den Kampf mit meinem Körper und dem Essen beendete

Über 13 Jahre kämpfte Jackie Freitag gegen ihren Körper und ihr Essverhalten. In diesem Buch schildert sie ihre tiefgreifenden Erfahrungen mit ständigen Diätversuchen, Essanfällen, Magersucht, Bulimie & Sportzwang und erzählt eindrucksvoll, wie sie es schließlich schaffte, Frieden mit sich selbst und ihrem Körper zu schließen.

Seit einigen Jahren folgt Jackie Freitag nun ihrer Herzensaufgabe: In ihrem erfolgreichen Online-Coaching „Soulfood“ begleitet sie Frauen auf ihrem Weg zurück zu einem selbstbestimmten Leben. Ihr gesamtes Wissen aus der eigenen Erfahrung und der Arbeit mit inzwischen tausenden Frauen bündelt Jackie Freitag in diesem Buch.

Das Buch soll Betroffenen Mut und Hoffnung schenken, sie dabei unterstützen, den Kampf gegen sich selbst aufzugeben und sie auf ihrem Weg begleiten – hin zu einem friedvollen Leben.

1. Auflage 2024, Hardcover, 352 Seiten, 35 Abb.  
ISBN 978-3-86867-676-1, Artikelnr.: 51450

€ 20,00



NEU

Henrike Wilkes

### Frauen führen besser!

Wenn sie sich trauen authentisch zu sein

Henrike Wilkes beschreibt auf anschauliche Art und Weise, wie man sich als Führungspersonlichkeit entwickeln kann und dabei authentisch bleiben darf. Sie gewährt einen Einblick in ihren beruflichen Werdegang, gibt mit überraschender Offenheit ihre eigenen Erfahrungen preis und verschweigt auch nicht die vielen Höhen und Tiefen auf ihrem Weg. Insbesondere (dienst-)junge Frauen möchte sie darin bestärken, Zutrauen zu sich selbst zu entwickeln, mutig zu sein und authentisch zu bleiben – egal, in welchem beruflichen Kontext.

Henrike Wilkes liefert eine Vielzahl hilfreicher Ideen und Denkansätze, sich selbst zu reflektieren, für die Führungskarriere passende Vorbilder zu erkennen und die eigene Persönlichkeitsentwicklung voranzutreiben.

Zum guten Ende der wichtigste Hinweis für all diejenigen mit Führungsambitionen: Das Arbeiten in einer Führungsposition sollte letztlich erfüllend sein und Freude bereiten!

1. Auflage 2024, Softcover, 172 Seiten, 14 Abb.  
ISBN 978-3-86867-679-2, Artikelnr.: 51490

€ 17,80

auch als  
E-Book  
verfügbar



NEU

Valentin Fröhlich

### Tschüss Angst. Hallo Leben

Leitfaden zu deinem wahren Potential

Leidest Du unter wiederkehrenden Ängsten oder Gedanken, die Dich quälen? Glaubst auch Du, nichts dagegen tun zu können? Reagierst Du auf immer gleiche Weise auf bestimmte Situationen, und weißt Dir nicht besser zu helfen? Damit bist Du nicht allein. Dieser Leitfaden hilft Dir nicht nur dabei, Dich selbst und Deine Emotionen besser zu verstehen. Er führt Dich Schritt für Schritt zu einem selbstbestimmten, angstfreien Leben. Valentin Fröhlich legt auf leicht verständliche Weise dar, wie belastende Gedanken, einschränkende Verhaltensmuster sowie lähmende Ängste entstehen und was Du tun kannst, um nicht mehr unter ihnen zu leiden. Neben Reflexionen gehören zu seinem ganzheitlich orientierten Ansatz Übungen aus der positiven Psychologie. Du erhältst viele alltagstaugliche Tools, die Du sofort anwenden kannst, um Dich innerlich frei fühlen und voranschreiten zu können.

Während störende Gedanken und Ängste minimiert werden, wird Deine Resilienz gestärkt. Dein Leben steht durch die Integration von ausgesuchten Werten auf einem stabilen Fundament. Alte Muster und Prägungen können sich auflösen, sodass Du mit herausfordernden Situationen wesentlich leichter zurechtkommst. Zudem stehen zahlreiche Videos und geführte Meditationen für Dich bereit, damit Du sofort loslegen kannst. Mit dieser Fülle an Werkzeugen steht einem angstfreien und glücklichem Leben nichts mehr im Wege

1. Auflage 2024, Softcover, 180 Seiten, 50 Abb.  
ISBN 978-3-86867-680-8, Artikelnr.: 51420

€ 19,50

auch als  
E-Book  
verfügbar



NEU

Michael von Kunhardt

### 105 Impulse für mehr Wohlbefinden und Motivation

Die Montagsmotivation – für jeden Tag, jede Jahreszeit und ein Leben lang! Der renommierte Mental- und Motivationsexperte und „MONtivator“ Michael von Kunhardt, Coach und Redner für mentale Stärke, bekannt aus Radio und TV, hat für sein neues Buch 105 einprägsame Beiträge aus Hunderten von Radiosendungen ausgewählt und in diesem Buch zu praktischen und einfach anwendbaren Konzepten zusammengefasst. Von Kunhardt ermutigt seine Leser- und Zuhörerschaft dazu, das eigene Potenzial zu erkennen und es mit Freude und Entschlossenheit zu nutzen. Seine Motivationen sind wie Leuchttürme, die einen Weg zeigen, um selbstwirksam das Schicksal zu formen und dabei ein tiefes Gefühl des Wohlbefindens zu erfahren. Das Buch ist ein Weckruf, der dazu anspornt, die Möglichkeiten des Lebens auszuschöpfen.

Die Texte sind einfach zu lesen und die vorgestellten Konzepte können mühelos in den Alltag integriert werden. Der Autor ist Experte auf seinem Gebiet und erklärt uns mit Expertise und Anregungen aus dem Profisport, wie man seine Lebensqualität steigern kann. Sein neues Werk ist nicht nur ein Buch – es ist ein treuer Begleiter auf dem Weg zu einem erfüllteren und glücklicheren Leben.

1. Auflage 2024, Softcover, 208 Seiten, 32 Abb.  
ISBN 978-3-86867-677-8, Artikelnr.: 51480

€ 14,85

auch als  
E-Book  
verfügbar

auch als  
E-Book  
verfügbar



Ben Baak

### Rendezvous mit dem Schweinehund

Gesundheitsziele zuverlässig erreichen – starke Impulse für Körper, Geist und Seele

Ein Rendezvous mit dem Schweinehund? Geht das überhaupt? Aus der eigenen Erfahrung sind diese Treffen wohl eher selten von besonderer Zuneigung und Zärtlichkeit geprägt. In einem Alltag, in dem Herausforderungen im Berufs- und Privatleben schon aufreibend genug erscheinen, fehlt es häufig an der notwendigen Energie, um im Kampf mit dem eigenen Schweinehund zu bestehen. Verlockungen und Ausreden gibt es schließlich überall und zu jeder Zeit. Und so fallen Vorhaben von mehr Bewegung, besserer Ernährung, gezielter Ruhe und vielen anderen positiven Veränderungen am Ende eines langen Tages einfach hinten runter. Dieses Buch unterstützt dabei, Gesundheitsziele zuverlässig zu verfolgen und zu erreichen. Mit Witz, spannendem Wissen und praktischen Umsetzungstipps begleitet dieses Buch zu einem echten und bedeutsamen Rendezvous mit dem eigenen Schweinehund.

1. Auflage 2020, Softcover, 192 Seiten  
ISBN 978-3-86867-508-5, Artikelnr.: 30284

UVP € 9,90

auch als  
E-Book  
verfügbar



Judith Finlayson

### Man ist, was die Großmutter isst

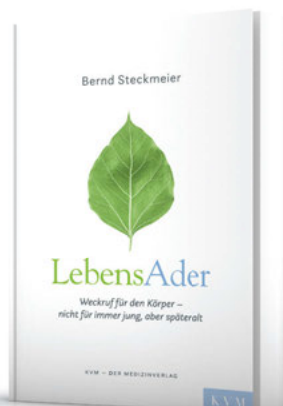
Was Sie über Ernährung, vererbte Erfahrungen, Epigenetik und die Herkunft chronischer Erkrankungen wissen müssen

Tief verwurzelt in den Arbeiten des inzwischen verstorbenen Epidemiologen Dr. David Barker hebt das Buch spannende Forschungsergebnisse hervor, die aufzeigen, dass es bei der Vererbung um viel mehr geht als nur um die Gene, die Ihre Eltern an Sie weitergegeben haben. Dank des recht neuen Wissenschaftszweigs der Epigenetik wissen wir nun, dass die Erfahrungen der vorherigen Generationen sich in Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden widerspiegeln können. Viele Risikofaktoren für chronische Erkrankungen – einschließlich Adipositas, Typ-2-Diabetes, hoher Blutdruck, Herzerkrankungen und Demenz – können zu den ersten 1.000 Tagen Ihrer Existenz ab der Empfängnis zurückverfolgt werden. Die biologischen Wurzeln dieser Anfälligkeiten könnten sogar noch viel weiter zurückreichen: zu Umständen, die Ihre Eltern und Großeltern erlebt haben – und vielleicht noch darüber hinaus.

1. Auflage 2019, Softcover, 320 Seiten  
ISBN 978-3-86867-484-2, Artikelnr.: 30267

€ 16,80

auch als  
E-Book  
verfügbar



Bernd Steckmeier

### LebensAder

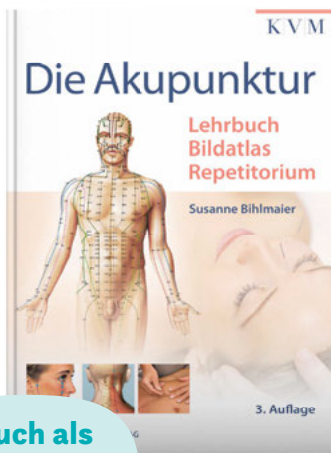
Weckruf für den Körper – nicht für immer jung, aber später alt

Mit leicht verständlichen Texten und auf Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse zeigt der Autor Tipps und Tricks auf, wie man gesünder dem Alter entgegenreten kann. Unser Körper, insbesondere das Blut, sowie auch unsere Lebensweisen werden aus vielen Perspektiven beleuchtet, teilweise auch philosophisch hinterfragt.

Wenn wir wissen, was Leib und Seele zusammenhält und wie sich das Energierad des Menschen dreht, werden wir achtsam und dankbar sein sowie staunen, was die Natur uns auf unserem Weg mitgegeben hat. Machen wir etwas daraus!

1. Auflage 2020, Softcover, 400 Seiten  
ISBN 978-3-86867-494-1, Artikelnr.: 30273

€ 14,80



auch als  
E-Book  
verfügbar

Susanne Bihlmaier

## Die Akupunktur

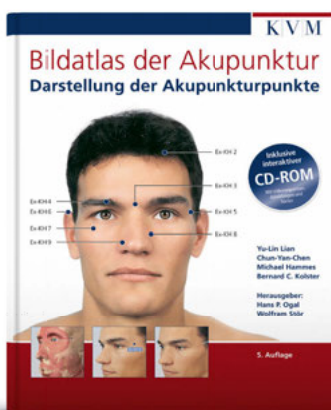
Lehrbuch | Bildatlas | Repetitorium

Das bewährte Praxisbuch „Die Akupunktur“ von Dr. med. Susanne Bihlmaier vermittelt auch in dieser komplett überarbeiteten 3. Auflage die Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), ihre Anwendung und die Lokalisation der wesentlichen Akupunkturpunkte. Das Werk ist die ideale Einstiegslektüre, indem es Lernende und Anwendende der Akupunktur sowie alle fachlich Interessierten bei der Umsetzung des Wissens in die Praxis unterstützt.

- praxis- und prüfungsrelevante Akupunkturpunkte und Meridianverläufe auf Fotos und als Grafiken
- Punkte-ABC mit häufigen, praxisrelevanten westlichen Diagnosen, einschließlich Behandlungsempfehlungen
- wertvolle Praxistipps für erfolgreiches Akupunktieren

3., korrigierte und komplett überarbeitete Auflage 2020, Softcover, 352 Seiten, 500 Abb.  
ISBN 978-3-86867-492-7, ArtikelNr.: 30270

€ 39,95



Hans P. Ogal | Wolfram Stör (Hrsg.)

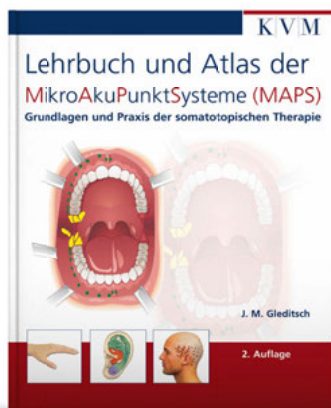
## Bildatlas der Akupunktur

Darstellung der Akupunkturpunkte

In diesem Buch werden alle Akupunkturpunkte detailliert veranschaulicht. Eine Grafik vermittelt die topografisch-anatomische Orientierung, eine Meridianübersicht stellt den Punkt im Kontext des Leitbahnverlaufs dar und eine dritte Abbildung zeigt die gesetzte Akupturnadel. Dieses visuelle Konzept ermöglicht ein systematisches Studium der einzelnen Punkte. Durch die Verbindung von chinesischen Quellen und therapeutischen Erfahrungen wurde eine Reduzierung auf die wichtigsten Indikationen und eine sinnvolle Anpassung an den Praxisbedarf vorgenommen. Namen, Eigenschaften und Anwendungsmöglichkeiten der einzelnen Punkte wurden entsprechend überarbeitet.

5. Auflage 2013, Hardcover, 352 Seiten, 1.250 Abb.  
Systemvoraussetzungen CD-ROM: Lauffähig unter Windows 7 (Windows-Anwendung – läuft nicht unter Mac)  
ISBN 978-3-940698-96-4, ArtikelNr.: 30128

€ 39,95



Jochen M. Gleditsch

## Lehrbuch und Atlas der MikroAkuPunktSysteme (MAPS)

Grundlagen und Praxis der somatotopischen Therapie

Das Buch ist ein Therapiehandbuch für alle, die zusätzlich zu den bewährten Punktsystemen der Ohrakupunktur auch Kenntnisse über neu hinzugekommene Mikrosysteme gewinnen möchten. Es gliedert sich in zwei Teile: die Darstellung der Akupunktur-Mikrosysteme sowie die Praxis in der Therapie geeigneter Indikationen. Ein Anliegen des Autors ist es, eine kritische und offene Auseinandersetzung im Hinblick auf das Verhältnis von Schulmedizin zur Traditionellen Chinesischen Medizin anzuregen. Er stellt die einzelnen Mikrosysteme der Akupunktur nebeneinander und setzt diese in Beziehung zueinander.

2. Auflage 2008, Softcover, 241 Seiten, 250 Abb.  
ISBN 978-3-932119-52-1, ArtikelNr.: 30001

€ 39,00





## Die Akupunkturpunkte und Meridiane

von vorne | von hinten | von der Seite

**Vielseitig verwendbar:** zum Aufhängen als Wandposter oder zusammengefoldet und abgeheftet als nützliches Nachschlageheft.

Poster I: Die Akupunkturpunkte und Meridiane von vorne

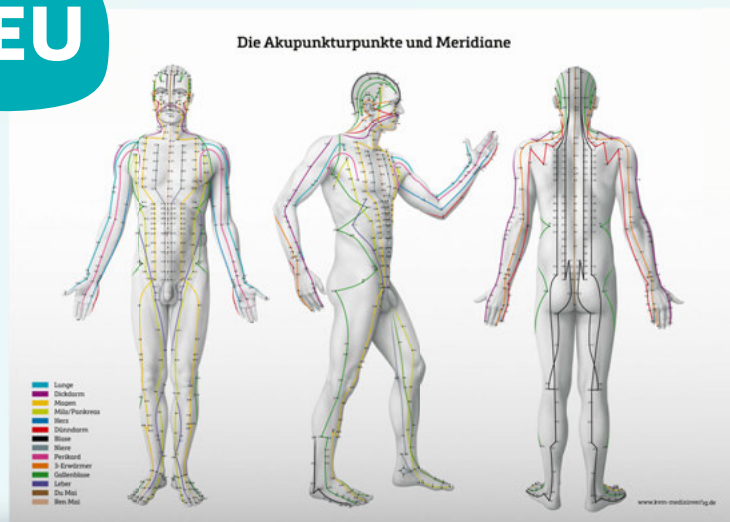
Poster II: Die Akupunkturpunkte und Meridiane von hinten

Poster III: Die Akupunkturpunkte und Meridiane von der Seite

1. Auflage 2008, 3 Faltposter im Set  
Offenes Format: 210 × 580 mm  
ISBN 978-3-932119-61-3, Artikelnr.: 30008

€ 9,95

**NEU**



## Lernposter: Die Akupunkturpunkte und Meridiane

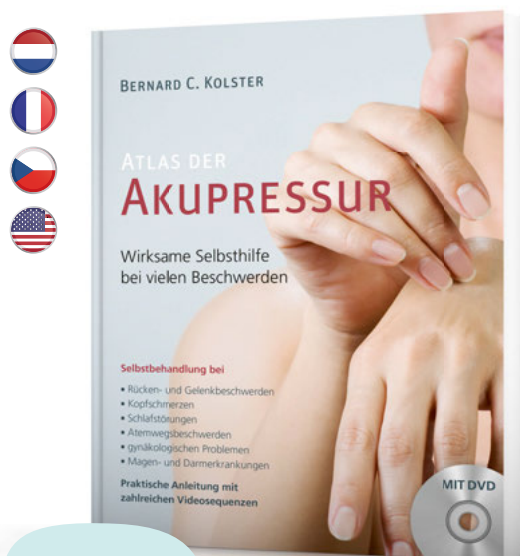
von vorne | von hinten | von der Seite

Die detaillierte Darstellung der Akupunkturpunkte und Meridiane von vorne, von hinten und von der Seite als großformatiges, praktisches DIN A1-Faltposter. Vielseitig verwendbar für Lehr- und Demonstrationszwecke und ein allzeit nützliches Lehrmittel in Ausbildung und Praxisalltag.

1. Auflage 2024, DIN A1-Faltposter  
Offenes Format: 594 × 841 mm (DIN A1),  
zusammengefoldet 210 × 297 mm (DIN A4)  
ISBN 978-3-86867-696-9, Artikelnr.: 30347

€ 12,80





mit DVD

Bernard C. Kolster

## Atlas der Akupressur

Wirksame Selbsthilfe bei vielen Beschwerden

In diesem umfangreichen Handbuch finden Sie speziell zusammengestellte Akupressurprogramme, mit denen Sie gegen häufig vorkommende Beschwerden und Erkrankungen selbst vorgehen oder eine bestehende ärztliche Therapie unterstützen können.

Im ersten Teil dieses Werkes erhalten Sie nützliche Hinweise zum historischen Hintergrund, zu den Möglichkeiten und Grenzen sowie zur sachgemäßen Anwendung der Akupressur.

Der zweite Teil stellt die einzelnen Anwendungsgebiete und ihre Einsatzmöglichkeiten vor. Sie finden Informationen zur Akupressur im Krankheitsfall und wie mit der „Wohlfühlmassage“ schnell und effektiv eine wohltuende Entspannung des gesamten Körpers erreicht werden kann.

1. Auflage 2014, Softcover, 240 Seiten, 440 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 50 Min.

ISBN 978-3-86867-218-3, Artikelnr.: 30142

€ 19,85



mit DVD

Bernard C. Kolster | Astrid Waskowiak

## Atlas der Reflexzonentherapie

Alternative Therapieverfahren zur Behandlung von Krankheiten und zur Linderung von Beschwerden und chronischen Leiden erleben einen großen Zulauf. In diesem Zusammenhang wird auch der Reflexzonenmassage von immer mehr Menschen Vertrauen geschenkt. Die sanfte Heilmethode der Reflexzonentherapie ist leicht zu erlernen, überall anwendbar und kann bei vielen Beschwerden Linderung bringen. Für die Selbst- und Partnerbehandlung ist sie ideal geeignet.

Dieses Buch ist kompetenter Ratgeber und Nachschlagewerk in einem. Umfassend und anschaulich führt dieser Atlas den interessierten Lesenden in die Theorie dieser alten Therapieform ein und bietet mit zahlreichen Abbildungen und Schritt für Schritt-Anleitungen einen leicht verständlichen Einstieg in die Praxis der verschiedenen Massageformen: Fußreflexzonen-, Handreflexzonen-, Ohrreflexzonen- und Kopfreflexzonentherapie nach Yamamoto und Shiatsu.

1. Auflage 2014, Softcover, 256 Seiten, 500 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 30 Min.

ISBN 978-3-86867-219-0, Artikelnr.: 30141

UVP € 19,85

inkl.  
Massage-  
ringe!

Helga Schörgendorfer

## Happy Hands

Deine Gesundheit liegt in deinen Händen

Bei der Akupressur mit Massageringen handelt es sich um eine Heilmethode, bei der mithilfe von Druck auf definierte Körperstellen – vor allem an den Händen und Füßen – der Energiefluss im Körper aktiviert wird und für Schmerzlinderung und Gesundheitsförderung sorgt. Dabei wirken die Massageringe wie eine Verstärkung für die heilsamen Kräfte der Berührungen mit den Händen. Aus einer Vielzahl von Möglichkeiten hat die Autorin 13 Akupressurpunkte ausgewählt, die nach ihrer Erprobung und langjährigen Erfahrung großes Wirkungspotenzial zur Gesunderhaltung haben und deren Behandlung dennoch leicht in den Alltag integriert werden kann. Ergänzt und abgerundet werden die Akupressuranleitungen durch einige Meditationsübungen, deren Hauptaugenmerk auf Handgesten zur wohltuenden Energielenkung liegt.

„Happy Hands“ ist eine Anleitung zur Selbstbehandlung und beschreibt die Anwendungen daher möglichst kurz mit wenigen, aber anschaulichen Worten. Zudem stellt das Buch nicht nur eine besondere Form der Akupressur vor, sondern liefert per Videos das visuelle Erlebnis der praktischen Übungen und darüber hinaus die Akupressurwerkzeuge in Form von zwei dem Buch beigelegten Massageringen gleich mit.

1. Auflage 2020, Hardcover, 72 Seiten, 40 Abb.

Inkl. Massageringe & Übungsvideos

ISBN 978-3-86867-528-3, Artikelnr.: 30275

€ 12,80

Katharina Kunzmann

## Ab ins Bett!

Eine traumhafte Reise in die Welt des Schlafes

Wer gerne schläft, ist besser im Bett. Eigentlich ganz einfach. Und doch gibt es Leute, die noch vor dem ersten Termin ins Fitnessstudio stürzen oder wegen einer wichtigen Deadline bis spät abends arbeiten, um jede Sekunde des Tages effektiv zu nutzen.

Bloß nicht, sagt Katharina Kunzmann, Schlafbloggerin und amtlich bescheinigte Schlafmütze. Lieber an der Matratze horchen! Denn im Schlaf entspannen wir, tanken Kraft, werden fitter und klüger. Schlaf ist die schönste Sache der Welt, die ultimative Detox-Kur, unser Bett eine Insel der Entschleunigung.

„Ab ins Bett!“ nimmt uns mit auf einen traumhaften Streifzug durch die Welt des Schlafes: Warum haben so viele Menschen Probleme beim Einschlafen und was hilft dagegen? Wie sehen die Träume von Blinden aus? Was sagen die Experten? Also, Freunde der Nacht, nicht in den Club heute Abend, sondern rein in die Federn und Augen zu!

2., überarbeitete Auflage 2022, Softcover, 285 Seiten

ISBN 978-3-948942-30-4, Artikelnr.: 51470

€ 13,80



NEU



Rebecca Föhr

### Eat Good. Feel Good.

Vegetarisch durch den Tag

Über 70 Lieblingsgerichte findet man in diesem Buch vereint. Von leckeren Frühstückrezepten, bunten Bowls, Pastasößen, würzigen Dressings, über kreative Beilagen und Dips bis hin zu süßen Köstlichkeiten und Desserts – hier ist für jeden etwas Passendes dabei. Zudem beinhaltet das Buch wertvolle Tipps und Ratschläge rund um eine ausgewogene Ernährung. Viele Gerichte lassen sich nach Lust und Laune miteinander kombinieren, sodass sich für jeden Tag von morgens bis abends leckere Mahlzeiten kreieren lassen. Eine gesunde Ernährung sollte kein Verzicht darstellen, sondern vor allem eins: Glück machen! Ganz nach dem Motto: Eat Good & Feel Good.

1. Auflage 2024  
Softcover  
188 Seiten, 80 Abb.  
ISBN 978-3-86867-678-5  
Artikelnr.: 51190

€ 18,90



Daniela Haller

### Colors of Taste

85 vegane, farbenfrohe Rezepte mit regionalem und saisonalem Obst und Gemüse

In diesem Buch findet der Lesende 85 vegane und farbenfrohe Rezepte, die jeden dazu motivieren, mehr Obst und Gemüse auf den Tisch zu bringen. Besonders in der heutigen Zeit ist es sehr wichtig, regional, saisonal und vitaminreich zu essen. Die Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden sollten bei der Wahl unserer Lebensmittel im Zentrum stehen. Die Autorin lädt alle Leserinnen und Leser dazu ein, die eigene Komfortzone zu verlassen, um mit ihr in eine farbenfrohe, abwechslungsreiche Küche einzutauchen und in dieser zu experimentieren. Frei nach dem Motto: „Das Auge isst mit“ präsentiert sie außerdem viele spannende Foodstylingtipps.

1. Auflage 2023  
Hardcover  
172 Seiten, 130 Abb.  
ISBN 978-3-86867-649-5  
Artikelnr.: 51360

€ 19,35



Jana Schwarz

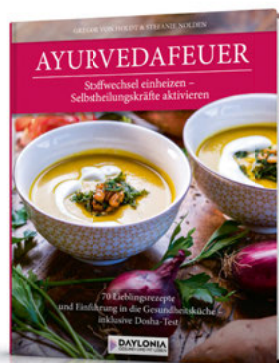
### Speedy Singleküche

Ausgewogen und gesund genießen

Die Rezeptsammlung „Speedy Singleküche“ hält, was ihr Name verspricht. Mit nur wenigen Zutaten zaubern Sie innerhalb kürzester Zeit köstliche vegane Mahlzeiten, perfekt abgestimmt auf Ihren Einpersonenhaushalt, ganz ohne lästige Reste. Bewusst werden einfache Zutaten genutzt, auf Zucker, Weizenmehl und ungesunde Fette wird verzichtet. Freuen Sie sich auf 60 genussreiche Gerichte mit tollen Ideen fürs Frühstück, Herzhaftes, Dips und Aufstriche oder Snacks. Eine schnelle vegane Küche, die den Geldbeutel schont – was will man mehr?

1. Auflage 2023  
Hardcover  
164 Seiten, 340 Abb.  
ISBN 978-3-948942-23-6  
Artikelnr.: 51300

€ 18,40



Gregor von Holdt | Stefanie Nolden

### Ayurvedafeuer

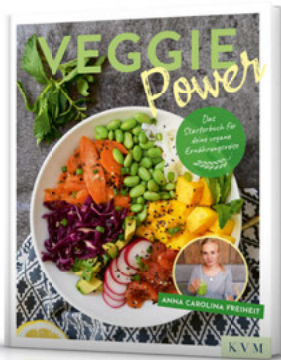
Stoffwechsel einheizen – Selbstheilungskräfte aktivieren

Mit „Ayurvedafeuer“ bieten die Autoren Stefanie Nolden und Gregor von Holdt eine gute Möglichkeit, Achtsamkeit mit einer gesunden Ernährung, bewusstem Essen und einer ausgewogenen Lebensweise zu verbinden. Der persönliche Dosha-Test zeigt Ihnen, ob sie ein Vata-, Pitta- oder Kapha-Typ sind. Die ayurvedische Küche ermöglicht Ihnen einen gesunden und funktionierenden Stoffwechsel und entschlackt den ganzen Körper. Die beiden erfahrenen Köche verraten gleich 70 ihrer Lieblingsrezepte, die teils vegan, teils vegetarisch sind. Tauchen Sie ein in die ayurvedische Welt und freuen sich auf farbenfrohe Gerichte und herrliche Aromen – eine Küche, die die Sinne verführt und nachhaltig Ihre Gesundheit stärkt.

1. Auflage 2021  
Hardcover  
162 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-948942-07-6  
Artikelnr.: 51090

€ 19,95





1. Auflage 2023  
Hardcover  
176 Seiten, 140 Abb.  
ISBN 978-3-86867-657-0  
Artikelnr.: 51280

€ 19,35

Anna Carolina Freiheit

## Veggie Power

Das Starterbuch für deine vegane Ernährungsreise

Starten Sie jetzt mit einer gesunden pflanzlichen Ernährung und erleben Sie, wie schnell sich Ihr Wohlbefinden verbessert! Dieses Buch hält über 70 Rezepte fürs Frühstück, Mittag- und Abendessen und für gesunde Power-Snacks bereit. Hilfreiches Wissen über Ernährung und Gesundheit sind als „Beilage im Menü“ enthalten. Ob etwas gesund oder ungesund bei den Zutaten Ihrer Mahlzeiten ist, diese Frage stellt sich dann nicht mehr! Wenn Sie mithilfe Ihrer Ernährung Ihren Gesundheitszustand verbessern oder präventiv Ihre Gesundheit in die eigene Hand nehmen möchten, finden Sie in diesem Buch den Weg, der zu Ihnen passt – es hält köstliche Stärkungen für Sie bereit! Probieren Sie sie aus!



1. Auflage 2021  
Hardcover  
156 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-948942-03-8  
Artikelnr.: 51020

UVP € 19,95

Marlena Izdebska

## Healthy Cooking

Frisch, lecker und ausgewogen

Fit, gesund und ausgewogen durch den Tag! Egal ob Frühstück, Mittag-, Abendessen oder Dessert – hier kommt jede/jeder „Vegan Lover“, aber auch alle, die sich gesünder und bewusster ernähren wollen, voll auf ihre Kosten! Leckere Bowls, Crêpes, Porridges, Pasta, Pfannengerichte, Suppen, Salate oder Mousses sind nur einige der großartigen und leckeren Gerichte, die Sie in diesem Buch von Marlena Izdebska finden werden. Rezepte, die schnell und einfach nachzukochen, reich an wichtigen Nährstoffen und gleichzeitig schön anzusehen sind. Probieren Sie sich durch die bunte vegane Welt mit „Healthy Cooking“.



1. Auflage 2021  
Hardcover  
156 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-948942-02-1  
Artikelnr.: 51010

UVP € 19,95

Marlena Izdebska

## Simply Soulfood

Gesunde Rezepte zum Wohlfühlen

Mit den gesunden, glutenfreien und pflanzlich basierten Rezepten von „Simply Soulfood“ werden alle garantiert glücklich und satt. Entdecken Sie hier abwechslungsreiches Soulfood mit interessanten Zutateninformationen frei nach dem Motto: "Cooking with love is food for the soul."

Zu einem gesunden Lebensstil gehört ausgewogenes Essen – mit diesem Buch kommen Sie in den Genuss der veganen und vegetarischen Küche und haben dabei auch noch eine Menge Spaß beim Zubereiten.



2., durchgesehene Auflage 2021  
Hardcover  
152 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-948942-00-7  
Artikelnr.: 51000

UVP € 19,95

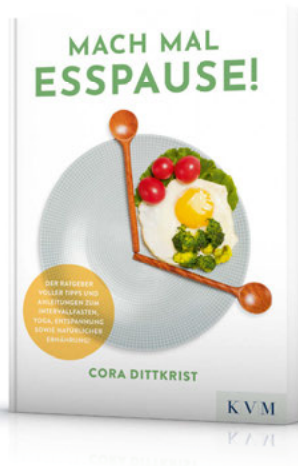
Marlena Izdebska

## Best of Bowls

Einfach, lecker und gesund

Abwechslungsreiche Bowl-Rezepte, aber auch andere vegane und vegetarische Gerichte fürs Frühstück, den Lunch oder das Abendessen warten darauf, von Ihnen nachgekocht zu werden. Damit die Seele nicht zu kurz kommt, enthält die Rubrik „Sweets“ eine zauberhafte Auswahl süßer Leckereien. 65 Rezepte (60 vegane & 5 vegetarische) bieten nicht nur eine perfekte Kombination aus gesunden Zutaten und einzigartigem Geschmack, sie geben auch optisch richtig was her. Schnell gezaubert, für kulinarische Gaumenfreuden! „Best of Bowls“ ist perfekt für alle, die gesund genießen möchten – ganz ohne Fleisch, ohne übermäßig viel Zucker und künstliche Aromen.

auch als  
E-Book  
verfügbar



Cora Dittkrist

### Mach mal Esspause!

Der Ratgeber mit Anleitungen und Tipps zum Intervallfasten, zu Yoga, Entspannung sowie natürlicher Ernährung

Die moderne Lebensweise entfernt uns immer weiter von unserem natürlichen Biorhythmus. Viele Menschen arbeiten mit Dauererreichbarkeit unter Hochdruck. Sie leiden zunehmend unter Übergewicht, Schmerzen, Depressionen und Schlafmangel – dies ist der Grundstein für weitere ernste Folgeerkrankungen! Die Nahrungsaufnahme erfolgt nebenbei, zu viel, zu süß, zu fett, zu oft! Der natürliche Ess- und Schlaf-Wach-Rhythmus wird übergangen, das System leidet. Stoppen Sie dies, drücken Sie die Resettaste und „rebooten“ Sie sich! Das Intervallfasten ist die perfekte Methode dafür und reicht Ihnen die Hand, um wieder in Ihren Rhythmus zu finden. Dieser Ratgeber, Rezepte inklusive, zeigt Ihnen verschiedene Wege, um Ihren Organismus zu unterstützen und Ihren Alltag ausgewogen und nachhaltig zu optimieren.

1. Auflage 2023, Softcover, 256 Seiten, 60 Abb.  
ISBN 978-3-86867-656-3, Artikelnr.: 51240

€ 14,95

Lena Sokolovska | Jovita Vyšniauskiene | Migle Tylaite

### Naturkosmetik

Geniale Rezepturen schnell selbst gemacht

In diesem Buch finden Sie zahlreiche Rezepte für unterschiedliche Kosmetika, die Sie schnell und leicht aus wenigen natürlichen Zutaten herstellen können. Die vielen wunderbar bebilderten Anleitungen machen Lust, sich ans Werk zu machen, fehlende Zutaten zu besorgen oder auch einige davon draußen in der Natur frisch zu pflücken. Ob nun im Garten oder bei einem Spaziergang durch Feld, Wald und Wiese. Sie werden begeistert sein, wie einfach und wie schnell Sie eine herrlich duftende Körperbutter, ein erfrischend kühlendes Gesichtswasser oder eine luxuriös sprudelnde Badebombe aus natürlichen Inhaltsstoffen herstellen können. Dieses Buch zeigt Ihnen nicht nur, wie Sie mit absolut unbedenklichen Inhaltsstoffen Ihre Schönheit erhalten und pflegen können, sondern bereichert Sie zudem mit einem breiten Wissen über die Kostbarkeiten, die die Natur für unser körperliches Wohlbefinden bereithält.

1. Auflage 2017, Hardcover, 276 Seiten, 140 Abb.  
ISBN 978-3-86867-353-1, Artikelnr.: 30207

€ 18,95



Wendy M. Jenkins | Amy E. Jenkins | Alexandra L. Jenkins | Caroline Brydson

### Die Portfolio-Diät

Ein wissenschaftlich begründeter Ansatz, den Cholesterinspiegel über pflanzenbasierte Ernährung zu senken

Die in diesem Buch beschriebene „Portfolio-Diät“ zur Senkung des Cholesterinspiegels und anderer Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wird wissenschaftlich beleuchtet und hinterfragt. In Bezug auf die wissenschaftliche Begründbarkeit dieser Diät werden Studien und ihre Einzelkomponenten (Nüsse und Samen, Ballaststoffe und Pflanzensterine sowie pflanzliche Proteine) dargelegt. Weiter werden umweltbezogene und ethische Aspekte aufgezeigt, die die Verbindung zwischen Ernährung, Gesundheit und Umwelt veranschaulichen. Durch Verweise auf aktuelle Studien und praktische Details (Tipps, Gerichte und Menüs) wird es dem Lesenden ermöglicht, das Ziel eines verringerten Cholesterinspiegels mit Senkung des Herz-Kreislauf-Erkrankungsrisikos zu erreichen, und gleichzeitig die „Gesundheit“ unseres Planeten mit zu berücksichtigen.

1. Auflage 2022, Softcover, 304 Seiten, 40 Abb.  
ISBN 978-3-86867-531-3, Artikelnr.: 30286

€ 19,95





1. Auflage 2021  
Softcover  
172 Seiten, 90 Abb.  
ISBN 978-3-948942-05-2  
Artikelnr.: 51070

€ 12,95

Gerda Castro | Melanie Aurich

### Eins, Zwei, Drei ... Zuckerfrei!

Ausgewogen genießen ohne raffinierten Zucker: Ernährungstipps, Heißhunger vermeiden, abnehmen und Energie steigern.

Möchten auch Sie in Ihrer Küche Zucker reduzieren oder ganz darauf verzichten? Zunächst erhalten Sie einen Einblick in die Welt des Zuckers: Welche Wirkung hat er auf Ihren Körper? Wo ist versteckter Zucker enthalten und welche Zuckeralternativen gibt es? Anschaulich erklären Ihnen die Ernährungsexpertinnen, wie Sie es schaffen, Zucker langfristig und nachhaltig vom Speiseplan zu streichen. Zusätzlich warten 40 vegane, zucker- und glutenfreie Rezepte auf Sie, die nicht nur gesund, sondern auch leicht zuzubereiten sind – egal ob Frühstück, Snacks oder Kuchen. Fest steht: Das Leben können Sie sich auch ohne Zucker versüßen!



1. Auflage 2022  
Softcover  
160 Seiten, 100 Abb.  
ISBN 978-3-948942-09-0  
Artikelnr.: 51130

€ 14,95

Yvonne Isabella Löhner

### Darm gesund – Ich gesund

Ratgeber und präventologische Unterstützung der Verdauung zum Wohle Deines Körpers

Erst wenn der Darm gesund ist, können Sie sich in Ihrem Alltag rundum wohlfühlen. Präventionsexpertin Yvonne Isabella Löhner erklärt Ihnen anschaulich, wie Stress, Ernährung, Bewegung und Achtsamkeit Ihre Gesundheit beeinflussen und wie das Zusammenspiel von Körper und Darm funktioniert. Dabei geht es darum, im Einklang mit sich selbst zu sein und ehrlich in sich hineinzuhorchen. Was sind die individuellen Bedürfnisse Ihres Körpers? Welche ganz persönlichen Wünsche haben Sie dabei? Finden Sie es heraus und lernen Ihren Körper neu verstehen – der beste Weg zu einem gesünderen und glücklicheren Leben!



1. Auflage 2021  
Softcover  
162 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-948942-08-3  
Artikelnr.: 51120

€ 12,95

Sybille Neubert

### Bewegung im Babyalter

Dieser Ratgeber ist ein wertvoller Wegbegleiter für die erste gemeinsame Zeit mit Ihrem Neugeborenen. Hier finden Sie hilfreiche Anleitungen, wie Sie Ihr Kind bei seiner Entwicklung spielerisch und liebevoll fördern können – von der Geburt bis hin zu den ersten Schritten. Die Autorin, selbst zweifache Mutter, möchte Sie neugierig darauf machen, was genau in den ersten Lebensmonaten eines Kindes passiert und wie sich die motorischen Fähigkeiten entwickeln. Die ersten zwei Jahre eines Kindes sind besonders wichtig für das spätere Leben, weil hier das Fundament für die weitere Entwicklung gelegt wird. Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Kind während der ersten Monate unterstützen können.



1. Auflage 2021  
Softcover  
188 Seiten, 188 Abb.  
ISBN 978-3-948942-04-5  
Artikelnr.: 51030

€ 7,95

### 365 Abenteuer für Kids

365-mal lachen, sich freuen, sich bewegen, lernen und mutig sein! Mit den kreativen und vielfältigen Aufgaben in diesem Buch erleben Kinder ein Jahr voller spannender Abenteuer und können so zu kleinen Superhelden werden. Zusammen mit ihren Eltern können Kinder mit den vorgestellten 365 Abenteuern jeden Tag ihrer Kreativität freien Lauf lassen und in eine bunte Fantasiewelt eintauchen. Es gilt, sich spannenden Challenges zu stellen, oder sich bei sportlichen Herausforderungen so richtig auszupeinern. Um noch mehr Spaß dabei zu haben, können Freunde zum Mitmachen animiert werden. Das Abenteuer wartet und ruft – auf geht's!



auch als  
E-Book  
verfügbar

Jan Stöhlmacher

### Damit Vertrauen im Sprechzimmer gelingt

Ein persönlicher Wegweiser für Patienten und ihre Angehörigen

Mit seinem Buch „Damit Vertrauen im Sprechzimmer gelingt“ gibt Prof. Jan Stöhlmacher praktische Anregungen, wie Sie als Patientin oder Patient und Angehörige dazu beitragen können, um mit der Ärztin oder dem Arzt ein Gespräch auf Augenhöhe zu führen. Denn ein vertrauensvolles Patient/-innen-Arzt-Verhältnis ist entscheidend, wenn es darum geht, gesundheitlich bedingte Lebenskrisen bestmöglich zu bewältigen.

Aufgrund seiner Erfahrungen als Onkologe, aber auch als enger Angehöriger von Krebspatienten ist Jan Stöhlmacher für die besondere Bedeutung des Arztgesprächs sensibilisiert. Er kennt die Sachzwänge des Klinikalltags; zugleich weiß er um die Bedürfnisse, Fragen und Wünsche aller Beteiligten. Er lässt Betroffene selbst zu Wort kommen und stellt sich ihren für den Mediziner oft unbequemen Fragen.

Mit dieser ausgewogenen Kombination von nützlichem Fachwissen und berührenden Erlebnissen aus der Praxis gehört „Damit Vertrauen im Sprechzimmer gelingt“ zu jenen wertvollen Sachbüchern, die schon bei der Lektüre guttun.

1. Auflage 2022, Softcover, 204 Seiten  
ISBN 978-3-86867-602-0, Artikelnr.: 30317

€ 14,90



auch als  
E-Book  
verfügbar

Damon Korb

### Eigenständige Kinder – Entspannte Eltern

Wie ich meinem Kind helfe, sich selbst zu organisieren

Erziehung ist alles. Kinder kommen nicht als eigenständige Menschen auf die Welt – sie werden erzogen. Genau das ist die Philosophie hinter diesem zuversichtsgebenden und nervenschonenden Buch. Organisiertes Denken zu fördern, hilft bei vielen ganz konkreten Situationen (denken Sie an ein ordentlicheres Kinderzimmer!). Aber auch elementare Fähigkeiten für das Leben, wie planen oder ein Gesamtbild zu begreifen, werden dadurch geschaffen. Damon Korbs fünf Schritte, um ein eigenständiges Kind zu erziehen, gelten für jedes Alter. Egal ob Säugling oder Teenager, es ist nie zu spät (oder zu früh), Eigenständigkeit zu fördern. Genau dadurch wird das Zusammenleben innerhalb der Familie harmonisch.

„Entspannte Eltern – Eigenständige Kinder“ erklärt Ihnen, wie Sie durch bestimmte Aktivitäten eigenständiges Handeln fördern, entsprechend dem Alter und den individuellen Bedürfnissen Ihres Kindes. Ob es einfach nur chaotisch oder von Beeinträchtigungen wie beispielsweise ADHS betroffen ist, Damon Korb gibt Ihnen wertvolle Ratschläge an die Hand, um die Eigenständigkeit Ihres Kindes zu fördern, Frustration zu mindern und ein harmonisches Zusammenleben zu ermöglichen.

1. Auflage 2020, Softcover, 232 Seiten  
ISBN 978-3-86867-500-9, Artikelnr.: 30269

€ 14,80

**RATGEBER GESUNDHEIT &  
ERNÄHRUNG**

**→ ÄSTHETISCHE MEDIZIN**

**ANATOMIE & HUMANMEDIZIN**

**PHYSIOTHERAPIE & SPORTMEDIZIN**

**ENGLISH BOOKS**



NEU

Gerhard Sattler | Fabienne Bradfisch | Boris Sommer

### Bildatlas der ästhetischen Augmentationsverfahren mit Fillern

Dosierung | Lokalisation | Anwendung

In der komplett überarbeiteten Neuauflage dieses Standardwerkes werden nach bewährtem Konzept alle praxisrelevanten Kenntnisse zum Einsatz von Hyaluronsäurefillern in der Dermatoästhetik auf dem aktuellen Stand von Wissenschaft und Praxis vermittelt. In dem erweiterten Grundlagenteil werden die neuesten Erkenntnisse über die anatomischen Zusammenhänge im Gesicht und ihre altersbedingten Veränderungen plastisch dargestellt. Die Injektionstechniken wurden aktualisiert und ergänzt. Neu ist ferner ein Abschnitt zu Nebenwirkungsmanagement, Marketing, Regulatorik und Rechtsprechung im Bereich der Ästhetik.

Der Praxisteil gibt eine detaillierte Anleitung zu allen Aspekten der Behandlung, die mithilfe von Fotos, Zeichnungen und übersichtlichen Tabellen veranschaulicht werden. Ein Highlight bleibt der aktualisierte „Fillernavigator“ als Entscheidungshilfe bei der indikationsbezogenen Produktauswahl. Erstmals beschreiben die Autorin und Autoren ihren ganzheitlichen Behandlungsansatz MIAC (minimalinvasive Augmentationschirurgie), der eine Synthese der aktuellen Techniken und Möglichkeiten mit Hyaluronsäurefillern darstellt.

3., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage 2024, Hardcover, 296 Seiten, 550 Abb. ISBN 978-3-86867-695-2, Artikelnr.: 30276

€ 149,00



Bestseller

Gerhard Sattler | Bernard C. Kolster (Hrsg.)

### Bildatlas der ästhetischen Botulinumtoxin-Therapie

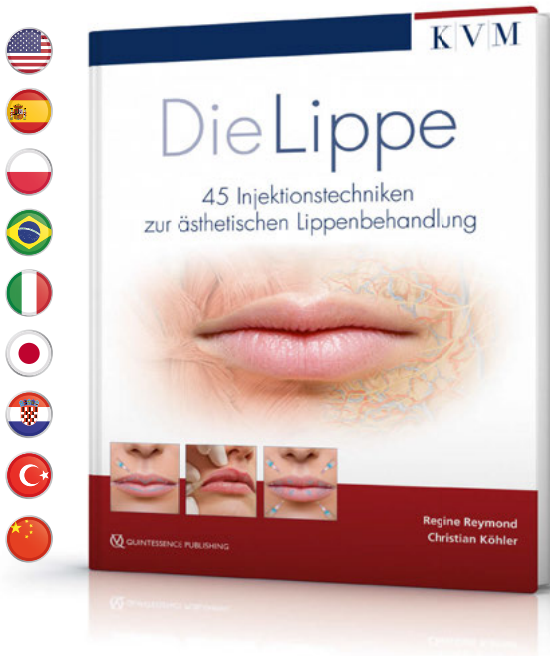
Dosierung | Lokalisation | Anwendung

Die aktuelle Auflage des Bildatlas über den ästhetischen Anwendungsbereich von Botulinumtoxin Typ A überzeugt durch praxisorientiertes Fachwissen, anschauliche Anatomie und eindrucksvolle Fallbeispiele. Im Grundlagenteil finden Lesende weiterhin die wichtigsten Informationen über den Wirkstoff Botulinumtoxin, aktualisiert um die neuesten klinischen Daten und Produktangebote. In dem umfangreich erweiterten Kapitel „Patientenmanagement“ sind alle relevanten Informationen zur Qualitätssicherung der Behandlung enthalten.

Der praktische Teil besticht durch neue anatomische Grafiken zur Veranschaulichung der Injektionstechniken und hilfreiche Videosequenzen für einzelne Anwendungsgebiete. Praktische Tipps, Hinweise zu Komplikationsmanagement, Erfolgsaussichten und Kombinationsmöglichkeiten sowie Informationsmaterialien für die Patient/-innen runden den Atlas ab.

2., korrigierte und komplett überarbeitete Auflage 2017, Hardcover, 180 Seiten, 300 Abb. ISBN 978-3-86867-347-0, Artikelnr.: 30208

€ 149,00



Regine Reymond | Christian Köhler

**Bestseller**

## Die Lippe

45 Injektionstechniken zur ästhetischen Lippenbehandlung

Die Behandlung der Lippen stellt auch für den erfahrenen Anwendenden eine Herausforderung im täglichen Praxisalltag dar. Individuelle Anforderungen der Patientinnen und Patienten, ein vielseitiges Angebot an Produkten und Präparaten sowie besondere Gegebenheiten bei vorbehandelten Lippen erfordern von behandelnden Ärzt/-innen bzw. Anwendenden fundierte Fachkenntnisse der Anatomie, der Produkteigenschaften und der unterschiedlichen Techniken mit möglichen einhergehenden Risiken. In diesem Buch werden alle relevanten Aspekte der Anamnese, der Anatomie, der Behandlung mit Hyaluronsäure-Filler, der Techniken und Risiken sowie der Notfallmaßnahmen verständlich und nachvollziehbar dargestellt. Komplettiert wird der Inhalt durch Fallbeispiele, zahlreiche Praxistipps und ergänzende wirtschaftliche und produktspezifische Hinweise.

Es ist das erklärte Ziel der Autorin und des Autors, erfahrenen und weniger erfahrenen Anwendenden eine Anleitung und Hilfestellung an die Hand zu geben, damit sie mit allen wichtigen Informationen ausgestattet sind, um Lippenbehandlungen in der ästhetischen Medizin selbstständig vorzubereiten, durchzuführen und zu optimieren.

1. Auflage 2021, Hardcover, 356 Seiten, 640 Abb.  
ISBN 978-3-86867-402-6, Artikelnr.: 30246

€ 128,00



Gerhard Sattler

## Ästhetische Gesichtsharmonisierung durch minimalinvasive Injektionstechniken

Auf 98 Minuten Filmmaterial demonstriert der Autor seine ganzheitlichen Behandlungspraktiken für eine ästhetische Gesichtsharmonisierung mittels minimalinvasiver Injektionen von Hyaluronsäurepräparaten und Botulinumtoxin Typ A. Gezeigt werden die indikationsbezogenen Anwendungen klassischer und innovativer Applikationsweisen von Fillern und Botulinumtoxin im Gesicht, Hals- und Dekolletébereich, die sich durch reproduzierbare Ergebnisse über Jahre hinweg in der ästhetischen Therapie bewährt haben. Ausführlich behandelt werden im Speziellen die jüngeren vertikalen, suprapariostalen Injektionen von Hyaluronsäurepräparaten zum Ausgleich von Volumendefiziten sowie die horizontalen, gewebemobilisierenden Anwendungen mit der stumpfen Kanüle – Techniken, die auf dem neuesten anatomischen Wissen aufbauen und erstmalig ein zuverlässiges, ursachenbezogenes Instrument gegen altersbedingte Gewebeveränderungen darstellen.

1. Auflage 2016, DVD in Softbox, Laufzeit: 98 Min.  
ISBN 978-3-86867-327-2, Artikelnr.: 30180

€ 48,00 (€ 99,00)

%





Altamiro Flávio

## Ästhetische Gesichtsharmonisierung mit Botulinumtoxin

Wirkprinzipien | Gesichtsanalyse | Lokalisation | Injektion

Dieses Buch bietet eine interdisziplinäre Betrachtung und Therapieanleitung mit dem Potenzial, die ästhetischen Behandlungsoptionen für das Gesicht mit Botulinumtoxin voll auszuschöpfen und zu erweitern. Das Gesicht und der Zahnstatus bilden eine gemeinsame ästhetische Einheit und werden zusammen betrachtet. Im Vordergrund stehen eine umfassende Analyse der Gesichtsform sowie die Beurteilung möglicher Asymmetrien unter Berücksichtigung der dynamischen und funktionalen Aspekte. Auf dieser Basis erfolgt unter Einbeziehung des Zahnstatus und funktionellen Betrachtungen eine differenzierte Harmonisierung des Gesichts mit Botulinumtoxin.

Der erste Teil beschäftigt sich mit der systematischen Gesichtsanalyse, der fotografischen Dokumentation und der Behandlungsplanung. Besonderes Augenmerk wird auf die anatomischen Gegebenheiten und die daraus resultierende Beschreibung der Injektionspunkte gelegt. Für jede Intervention werden exakte Angaben für Dosierung, Spritzentyp und Nadelgröße sowie Hinweise zur anthropometrischen Bewertung der Ergebnisse gegeben. Detaillierte Abbildungen und Kasuistiken illustrieren in anschaulicher Weise die einzelnen Verfahren.

1. Auflage 2019, Hardcover, 168 Seiten, 350 Abb.  
ISBN 978-3-86867-479-8, Artikelnr.: 21530

UVP € 149,00



Bernard C. Kolster | Uwe Paasch

## Bildatlas Kollageninduktion mit Platelet Rich Plasma (PRP)

Rejuvenation Gesicht | Hals | Dekolleté | Hände

Die Behandlung mit Platelet Rich Plasma (PRP) wurde in den letzten Jahren zunehmend in der ästhetischen Dermatologie populär. Dabei handelt es sich um die gezielte Aufbereitung von Blutbestandteilen, nämlich der plättchenreichen Fraktion (PRP) des patienteneigenen Blutplasmas, das reappliziert wird. Sensationelle Vorher-Nachher-Bilder von Behandlungserfolgen, zunächst aus Hollywood von Prominenten, beförderten weltweit Erwartungen und das Interesse an diesem Verfahren. Inzwischen gibt es eine Vielzahl von Studien, die die Wirkung von PRP in der Ästhetik belegen. Das Verfahren ist technisch relativ einfach, aber in sich komplex.

Dieses Buch beschreibt und dokumentiert umfassend die Anwendung und Wirkung von PRP in der dermatologisch-ästhetischen Medizin. In diesem Bildatlas werden alle relevanten Aspekte der PRP-Applikation behandelt. Neben den Grundlagen, Möglichkeiten und Grenzen werden gängige Systeme zur Gewinnung von PRP praxisnah dargestellt. Im Fokus steht die systematische Behandlung von Gesicht, Dekolleté und Händen. Eindrucksvolle fotografische Falldokumentationen über den Verlauf mehrerer Monate zeigen die Möglichkeiten, aber auch die Limitationen dieses Verfahrens. Weiterhin finden sich in diesem Buch Muster für eine umfassende Patientenaufklärung sowie Abrechnungs- und Dokumentationshilfen.

1. Auflage 2018, Hardcover, 208 Seiten, 470 Abb.  
ISBN 978-3-86867-376-0, Artikelnr.: 30237

€ 149,00



Nanna Y. Schürer | Luitgard G. Wiest

### Bildatlas Peeling

Grundlagen | Praxis | Indikationen

Im Grundlagenteil werden alle relevanten Informationen rund um das Thema Peeling anschaulich und umfassend vermittelt. Einen Schwerpunkt bilden die anschaulichen Schritt für Schritt-Anleitungen zur praktischen Durchführung des Peelings mit zahlreichen Abbildungen. Mittels eines sogenannten „Peeling-Navigators“ werden die Effekte der unterschiedlichen Peelingoptionen systematisch dargestellt. Alle abgebildeten Anwendungen spiegeln die umfangreiche jahrzehntelange therapeutische Erfahrung und das Praxis- und Grundlagenwissen der Autorinnen wieder. Authentische, fotografische Verlaufsdokumentationen vermitteln anhand ausgewählter Fallbeispiele einen Eindruck bezüglich der Effizienz und der Nachhaltigkeit dieser Therapiemethode.

1. Auflage 2012, Hardcover, 224 Seiten, 306 Abb.

ISBN 978-3-940698-74-2, ArtikelNr.: 30087

€ 149,00



Matthias Aust | Svenja Bahte | Desmond Fernandes

### Bildatlas der perkutanen Kollageninduktion

Grundlagen | Indikationen | Anwendung

Dieser Bildatlas vermittelt mit einmaliger Anschaulichkeit und Praxisnähe ganzheitliches Wissen zu einem hoch effektiven hautregenerativen Therapieansatz. Mit eindrucksvollen Fallbeispielen und überzeugenden wissenschaftlichen Daten belegen die Autoren und Autorin der perkutanen Kollageninduktion, besser bekannt als „Needling“, die Wirksamkeit des Verfahrens in der rejuvenilen Hauttherapie von z. B. Narben, Falten, erschlaffter Haut und Striae. Der ansprechend illustrierte und klar strukturierte Bildband führt Lesende Schritt für Schritt durch die Grundlagen der Wirkungsweise, perioperativen Organisation und indikationsbezogenen Anwendung. Das exklusive Standardwerk richtet sich an alle Dermatolog/-innen, plastische Chirurg/-innen und Mediziner/-innen.

1. Auflage 2013, Hardcover, 220 Seiten, 430 Abb.

ISBN 978-3-940698-85-8, ArtikelNr.: 30096

€ 149,00



Britta Knoll | Gerhard Sattler (Hrsg.)

### Bildatlas der ästhetischen Mesotherapie

Wirkstoffe | Dosierung | Anwendung

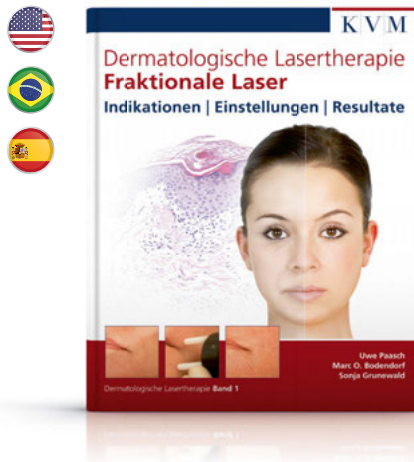
In dieser komplett überarbeiteten Auflage des „Bildatlas der ästhetischen Mesotherapie“ werden nicht nur neue Verfahren wie die Carboxytherapie, PRP oder Fadenlifting mit eigenen Kapiteln integriert, die Autorin schlägt auch eine Brücke zu kurativen Anwendungen, insbesondere in der Dermatologie, sowie zu ganzheitlichen Anti-Aging-Strategien. Dieser Atlas führt Schritt für Schritt und anhand von zahlreichen Abbildungen und Videoclips in die Praxis der Mesotherapie ein. Ausführlich werden die Themen Hautverjüngung (Mesolift), Behandlung des Haarausfalls (Mesohair) sowie die Behandlung von lokalen Fettpolstern und Cellulite demonstriert. Im Grundlagenteil werden die Wirkstoffe, die rechtlichen Besonderheiten sowie Materialien und Techniken, im Praxisteil regionäre Anwendungen, die Vor- und Nachbehandlung sowie die Kombinationsmöglichkeiten vorgestellt.

2., korrigierte und komplett überarbeitete Auflage 2017, Hardcover, 240 Seiten, 300 Abb.

ISBN 978-3-86867-329-6, ArtikelNr.: 30194

€ 118,00

Bestseller



Uwe Paasch | Marc O. Bodendorf | Sonja Grunewald

### Dermatologische Lasertherapie – Band 1: Fraktionale Laser

Indikationen | Einstellungen | Resultate

Dieser Band illustriert mit zahlreichen Bildern und detaillierten Arbeitsanweisungen den Einsatz der fraktionalen Lasertherapie. Dabei werden sowohl die ablativen als auch die nicht-ablativen Anwendungen beschrieben. In umfangreichen Übersichten werden die derzeit verfügbaren Daten zur ablativen und nicht-ablativen fraktionalen Lasertherapie für Falten, chronisch lichtgeschädigte Haut, Dyschromien, Melasma, zur Medikamentenapplikation und zu neuen Indikationen dargestellt. Fotografische Falldokumentationen belegen authentisch den Nutzen und die Wirksamkeit der fraktionalen Lasertherapie.

1. Auflage 2011, Hardcover, 196 Seiten, 590 Abb.  
ISBN 978-3-940698-17-9, Artikelnr.: 30036

€ 89,00 (~~€ 198,00~~)

%



Sonja Grunewald | Marc O. Bodendorf | Uwe Paasch

### Dermatologische Lasertherapie – Band 2: Gefäßlaser

Indikationen | Einstellungen | Resultate

Der vorliegende Band illustriert mit zahlreichen Bildern und detaillierten Arbeitsanweisungen die Wirkprinzipien und den praktischen Einsatz von Gefäßlasern in der Dermatologie. In umfangreichen Übersichten werden die derzeit verfügbaren Daten zu den einzelnen Indikationen mit folgenden Schwerpunkten dargestellt: Teleangiektasien, Besenreiservarizen, Hämangiome, Naevi flammei und andere vaskuläre Malformationen, Erythrosis interfollicularis colli, erythematöse Narben, Angiokeratome, Adenoma sebaceum, Granuloma eosinophilicum faciale sowie virale Warzen und Xanthelasma. Fotografische Falldokumentationen belegen authentisch den Nutzen und die Wirksamkeit der Gefäßlaser.

1. Auflage 2012, Hardcover, 112 Seiten, 163 Abb.  
ISBN 978-3-940698-79-7, Artikelnr.: 30088

€ 89,00 (~~€ 149,00~~)

%



Gerhard Sattler

### Master Techniques Ästhetik

Botulinumtoxintherapie der Glabella- und Stirnregion

Ziel der „Master Techniques Ästhetik“ ist, Therapierenden das Wissen, die praktischen Fähigkeiten, Tipps und Tricks bezogen auf konkrete therapeutische Fragestellungen nahezubringen. Im Mittelpunkt der Publikation steht die Kardinalsindikation für ästhetische Botulinumtoxininjektionen: dynamische Falten in der Glabella- und Stirnregion. Jede Stirn und jede Glabella ist verschieden und erfordert eine differenzierte therapeutische Herangehensweise. Das Herzstück der Filmaufnahmen bildet die Darstellung und die Botulinumtoxin-Behandlung von fünf unterschiedlichen Glabella- und Stirnkonstellationen.

1. Auflage 2012, Hardcover, 116 Seiten, 185 Abb.  
DVD-Laufzeit: ca. 60 Min.  
ISBN 978-3-940698-89-6, Artikelnr.: 30119

UVP € 129,00

mit DVD



Gerhard Sattler | Bernard C. Kolster

## Botulinumtoxin in der Kosmetik

Gut aussehen, gut fühlen

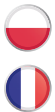
Botulinumtoxin wird unter anderem zur Glättung von Falten eingesetzt. Doch wie wirkt es und welche Falten können damit gezielt behandelt werden? Diese und weitere Fragen zu Wirkweise, Einsatzmöglichkeiten und zu medizinischen Hintergründen werden von den Autoren in diesem Ratgeber beantwortet. Beispiele aus der Praxis und Vorher-Nachher-Aufnahmen zeigen eindrucksvoll die Möglichkeiten, die sich durch die Anwendung von Botulinumtoxin ergeben.

1. Auflage 2010, Softcover, 80 Seiten, 84 Abb.  
ISBN 978-3-940698-25-4, ArtikelNr.: 30051

### Staffelpreise:

**1 Expl. UVP € 14,95**  
**ab 20 Expl. UVP € 12,95 je Expl.**  
**ab 50 Expl. UVP € 9,95 je Expl.**

**auch als  
E-Book  
verfügbar**



Gerhard Sattler | Bernard C. Kolster

## Filler in der ästhetischen Medizin

Gut aussehen, gut fühlen

Unter Fillern werden in der ästhetischen Dermatologie Materialien zur Unterspritzung von Falten, zur Wangenauffüllung, Halsstraffung, Lippenformung und zur Besserung von Augenringen verstanden. Sie zählen zu den wenig belastenden Behandlungsmöglichkeiten gegen die Zeichen der Hautalterung. Doch wie wirken Filler eigentlich und welche Falten können damit behandelt werden? Diese und weitere Fragen zu Wirkweise und Einsatzmöglichkeiten von Fillern auf Hyaluronsäurebasis werden von den zwei Autoren ausführlich beantwortet.

1. Auflage 2010, Softcover, 80 Seiten, 87 Abb.  
ISBN 978-3-940698-56-8, ArtikelNr.: 30075

### Staffelpreise:

**1 Expl. UVP € 14,95**  
**ab 20 Expl. UVP € 12,95 je Expl.**  
**ab 50 Expl. UVP € 9,95 je Expl.**



Britta Knoll

## Mesotherapie in der Ästhetik

Gut aussehen, gut fühlen

Das Geheimnis der Mesotherapie liegt in der wirkungsvollen Kombination von verschiedenen Verfahren wie Akupunktur und Arzneimitteltherapie. Sanft und schonend lassen sich beispielsweise Orangenhaut (Cellulite), Haarausfall, Bindegewebsschwäche, Gesichtsfalten, Erkrankungen des Zahnfleisches und des Zahnhalteapparates behandeln. Alle Fragen zu Anwendungsmöglichkeiten, Durchführung und Wirkung werden ausführlich und kompetent von der Autorin, Dr. med. Britta Knoll, erläutert.

1. Auflage 2010, Softcover, 80 Seiten, 100 Abb.  
ISBN 978-3-940698-53-7, ArtikelNr.: 30071

### Staffelpreise:

**1 Expl. UVP € 14,95**  
**ab 20 Expl. UVP € 12,95 je Expl.**  
**ab 50 Expl. UVP € 9,95 je Expl.**





## Autorinnen und Autoren gesucht!

Sie sind Expertin oder Experte auf Ihrem Gebiet und haben selber Lust zu schreiben?  
Wir sind immer offen für neue Konzepte und Ideen zu Büchern rund um die Themen  
Gesundheit, Ernährung, Sport und Physiotherapie.

**Senden Sie uns gerne Ihr Manuskript oder Exposé  
per E-Mail an: [info@kvm-verlag.de](mailto:info@kvm-verlag.de)**

Wir bitten Sie, mit der E-Mail auf folgende Fragen einzugehen, damit wir uns  
einen ersten Eindruck verschaffen können:

- › Warum sind Sie am besten dafür geeignet zu Ihrem ausgewählten Thema ein Buch zu schreiben?
- › Welche Erfahrungen konnten Sie in Ihrem Bereich sammeln und woher beziehen Sie Ihr benötigtes Wissen bzw. Kreativität?
- › Haben Sie eine gewisse Reputation auf Ihrem Gebiet? Sind Sie vom Fach oder hilft Ihnen Ihr Beruf oder Umfeld bei den Recherchen?
- › Können wir Sie öffentlich erleben, auf zum Beispiel Seminaren oder Workshops?
- › Warum möchten Sie zu dem gewählten Thema ein Buch veröffentlichen?
- › Welchen Nutzen oder Mehrwert hätten unsere Leserinnen und Leser von Ihrem Buch? Wodurch grenzt sich Ihr Buch von anderen Büchern ab?

**Wir freuen uns auf Ihre Ideen!**



[Instagram.com/kvm\\_verlag](https://www.instagram.com/kvm_verlag)  
[facebook.com/KVMverlag](https://www.facebook.com/KVMverlag)



**RATGEBER GESUNDHEIT &  
ERNÄHRUNG**

**ÄSTHETISCHE MEDIZIN**

**→ ANATOMIE & HUMANMEDIZIN**

**PHYSIOTHERAPIE & SPORTMEDIZIN**

**ENGLISH BOOKS**



**Erscheint  
im Sommer  
2024**

Karl H. Wesker | Bernard C. Kolster | Konstantin Frank

### Schichtatlas der Gesichts-anatomie

Jeder Therapeut und jede Therapeutin, die Eingriffe im Gesichtsbereich durchführen, benötigen eine dreidimensionale Vorstellung der anatomischen Strukturen. Hierzu haben die Forschungsergebnisse der letzten Jahre zahlreiche neue Einsichten hervorgebracht. Dieser Schichtatlas kompiliert und überträgt die neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Schichtenstruktur in ein einmaliges visuelles Darstellungskonzept. Dadurch vermittelt er ein lückenloses dreidimensionales Verständnis für die miteinander verbundenen Strukturen der einzelnen Gesichtsregionen und der klinisch relevanten Nerven- und Gefäßstrukturen in diesem Bereich.

Das Werk bietet jedem Praktiker und jeder Praktikerin der relevanten medizinischen Fachgebiete ein umfassendes Bild der individuellen Gesichts-anatomie auf dem neuesten Stand der Wissenschaft. Die aufwendigen Abbildungen zur genauen und detailreichen Visualisierung der Anatomie basieren auf Fresh-frozen-Präparaten, an denen sich die anatomisch funktionelle Schichtung hervorragend darstellen lässt.

1. Auflage 2024, Hardcover, 180 Seiten, 150 Abb.  
ISBN 978-3-86867-716-4, Artikelnr.: 30343

**Einführungspreis: € 118,00**  
**(gültig bis 3 Monate Erscheinen, danach € 149,00)**



**Bestseller**

Ralf J. Radlanski | Karl H. Wesker

### Das Gesicht – Bildatlas klinische Anatomie

In zweiter und überarbeiteter Auflage werden in diesem Werk die hochkomplexen topographisch-anatomischen Verhältnisse des Gesichts anhand lückenloser Serien von plastischen, detailreichen Illustrationen mit dreidimensionaler Anmutung Schicht für Schicht dargestellt. Wichtige Orientierungspunkte, anatomische Details und klinisch relevante Konstellationen von Nerven und Gefäßen finden dabei Berücksichtigung.

Eine weitere Besonderheit: Aufgrund der immer gleichen Ansichten in den verschiedenen Präparationsschichten bleibt die Übersicht stets erhalten. Begleittexte und Bildlegenden heben das Wesentliche hervor; im Vordergrund steht jedoch immer das Bild. Die aufwendigen anatomischen Illustrationen wurden auf der Grundlage der anatomischen Verhältnisse am Lebenden, an anatomischen Präparaten und an korrespondierenden Schnittbildserien (CT, MR) entwickelt.

2., überarbeitete Auflage 2012, Hardcover, 360 Seiten, 380 Abb.  
ISBN 978-3-940698-91-9, Artikelnr.: 30124

**UVP € 149,00**

**Bestseller****Inkl.  
Anatomie-  
poster**

Klaus-Peter Valerius | Astrid Frank | Bernard C. Kolster  
Christine Hamilton | Enrique Alejandro-Lafont | Roland Kreutzer

### Das Muskelbuch

Anatomie – Untersuchung – Bewegung

„Das Muskelbuch“ ist ein umfangreicher, ausführlicher und in dieser Form konkurrenzloser Atlas des menschlichen Muskelsystems. Es hat inzwischen Generationen Lernende durch ihre medizinischen Ausbildungsgänge hindurch begleitet und sich als wertvolles Nachschlagewerk bewährt.

Die Inhalte basieren auf der gemeinsamen Arbeit eines interdisziplinären Teams von Autorinnen und Autoren, bestehend aus Anatom/-innen, Mediziner/-innen, forschenden und praktisch tätigen Physiotherapierenden sowie Sportler/-innen. Alle Muskeln des Bewegungsapparats werden übersichtlich nach Regionen geordnet und einzeln dargestellt. Mehr als 800 Abbildungen illustrieren Lage, Funktion und Untersuchung. Kurze prägnante Beschreibungen und zahlreiche klinische Verweise bringen alle für den einzelnen Muskel wichtigen Informationen auf den Punkt. Ein besonderes Highlight sind die Funktionstabellen: Sie beschreiben die Funktionen der einzelnen Muskeln im Zusammenspiel mit ihren Synergisten und Antagonisten. Zudem enthält „Das Muskelbuch“ die wichtigsten Muskeldehntests und neun Nerventabellen.

Die aktuelle, komplett überarbeitete 8. Auflage enthält außerdem die wichtigsten motorischen Nerven und wurde um ein praktisches Anatomieposter erweitert.

8., überarbeitete und erweiterte Auflage 2021, Softcover, 472 Seiten, 810 Abb.  
ISBN 978-3-86867-550-4, Artikelnr.: 30277

€ 34,95



Klaus-Peter Valerius | Roland Kreutzer

### Muskelkarten

Erfassen | Verstehen | Anwenden

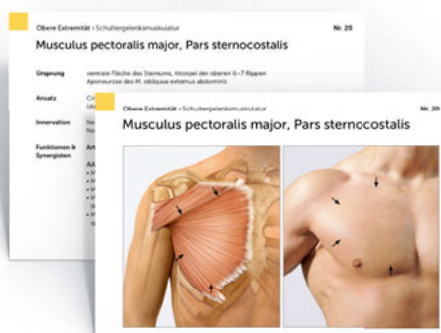
Die aktuelle, komplett überarbeitete 3. Auflage der „Muskelkarten“ in einer praktischen, stabilen Karteibox. Die Muskeln des Bewegungsapparates auf 217 Lernkarten, geordnet nach den Körperregionen Obere Extremität, Untere Extremität, Rumpf, Hals und Kopf. Übersichtlich gestaltet und anschaulich dargestellt – zum schnellen Nachschlagen, Üben und Wiederholen der Muskulatur.

Auf der Vorderseite der Karten werden die anatomischen Strukturen grafisch illustriert und ihre Lage auf dem menschlichen Körper gekennzeichnet. Auf der Rückseite werden jeweils Ursprung, Ansatz und Innervation sowie ihre Funktionen und Synergisten beschrieben. Zudem wurden die Muskelkarten um die wichtigsten motorischen Nerven erweitert.

Die „Muskelkarten“ besitzen die gleiche Gliederung wie „Das Muskelbuch“. Das ermöglicht ein simultanes Arbeiten mit Karten und Buch und garantiert einen nachhaltigen Lernerfolg. Muskelkarten und Muskelbuch haben inzwischen Generationen Lernende durch ihre medizinischen Ausbildungsgänge hindurch begleitet und sich als wertvolle Nachschlagewerke bewährt.

3., komplett überarbeitete Auflage 2022, 217 Karten (A6) in einer stabilen Kartei-Box  
ISBN 978-3-86867-600-6, Artikelnr.: 30316

€ 24,95





Andrew Biel | Bernard C. Kolster (Hrsg.)

### Trail Guide Anatomie

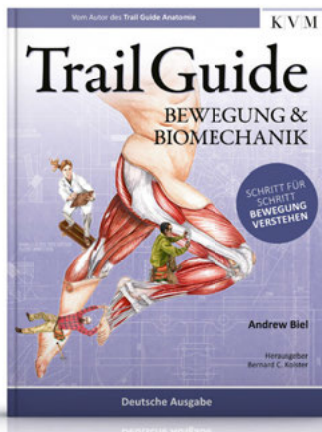
Anatomie praktisch begreifen

Dieses Werk ist ein einzigartiges und ein in mittlerweile zahlreichen Ausbildungseinrichtungen etabliertes Palpationslernbuch. In anschaulicher und verständlicher Weise nimmt es Lesende mit auf die Reise durch den Körper und seine unzähligen Strukturen. Die Anatomie wird detailgenau beschrieben und mit vielen Bildern eindrücklich dargestellt. Dabei werden Verlauf und Funktion der Strukturen alltagsnah und mit einer Portion Humor erläutert. Verweise auf klinische Symptome runden das Gesamtbild ab. Schritt für Schritt erklärt der Autor, wie Muskeln, Gefäße, Bänder und Knochen schnell und einfach gefunden werden können. In dieser Neuauflage wurden inhaltliche Korrekturen und einige Änderungen an der Terminologie aufgenommen, vor allem aber wurde der Aufbau der Seiten grundlegend überarbeitet, um Lernenden einen schnellen und übersichtlichen Zugriff auf den Lernstoff zu bieten: Fallbeispiele und Lernfragen sind anschaulich gekennzeichnet, und die nun vollfarbigen Zeichnungen wirken lebendiger und spiegeln die Diversität des menschlichen Körpers wider.

2., komplett überarbeitete Auflage 2022, ringgebundenes Softcover, 440 Seiten, 1.400 Abb.  
DVD-Laufzeit: 180 Min., ISBN 978-3-86867-604-4, Artikelnr.: 30289

€ 38,45

mit DVD



Andrew Biel | Bernard C. Kolster (Hrsg.)

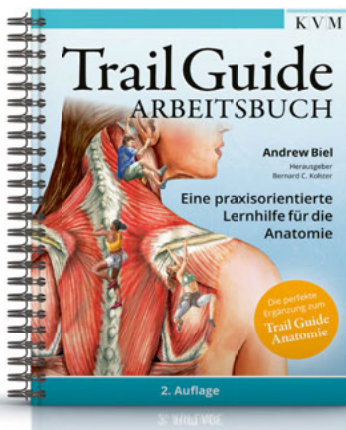
### Trail Guide – Bewegung & Biomechanik

Schritt für Schritt Bewegung verstehen

Wie entsteht Bewegung? Welche Bestandteile sind dafür unerlässlich? Und in welche Richtung hat sich menschliche Bewegung in der heutigen Zeit entwickelt? Wie oft erhalten Sie schon einmal die Einladung, einen Körper zu bauen, der dazu noch in der Lage sein soll, sich zu bewegen? Anstatt ihn in kleine, isolierte Bestandteile zu zerlegen, wählen Sie hier den einzigartigen Zugang, einen Körper aus größeren, miteinander verbundenen Elementen aufzubauen. Entwickeln Sie eigene biomechanische Gesetze, bevor Sie Ihren gebauten Körper schlussendlich einem Testlauf unterziehen, indem Sie die Konzepte von Haltung und Gang erforschen. Mithilfe des „Trail Guide – Bewegung & Biomechanik“ begeben Sie sich auf eine kurzweilige, lehrreiche und nachhaltige Reise, die Ihr Studium der menschlichen Bewegung zu einer fesselnden und einprägsamen Erfahrung werden lässt!

1. Auflage 2016, Softcover, 276 Seiten, 960 Abb.  
ISBN 978-3-86867-299-2, Artikelnr.: 30173

€ 24,95



Andrew Biel | Bernard C. Kolster (Hrsg.)

### Trail Guide – Arbeitsbuch

Eine praxisorientierte Lernhilfe für die Anatomie

Der Lernbegleiter zum „Trail Guide Anatomie“ – Ganz gleich, ob Sie einfach nur den nächsten Test unbedingt bestehen müssen oder tiefer in die Welt der Anatomie eintauchen, sie begreifen und nachhaltig verstehen möchten – die Antwort liegt vor Ihnen. Dieses Arbeitsbuch orientiert sich an der vom „Trail Guide Anatomie“ vorgegebenen Struktur sowie der Reihenfolge der Kapitel und bietet Ihnen auf diese Weise eine übersichtliche Lernhilfe. Durch unterschiedlichste Übungen – u. a. mithilfe von Lückentexten, Ausmal- und Zuordnungsaufgaben und einem Palpationstagebuch – können Sie Ihr Wissen vertiefen und festigen. Mit seinen 236 Seiten und 450 Abbildungen wird sich dieses Buch als unverzichtbarer Lernbegleiter des menschlichen Bewegungsapparats erweisen.

2., korrigierte und komplett überarbeitete Auflage 2020, ringgebundenes Softcover, 236 Seiten, 450 Abb.  
ISBN 978-3-86867-530-6, Artikelnr.: 30290

€ 19,95





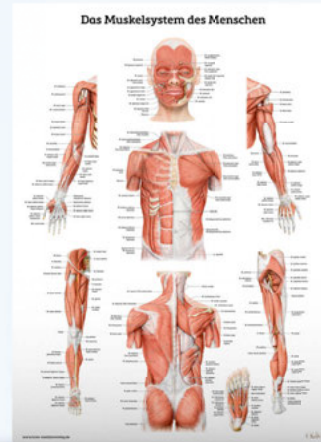
1. Auflage 2017  
8 Seiten-Leporello-Faltposter  
zum Aufklappen und Abheften  
Format: DIN A4 (geschlossen)  
795 × 297 mm (aufgeklappt)  
ISBN 978-3-86867-368-5  
ArtikelNr.: 30238

€ 9,95

### Anatomie Muskeltafeln

Die wichtigsten Muskeln des  
Bewegungsapparates von ventral und dorsal

Die wichtigsten Muskeln des menschlichen Bewegungsapparates sind in diesem Faltposter mit einzigartigen anatomischen Zeichnungen dargestellt. Es kann entweder als Wandposter aufgehängt oder zusammengeklappt und abgeheftet zum Nachlesen der Anatomie genutzt werden. Es ist ein allzeit nützliches Nachschlagewerk für alle in Ausbildung, Studium, Sport- und Praxisalltag.



1. Auflage 2023  
DIN A1-Faltposter  
Format: 594 × 841 mm  
ISBN 978-3-86867-650-1  
ArtikelNr.: 30342

€ 9,25

### Das Muskelsystem des Menschen

Brillante anatomische Darstellung der menschlichen Muskulatur des Bewegungsapparats als großformatiges DIN A1-Faltposter mit detaillierten Bezeichnungen der einzelnen Strukturen in Latein. Vielseitig verwendbar für Lehr- und Demonstrationszwecke und ein allzeit nützliches Lehrmittel in Ausbildung, Studium, Sport- und Praxisalltag.

Andrew Biel

### Trail Guide Anatomie – Lernkarten

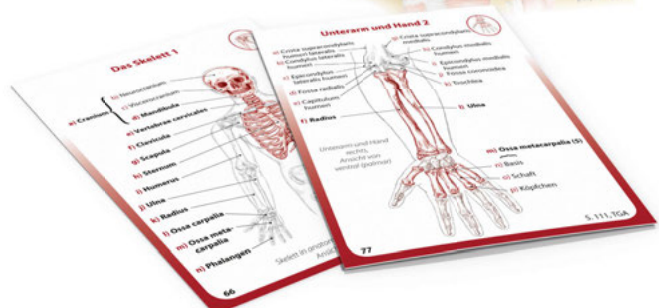
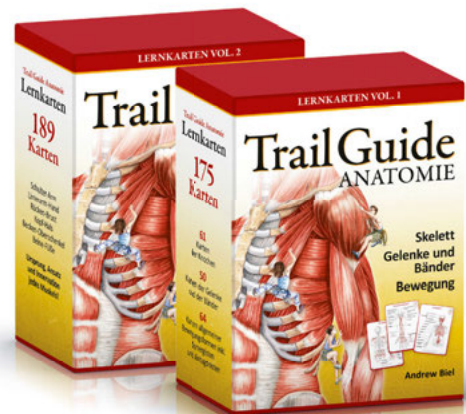
**Lernkarten Vol. 1:** Auf 175 Lernkarten geht es um die Darstellung von Bewegungen, Knochen, Ligamenten und Gelenken. Ob in der Übersicht, in Funktionseinheiten unterteilt oder detailliert bis hin zum kleinsten Sulcus – in jeder dieser Dimensionen lässt sich das menschliche Skelett überprüfen. Ebenso sind alle Ligamente und Gelenke des Körpers abgebildet.

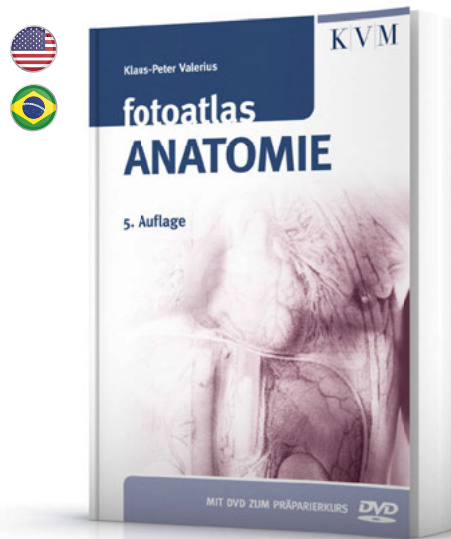
**Lernkarten Vol. 2:** Weitere 189 Lernkarten festigen Ihr Wissen über die Skelettmuskulatur! Sie erhalten zu jedem Muskel eine übersichtliche und vollständige Liste relevanter Informationen: Funktionen, Ursprung und Ansatz, Innervation. Die Karten liefern für jeden Muskel eine schnelle Orientierung über seine Lage, seine knöchernen Leitstrukturen und eine Muskelaktion zum Hervorheben dieses Muskels, sodass er leicht verortet werden kann.

**Vol. 1:** 1. Auflage 2016, 175 Karten (mit Stülpedeckelkarton)  
Format: 102 × 140 mm, ISBN 978-3-86867-302-9, ArtikelNr.: 30171  
€ 19,95

**Vol. 2:** 1. Auflage 2016, 189 Karten (mit Stülpedeckelkarton)  
Format: 102 × 140 mm, ISBN 978-3-86867-303-6, ArtikelNr.: 30172  
€ 19,95

**Lernkarten-Set Vol. 1 + Vol. 2:**  
ISBN 978-3-86867-304-3, ArtikelNr.: 30188  
€ 34,95





mit DVD

Klaus-Peter Valerius

### Fotoatlas Anatomie

Buch und DVD ergänzen sich gegenseitig. Das Buch richtet sich an Studierende der Humanmedizin und an Lernende in anderen medizinischen Ausbildungsgängen. Die Aufnahmen ermöglichen Betrachtenden, sich die einzelnen Präparationsschritte mehrfach vor Augen zu führen und so zu einem besseren Verständnis der Relation der einzelnen Strukturen zu gelangen. Es werden die natürlichen Verhältnisse so wiedergegeben, wie sie Lernende innerhalb eines Präparierkurses vorfinden. Auch wurde bewusst auf die Verwendung von Gefäßinjektionen, Einfärbungen und ähnlichen didaktischen Hilfsmitteln verzichtet, um die authentische Vermittlung zu gewährleisten.

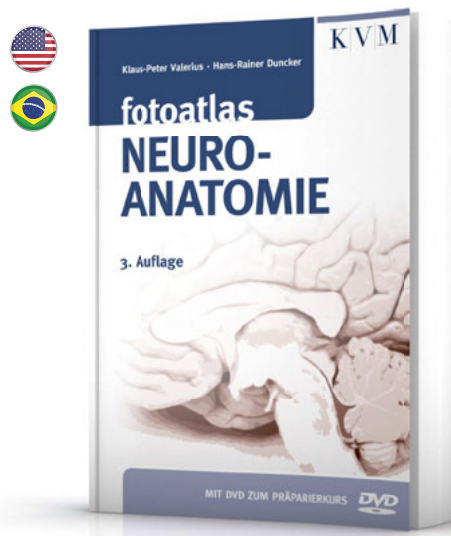
Die ausführlich beschrifteten Fotografien und ein umfassendes Register im Fotoatlas helfen die abgebildeten Strukturen eindeutig zu benennen. Auf diese Weise können jetzt alle, die in ihrer Ausbildung keine Möglichkeiten zu Präparationen besitzen, durch das wechselseitige Studium der dokumentierten Präparationsabläufe und der ergänzenden Atlasbilder ihr Wissen um die menschliche Anatomie gezielt vertiefen.

5., erweiterte Auflage 2015, Softcover, 552 Seiten, 260 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 240 Min.

ISBN 978-3-86867-277-0, Artikelnr.: 30163

€ 29,95



mit DVD

Klaus-Peter Valerius | Hans-Rainer Duncker

### Fotoatlas Neuroanatomie

Der „Fotoatlas Neuroanatomie“ ist durch die Verzahnung von Buch und Film in besonderer Weise geeignet, Nutzenden die Anatomie des Zentralen Nervensystems näherzubringen. Auf der DVD sind Filmsequenzen zu sehen, die Strukturen und Zusammenhänge sichtbar machen, welche zuvor in dieser Form noch nicht dargestellt werden konnten. Die Präparationen zeigen detailliert anatomische Zusammenhänge auf und ermöglichen Nutzenden ein tiefgreifendes Verständnis der Neuroanatomie.

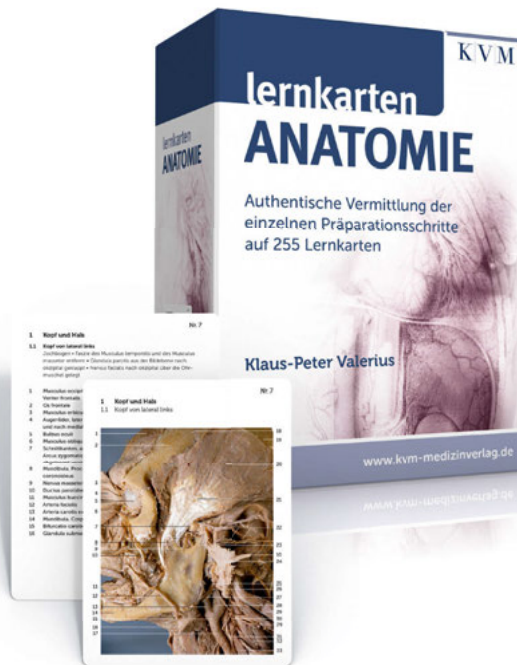
Mit der DVD hält jeder Anatom ein einzigartiges Medium zur Wissensvermittlung in der Hand und kann somit Lernenden eindrucksvoll die Neuroanatomie in dreidimensionaler Form näherbringen.

3., erweiterte Auflage 2015, Softcover, 352 Seiten, 170 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 180 Min.

ISBN 978-3-86867-276-3, Artikelnr.: 30162

€ 29,95



Klaus-Peter Valerius

### Lernkarten Anatomie

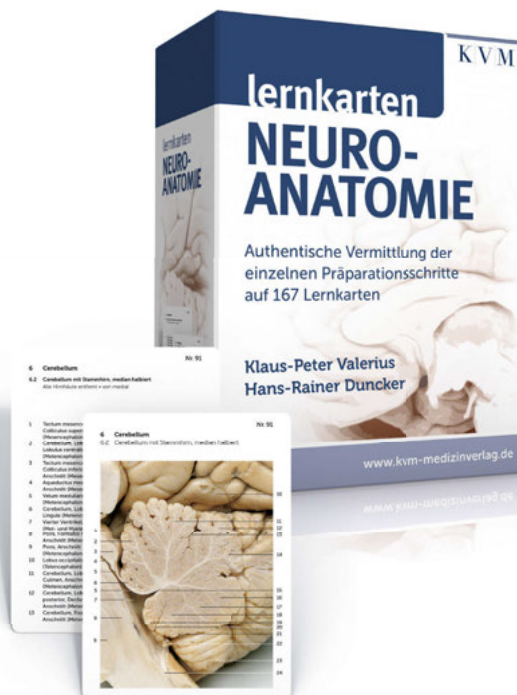
Die „Lernkarten Anatomie“ richten sich an Studierende der Humanmedizin und an alle Lernenden in anderen medizinischen Ausbildungsgängen. Die authentischen Aufnahmen der Präparationen bzw. der makroskopischen Anatomie des Menschen ermöglichen Betrachtenden, sich die einzelnen Präparationsschritte mehrfach vor Augen zu führen und somit ein besseres Verständnis der Relation der einzelnen Strukturen zu erlangen.

Es werden die natürlichen Verhältnisse so wiedergegeben, wie sie Lernende innerhalb eines Präparierkurses vorfinden. Die ausführlich beschrifteten Fotografien helfen, die abgebildeten Strukturen eindeutig zu identifizieren und somit das Wissen um die menschliche Anatomie gezielt zu vertiefen.

Die „Lernkarten Anatomie“ zum Präparierkurs – ein wertvoller Begleiter in allen Abschnitten des Studiums der Humanmedizin – Vorklinik, Klinik und Praxis – und der medizinischen Ausbildungsberufe.

1. Auflage 2021, 255 Karten (A6) in einer stabilen Kartei-Box  
ISBN 978-3-86867-568-9, Artikelnr.: 30318

€ 19,95



Klaus-Peter Valerius | Hans-Rainer Duncker

### Lernkarten Neuroanatomie

Die „Lernkarten Neuroanatomie“ richten sich an Studierende der Humanmedizin und an alle Lernenden in anderen medizinischen Ausbildungsgängen. Die authentischen Aufnahmen der Präparationen bzw. der Anatomie des Zentralen Nervensystems ermöglichen Betrachtenden, sich die einzelnen Präparationsschritte mehrfach vor Augen zu führen und somit ein besseres Verständnis der Relation der einzelnen Strukturen zu erlangen.

Es werden die natürlichen Verhältnisse so wiedergegeben, wie sie Lernende innerhalb eines Präparierkurses vorfinden. Die ausführlich beschrifteten Fotografien helfen, die abgebildeten Strukturen eindeutig zu identifizieren und somit das Wissen um die menschliche Neuroanatomie gezielt zu vertiefen.

Die „Lernkarten Neuroanatomie“ zum Präparierkurs – ein wertvoller Begleiter in allen Abschnitten des Studiums der Humanmedizin – Vorklinik, Klinik und Praxis – und der medizinischen Ausbildungsberufe.

1. Auflage 2021, 167 Karten (A6) in einer stabilen Kartei-Box  
ISBN 978-3-86867-570-2, Artikelnr.: 30319

€ 19,95



Markus Kipp | Kalinka Radlanski

**Neuroanatomie**

Nachschlagen | Lernen | Verstehen

Die „Neuroanatomie“ erklärt anschaulich die wichtigsten und prüfungsrelevanten funktionellen und anatomischen Zusammenhänge des Zentralen Nervensystems. Das Buch eignet sich daher ideal zum Nachschlagen, Lernen und Verstehen in jeder Lernphase: für die Kurs- und Semesterbegleitung, fürs nächste Testat, zur effektiven Vorbereitung auf die Semesterklausur oder das Physikum. Hinzu kommt als neues Konzept die didaktische Verzahnung von schematischen Grafiken und detaillierten Fotografien von Gehirn- und Rückenmarkspräparaten. Damit werden Theorie und Praxis präzise und anschaulich miteinander verbunden und die Lerneffekte intensiviert. Die inhaltliche Gliederung sorgt für Struktur und prompten Zugriff auf den Lernstoff.

Die „Neuroanatomie“ ist abwechslungsreich und didaktisch zielführend konzipiert: Ein übersichtliches, farbkodiertes Layout und durchdacht angeordnete Legenden ermöglichen einen raschen Überblick über den Lernstoff. Die komplexen Zusammenhänge der Neuroanatomie lassen sich mit diesem Konzept von Grund auf leicht verständlich erschließen und einprägen. Darüber hinaus enthält das Buch praktische Merkbboxen und Hervorhebungen für spannende klinische, pharmakologische und wissenschaftliche Themen. Am Ende eines jeden Kapitels wird noch einmal gesondert auf die wichtigsten IMPP-relevanten Besonderheiten eingegangen.

3., korrigierte Auflage 2022, Softcover, 504 Seiten, 270 Abb.  
ISBN 978-3-86867-599-3, Artikelnr.: 30329

€ 34,80



Bernard C. Kolster

**Anatomische Tafeln**

Arterien, Venen, Lymphgefäße, ZNS &amp; Hirnnerven, vegetatives Nervensystem, Muskulatur, Skelett

Anatomisches Grundlagenwissen mit großformatigen, einzigartigen Grafiken – jetzt in korrigierter und überarbeiteter Auflage.

Die „Anatomischen Tafeln“ bilden das Grundlagenwissen der Anatomie ab. Die großformatigen und farbigen Illustrationen vermitteln einprägsam anatomisches Wissen und geben einen fundierten Einblick in die komplexen Zusammenhänge der anatomischen Strukturen. Im Detail werden folgende anatomische Strukturen gezeigt: Arterien, Venen, Lymphgefäße, zentrales Nervensystem, Hirnnerven, vegetatives Nervensystem, Skelett und Muskulatur.

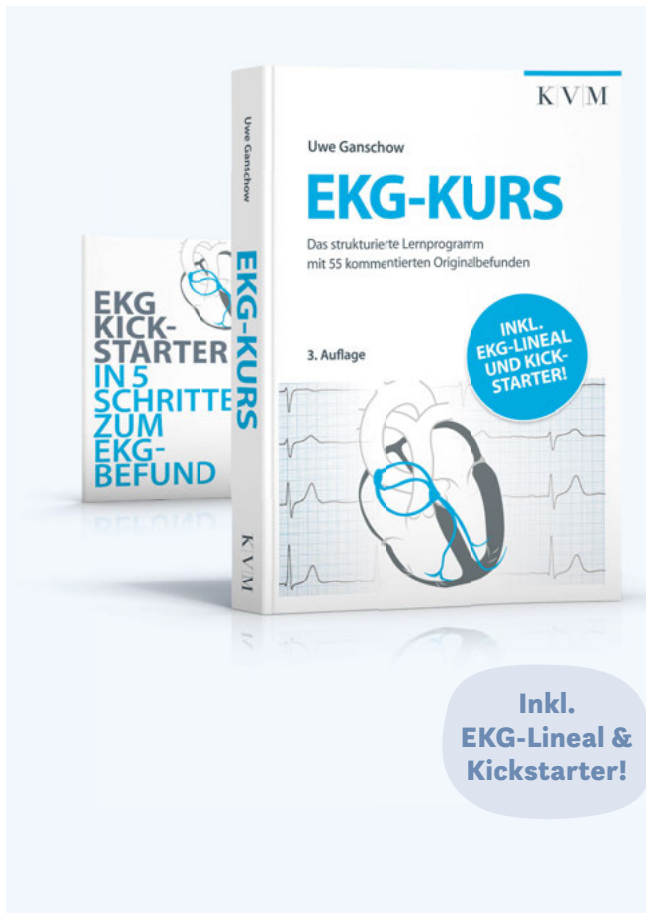
Zahlreiche Merkhilfen und klassische Eselsbrücken unterstützen das Lernen und Einprägen der anatomischen Informationen. Das Repetieren, Nachschlagen und Veranschaulichen der anatomischen Strukturen mit den „Anatomischen Tafeln“ wird auf diese Weise zu einer optimalen, nämlich effizienten und mitunter auch kurzweiligen Unternehmung.

2., korrigierte Auflage 2023, Softcover, 80 Seiten, 70 Abb.  
ISBN 978-3-86867-665-5, Artikelnr.: 30344

€ 14,80

**NEU**





Uwe Ganschow

### EKG-Kurs

Das strukturierte Lernprogramm mit 55 kommentierten Originalbefunden

#### Alles, was man über EKGs wissen muss:

- EKGs anlegen, auswerten und befunden

#### Highlights

- über 400 einprägsame Abbildungen und Tabellen; zahlreiche Merkhilfen
- Übungsfragen mit Lösungen am Ende jeden Kapitels
- 55 ausführlich und professionell befundete Original-EKGs als Trainingsmaterial für die eigenen Fähigkeiten
- 26 Übungs-EKGs mit Lösungen
- EKG-Lineal und Kickstarter für die Kitteltasche „In 5 Schritten zum EKG-Befund“

#### Spezialkapitel

- koronare Herzerkrankungen, globale Erkrankungen des Herzens
- bradykarde und supraventrikuläre Arrhythmien
- ventrikuläre Extrasystolen und Tachykardien
- Notfälle und Schrittmacher-EKG

3., korrigierte und erweiterte Auflage 2016, Softcover, 408 Seiten, 445 Abb.  
ISBN 978-3-86867-319-7, Artikelnr.: 30187

€ 34,95



Jean-Claude Guimberteau | Colin Armstrong | Klaas Stechmann (Hrsg.)

### Faszien

Architektur des menschlichen Fasziengewebes

Die Autoren führen Lesende bildlich tief in die Welt der Faszien ein und liefern damit einen wichtigen Beitrag zum Verständnis ihrer Struktur und Funktion. Für die Visualisierung verwenden sie innovative Techniken der Videoendoskopie. Damit lassen sich Faszien in ihrer angestammten Umgebung beobachten und untersuchen. Das umfangreiche Bildmaterial dieses Werkes, das nicht zuletzt durch seine Ästhetik fasziniert, offenbart den unglaublichen Farb- und Gestaltenreichtum der Gewebestrukturen „unter der Haut“ des lebenden Organismus sowie ihre permanenten Bewegungen und Veränderungen, wobei aber immer die grundlegende Stabilität des faszialen Körpergerüsts gewährleistet wird.

Aus dieser Forschung leitet sich ein bahnbrechendes und neues Konzept über lebendiges Gewebe und die Architektur des menschlichen Körpers ab, das für zukünftiges wissenschaftliches Arbeiten auf diesem Gebiet wegweisend sein wird.

1. Auflage 2016, Hardcover, 240 Seiten, 400 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 35 Min.

ISBN 978-3-86867-318-0, Artikelnr.: 30189

€ 42,95

mit DVD



Roland Becker | Christian Schaller

### Bildatlas Meniskus chirurgie

Grundlagen | Technik | Anwendung

Dieser Bildatlas über die Grundlagen der Arthroskopie und Meniskus chirurgie vermittelt mit großer Anschaulichkeit und Praxisnähe alles Wissenswerte über die arthroskopische Kniechirurgie. Neben Expertenwissen zu den einzelnen Indikationen und Operationstechniken wird auch wertvolles Wissen zum perioperativen Patientenmanagement bereitgestellt. Dies schließt die operative Vorbereitung und Nachbehandlung der Patient/-innen und die inzwischen umfangreiche und detaillierte Dokumentation ein. Informationen zur Bildgebung, zu den neuesten Refixationsverfahren und ein Ausblick auf das Potenzial biologischer Methoden zur Verbesserung der Meniskusheilung vervollständigen dieses Konzept. Neben den Grundlagen zur Arthroskopie wird anhand von aussagekräftigen intraoperativen Befunden und detaillierten Grafiken das praktische Vorgehen bei der arthroskopischen Kniechirurgie Schritt für Schritt erläutert.

1. Auflage 2016, Hardcover, 256 Seiten, 600 Abb.  
ISBN 978-3-940698-99-5, Artikelnr.: 30100

**UVP € 149,00**



Volker Bühren | Hubert Hörterer | Wolfgang Schmidt (Hrsg.)

### Bildatlas operative Zugangswege

Orthopädie | Unfallchirurgie

mit DVD

Dieser Bildatlas beschreibt die Fortschritte offener, arthroskopischer und minimal-invasiver Operationstechniken. Mit Bilderserien und Videos werden alle gängigen Zugangswege der Orthopädie bzw. Unfallchirurgie Schritt für Schritt dargestellt. Die Videoclips können selektiv über das Einscannen im Text integrierter QR-Codes direkt online über Smartphones und Tablets abgespielt werden. Neben der Darstellung der regionalen Anatomie werden die optimale Positionierung der Patient/-innen, anatomische Querschnitte und Orientierungspunkte sowie potentielle Risiken erläutert. Die deutschsprachige Ausgabe wurde von den Herausgebern vollständig aktualisiert und an deutsche Verhältnisse angepasst.

1. Auflage 2013, Hardcover, 614 Seiten, 951 Abb.  
DVD-Laufzeit: 105 Min. (englischsprachig)  
ISBN 978-3-940698-72-8, Artikelnr.: 30090

**€ 149,00**



Alina Fratila | Alina Zubcov-Iwantscheff

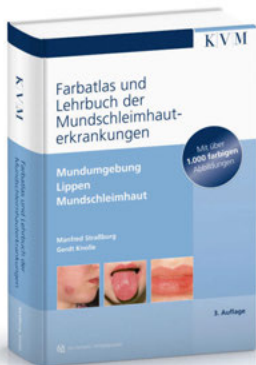
### Bildatlas Lid chirurgie

Angewandte Anatomie | Untersuchung | Plastische Lid chirurgie

Von den anatomischen Details der Lidregion, über das prä- und postoperative Patientenmanagement, bis hin zu den einzelnen operativen Eingriffen werden die Aspekte der Lidkorrektur aus Expertensicht aufbereitet. Anschauliche und verständliche Anweisungen befähigen dabei zu einer autonomen Umsetzung des Dargestellten. Grundlegende Schnitt- und Nahttechniken werden anhand von intraoperativen Bildern und hochwertigen Illustrationen beigebracht. Einzelne Indikationen werden im Hinblick auf die individuelle Planung, Operation und das Komplikationsmanagement abgehandelt. Der didaktische Aufbau vermittelt die komplexen Aspekte der Blepharoplastik übersichtlich, genau und zielorientiert. Hochwertige Illustrationen und Fotoserien zeigen die Operationstechniken Schritt für Schritt und bis in das kleinste Detail.

1. Auflage 2014, Hardcover, 408 Seiten, 800 Abb.  
ISBN 978-3-940698-87-2, Artikelnr.: 30104

**€ 178,00**



### Standardwerk

3. Auflage 1991  
Hardcover  
800 Seiten, 1.000 Abb.  
ISBN 978-3-940698-75-9  
Artikelnr.: 18530

**UVP € 138,00**

Manfred Straßburg | Gerdt Knolle

### Farbatlas und Lehrbuch der Mundschleimhauterkrankungen

Mundumgebung | Lippen | Mundschleimhaut

Dieser Atlas war im deutschsprachigen Raum die erste Monografie dieser Art über Mundschleimhauterkrankungen, gilt zu Recht als ein Standardwerk und wurde in zahlreiche Sprachen übersetzt. Die große Erfahrung beider Autoren findet ihren Niederschlag in der Klarheit der stofflichen Gliederung, der Geschlossenheit der Darstellung und der gelungenen Synthese von Wort und Bild. Über 1.000 Farbabbildungen veranschaulichen einprägsam die verschiedenen Krankheitsbilder mit ihren Verlaufsformen. Der praxisbezogene Text berücksichtigt differenzialdiagnostische Fragestellungen, Hinweise zur interdisziplinären Zusammenarbeit mit anderen medizinischen Fachgebieten und therapeutische Gesichtspunkte.



1. Auflage 2014  
Softcover  
192 Seiten, 400 Abb.  
ISBN 978-3-940698-98-8  
Artikelnr.: 30110

**€ 34,95**

Jörg Schmidt | Senat Krasnici | Ina Schmidt

### Kalkulierte unfallchirurgische Erstversorgung

Diagnostik | Klassifikation | Erstversorgung

Dieses handlungsorientierte Nachschlagewerk ist der ideale Begleiter für alle Einsteiger in der Unfallchirurgie. Kurz und prägnant werden alle gängigen Verletzungen schematisch vorgestellt, die einem in der Rettungsstelle begegnen können. Lesende erfahren nicht nur das Wissenswerte über die Entstehung, Diagnostik und Klassifikation einzelner Verletzungen, sondern erlernen ganz konkret und praxisnah, wie diese richtig versorgt werden. Die übersichtliche Kapitelstruktur hilft dabei, klinisches Wissen auf Anhieb zu finden.



1. Auflage 2010  
Softcover  
442 Seiten, 27 Abb.  
ISBN 978-3-940698-26-1  
Artikelnr.: 30056

**UVP € 19,95**

Peter Hahn | Karl-Joseph Paquet (Hrsg.)  
A. Lan Schumacher | Georg J. Ledderose

### Facts HNO

„Facts HNO“ ist die Antwort auf die Herausforderungen der modernen Medizin, die geprägt ist von immer schnellerem Wissenszuwachs, Zeitmangel im klinischen Alltag und höchsten fachlichen Anforderungen. Der prägnant formulierte, umfassende Inhalt und der systematisch strukturierte Aufbau gewähren einen Einblick in die Hals-Nasen-Ohrenheilkunde und sollen helfen, den Überblick zu erlangen sowie den Durchblick zu behalten. Symptome, Differenzialdiagnosen und Therapieformen einzelner Krankheitsbilder werden anschaulich und praxisnah dargestellt.



1. Auflage 2008  
DVD mit Faltposter und Begleitheft  
Laufzeit: ca. 30 Min.  
ISBN 978-3-932119-58-3  
Artikel-Nr.: 40001

**€ 9,95 (€ 49,00)**

Clemens Kill

### Notfälle in der ärztlichen Praxis

Ein multimedialer Kurs

Diese DVD visualisiert die Reanimation und die Notfallversorgung nach den ILCOR/ERC-Richtlinien. Der multimediale Kurs definiert die Leitsymptome lebensbedrohlicher Notfälle und zeigt ihre professionelle Versorgung. Die Grundlage sind allgemeine Maßnahmen, wie das Prüfen der Vitalfunktionen und die stabile Seitenlage. Die Cardiopulmonale Reanimation demonstriert der Autor schrittweise und geht anschließend ausführlich auf den Einsatz eines Automatischen Externen Defibrillators (AED) ein.

%

**Inkl.  
Faltposter und  
Begleitheft**



Ulf Hustedt

## Botulinumtoxin bei spastischen Bewegungsstörungen

Ultraschallgestützte Technik und Anwendung

Das Buch vermittelt wesentliche Kenntnisse über die ultraschallgestützte Injektionstechnik zur Behandlung von spastischen Bewegungsstörungen mit Botulinumtoxin. Eingeleitet wird es mit wichtigen Informationen zu spastischen Bewegungsstörungen, Botulinumtoxin als Therapeutikum sowie zur Ultraschallanwendung am Muskel. Dabei wird großer Wert auf Praxisnähe gelegt. Dieser Titel eignet sich als Lehrbuch zur Vermittlung wichtiger Grundlagen, aber auch als gezieltes Nachschlagewerk zu einzelnen Strukturen. Alle wichtigen Muskeln werden – gegliedert nach Regionen – dargestellt. Die Doppelseiten des Buches sind didaktisch anschaulich aufgebaut.

1. Auflage 2011, Hardcover, 216 Seiten, 466 Abb.  
ISBN 978-3-940698-19-3, ArtikelNr.: 30043

€ 149,00



Friederike C. Vogeler | Frank Ruhland (unter Mitarbeit von C. Hielscher)

## Manual Gynäkologie und Geburtshilfe

Aktuelles und handlungsorientiertes Wissen in kompakter Form

Dieses kompakte Werk der Gynäkologie und Geburtshilfe richtet sich vornehmlich an Ärztinnen und Ärzte im Studium, in der Weiterbildung und an Pflegeberufe und Hebammen. Aktualität ist, insbesondere wenn man an die gynäkologische Onkologie denkt, zwingend erforderlich, um heutigen multimodalen Konzepten gerecht zu werden. Dafür bürgen die drei praxiserfahrenen Autor/-innen. Die klare, systematische Gliederung garantiert Lesenden zudem eine übersichtliche Struktur. Ein wertvolles und kompaktes Arbeitsbuch zum schnellen Nachschlagen im Praxisalltag.

1. Auflage 2014, Softcover, 612 Seiten, 30 Abb.  
ISBN 978-3-940698-44-5, ArtikelNr.: 30083

€ 24,95



Matthias J. Müller | Siegfried Scharmann

## Manual Psychiatrie und Psychotherapie

Aktuelles und handlungsorientiertes Wissen in kompakter Form

Durch die Forschungsbemühungen auf dem Gebiet der Psychiatrie und Psychotherapie ist es zu einem enormen Zuwachs an wissenschaftlichen und versorgungsrelevanten Erkenntnissen gekommen. Zudem konnte durch epidemiologische Studien gezeigt werden, dass psychische Störungen mittlerweile mit zu den häufigsten Erkrankungen im Gesamtgebiet der Medizin gehören. Aufgrund der steigenden direkten und indirekten Kosten psychiatrischer Erkrankungen, rückt dieses Fachgebiet zunehmend in den Fokus unseres Gesundheitssystems. Umso wichtiger ist es, evidenzbasiertes sowie handlungsorientiertes Wissen aus Forschung und klinischem Alltag in kompakter Form übersichtlich darzustellen, dies ist mit dem „Manual Psychiatrie und Psychotherapie“ gelungen.

1. Auflage 2014, Softcover, 376 Seiten  
ISBN 978-3-86867-211-4, ArtikelNr.: 30137

€ 24,95





### Lernposter – Stoffwechselwege der Zellen

Die wichtigsten Stoffwechselwege des Körpers als großformatiges und übersichtliches Lernposter.

1. Auflage 2015, offenes Format: 836 × 572 mm (zusammengefoldet: 205 × 281 mm)  
ISBN 978-3-86867-279-4, Artikelnr.: 30165

€ 9,95



### Das menschliche Skelett



### Lernposter Anatomie

Das menschliche Skelett | Die menschliche Muskulatur

Die Poster zeigen eine detaillierte grafische Darstellung der menschlichen Muskulatur und des menschlichen Skeletts im aufklappbaren Posterformat. Vielseitig verwendbar; entweder zum Wiederholen des Gelernten, zum Aufhängen als Wandposter, zu Demonstrationszwecken oder einfach zusammengefoldet und abgeheftet stellen die Poster ein nützliches Nachschlagewerk dar.

#### Das menschliche Skelett:

1. Auflage 2010, offenes Format: DIN A1 (zusammengefoldet: DIN A4), ISBN 978-3-940698-12-4, Artikelnr.: 30045

€ 7,95

#### Die menschliche Muskulatur:

1. Auflage 2010, offenes Format: DIN A1 (zusammengefoldet: DIN A4), ISBN 978-3-940698-11-7, Artikelnr.: 30044

€ 7,95



### Lernposter-Set – Anatomie-Muskulatur

Grafische Darstellung der Muskeln des Bewegungsapparates

Detaillierte grafische Darstellung der Muskulatur des Bewegungsapparates im Überblick und zusätzlich als Einzelstrukturen mit anatomischer Beschreibung im aufklappbaren Posterformat. Vielseitig verwendbar und die ideale Ergänzung zum erfolgreichen Werk „Das Muskelbuch“; entweder zum Wiederholen des Gelernten, zum Aufhängen als Wandposter zu Demonstrationszwecken oder einfach zusammengefoldet und abgeheftet als nützliches Nachschlagewerk.

#### Das Set enthält 6 verschiedene Motive

- Region Hals-Kopf
- Region Schulter-Oberarm
- Region Unterarm-Hand
- Region Rumpf-HWS
- Region Hüfte-Oberschenkel
- Region Unterschenkel-Fuß

1. Auflage 2009, offenes Format: DIN A1 (zusammengefoldet: DIN A4), ISBN 978-3-940698-13-1, Artikelnr.: 30032

€ 19,90



**Bestseller**



Wolfgang Jost

### Atlas der Botulinumtoxin-Injektion

Dosierung | Lokalisation | Anwendung

Seit der Erstauflage dieses Werks wurden in der Anwendung von Botulinumtoxin signifikante Fortschritte erzielt. Bei zahlreichen Indikationen gilt sein Einsatz inzwischen als Therapie erster Wahl, bei vielen weiteren Indikationen in der Neurologie, der Pädiatrie, der Dermatologie, der Urologie und der Schmerztherapie ist diese Therapieform heutzutage fest etabliert. Einen wichtigen positiven Einfluss auf die Behandlungsergebnisse hatte in den letzten Jahren der Einsatz der Sonografie als wichtiges Untersuchungsinstrument. Dies hat entscheidend zur Standardisierung und Qualitätssicherung in der Behandlung mit Botulinumtoxin beigetragen. Es ist daher nur folgerichtig, dass eine umfangreiche und gründliche Überarbeitung der bisherigen Auflagen erforderlich wurde.

Der Atlas hat auch in dieser Neuauflage sein bewährtes Gliederungskonzept beibehalten: Es werden die wichtigsten Muskeln dargestellt, die mit Botulinumtoxin behandelt werden können. Einige Muskeln, wie beispielsweise die tiefen Nackenmuskeln, wurden ergänzt. Alle Strukturen sind nach Körperregionen gegliedert und mit aufwendigen anatomischen Zeichnungen abgebildet. Selbstverständlich wurden die neuen Erkenntnisse der letzten Jahre, insbesondere die Etablierung der Sonografie als wichtigstes Werkzeug zur schnellen Orientierung und sicheren Injektion, berücksichtigt und auch alle Angaben und Verfahrenstechniken aus den bisherigen Auflagen auf ihre Aktualität hin überprüft bzw. auf den neuesten Stand gebracht.

3., komplett überarbeitete und erweiterte Auflage 2018

Hardcover, 296 Seiten, 590 Abb.

ISBN 978-3-86867-384-5, Artikelnr.: 30244

€ 149,00



Britta Knoll | Marco Hördt

### Kompendium der kurativen und präventiven Mesotherapie

Injektionstechniken und Anwendungsempfehlungen für 240 Krankheitsbilder

Dieses Buch zeigt Ihnen, wie Sie die Mesotherapie als einen wesentlichen Baustein der integrativen Versorgung Ihrer Patient/-innen nutzen können. Es behandelt umfassend nach aktuellem Wissensstand, aber in kompakter Form, die vielfältigen Möglichkeiten ihres kurativen und präventiven Einsatzes. Sie werden in die Lage versetzt, diese einzigartige, minimalinvasive Methode sofort anzuwenden und für Ihre Patient/-innen einzusetzen.

Der erste Teil des Buches erläutert die Theorie und wissenschaftlichen Grundlagen der Behandlungsmethode. Im zweiten Teil finden Sie die detaillierten Vorgehensweisen den jeweiligen Krankheitsbildern zugeordnet. Hier werden die lokalen Injektionstechniken, Wirkstoffmischungen und Behandlungsintervalle dargestellt, ergänzt durch Empfehlungen zu ggf. notwendigen systemischen Ergänzungen. Darüber hinaus enthält das Buch Videosequenzen zur Veranschaulichung der angewandten Injektionstechniken. Ob Neueinsteigende oder erfahrene Praktizierende, hier finden Sie den idealen Begleiter für zahlreiche Situationen der täglichen Sprechstunde.

1. Auflage 2021, Softcover, 228 Seiten, 110 Abb.

ISBN 978-3-86867-515-3, Artikelnr.: 30272

€ 48,00

RATGEBER GESUNDHEIT &  
ERNÄHRUNG

ÄSTHETISCHE MEDIZIN

ANATOMIE & HUMANMEDIZIN

→ PHYSIOTHERAPIE &  
SPORTMEDIZIN

ENGLISH BOOKS



**Bestseller**

**mit DVD und  
Gutschein für  
Tapematerial**

Roland Kreutzer

## Taping

Wirksame Selbsthilfe bei Schmerzen und Sportverletzungen

Taping ist eine sanfte, medikamentenfreie und leicht zu erlernende Technik. Zahlreiche Beschwerden lassen sich damit ursächlich behandeln, und viele Sportverletzungen können mit den geeigneten Tapeanlagen positiv beeinflusst werden. Mit 600 Abbildungen und ergänzt durch hilfreiche Tipps, erklärt der Autor jede Tapeanlage Schritt für Schritt. Die praktische Handhabung wird klar und leicht nachvollziehbar vorgestellt, sodass sie von jedem schnell und einfach umgesetzt werden kann. Die Tapeanlagen in diesem Buch konzentrieren sich auf zwei Schwerpunkte: Den ersten Schwerpunkt bildet die Behandlung von alltäglichen Beschwerden und Schmerzsyndromen des Bewegungsapparats. Der zweite Schwerpunkt liegt auf der Behandlung und Prävention von typischen Sportverletzungen. Zu jedem Beschwerdebild oder einer Verletzung wird zusätzlich eine Eigenübung vorgestellt, mit der der Therapieerfolg langfristig sichergestellt werden kann.

Auf der beiliegenden DVD werden Videos gezeigt, wie die Tapes abgemessen, zurechtgeschnitten und korrekt angelegt werden. Exemplarisch werden auf 20 Filmsequenzen die Tapeanlagen bei den häufigsten Beschwerden und Sportverletzungen dargestellt. Zudem sind die Clips als QR-Codes eingebunden und können bequem mit dem Smartphone oder Tablet abgerufen werden.

2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2021, Softcover, 220 Seiten, 600 Abb.  
DVD-Laufzeit: ca. 45 Min.  
ISBN 978-3-86867-556-6, Artikelnr.: 30313

€ 19,80



Roland Kreutzer

## Taping für Kinder

Tapeanlagen bei typischen Beschwerdebildern bei Kindern

Kinder spielen und toben – dabei kann es immer einmal zu Verletzungen, blauen Flecken und anderen kleineren oder größeren Blessuren kommen. Taping bietet eine Möglichkeit zur Behandlung verschiedenster Schmerzhaftigkeiten. Das Taping mit kinesiologischen Tapes ist eine medikamentenfreie Behandlungsmethode und seit vielen Jahren in Therapie und Sport etabliert. Neben dem medizinischen Aspekt ist besonders der psychologische Effekt des Taping enorm. Kinder haben Spaß an den Bändern und sind stolz auf ihre Tapeanlagen. Mit zahlreichen Abbildungen, ergänzt durch hilfreiche Hinweise, beschreibt der Autor typische Beschwerdebilder und die dazugehörigen Tapeanlagen Schritt für Schritt. Die praktische Handhabung wird mit Bildserien leicht nachvollziehbar dargestellt, sodass sie schnell und problemlos umgesetzt werden kann. Darüber hinaus wird bei jeder Tapeanlage auf mögliche Ursachen der Beschwerden eingegangen und abschließend eine Eigenübung vorgestellt, mit der das Kind vorbeugend aktiv werden kann.

Die in diesem Buch vorgestellten Tapeanlagen bieten Eltern, Berufsgruppen, die mit Kindern arbeiten, und natürlich auch Therapeuten einen naheliegenden Ansatz, den Heilungsprozess bei vielen typischen Alltagsblessuren von Kindern zu unterstützen.

1. Auflage 2022, Softcover, 160 Seiten, 390 Abb.  
ISBN 978-3-86867-595-5, Artikelnr.: 30314

€ 16,80



auch als  
E-Book  
verfügbar

auch im Set  
erhältlich



### Taping-Set

Buch „Taping in der Schwangerschaft“  
inkl. 2 Rollen Tape  
ISBN 978-3-86867-516-0  
Artikelnr.: 30288

€ 19,80

Roland Kreutzer

### Taping in der Schwangerschaft

Tapeanlagen bei typischen Beschwerdebildern während der Schwangerschaft und nach der Entbindung

Während der Schwangerschaft können zahlreiche typische Beschwerden auftreten, die auf die „besonderen Umstände“ zurückzuführen sind. Verspannungen, Rückenschmerzen, Kribbeln in den Händen und weitere Beschwerden können mit den geeigneten Tapeanlagen positiv beeinflusst werden – mit dem Ziel, Mutter und Kind zu unterstützen und somit einen wertvollen Beitrag für einen möglichst beschwerdefreien Schwangerschaftsverlauf zu leisten. Mit zahlreichen Abbildungen, ergänzt durch hilfreiche Hinweise, die den Erfolg und die Wirksamkeit des Taping maximieren, beschreibt der Autor die Beschwerdebilder und die dazugehörigen Tapeanlagen Schritt für Schritt.

Die Tapeanwendungen in diesem Buch konzentrieren sich auf in der Schwangerschaft häufig auftretende Beschwerdebilder und Schmerzsyndrome des Bewegungsapparats sowie Probleme nach der Entbindung – bei Letzteren steht die Unterstützung der Rückbildung im Vordergrund. Zu den Beschwerdebildern oder Verletzungen werden zudem Eigenübungen vorgestellt, mit denen der Therapieerfolg langfristig sichergestellt werden kann. Der Schwerpunkt dieses Buchs liegt auf der Eigentherapie bzw. Therapie mit praktischer Unterstützung von nahestehenden Personen.

1. Auflage 2018, Softcover, 124 Seiten, 300 Abb.  
ISBN 978-3-86867-413-2, Artikelnr.: 30249

€ 14,80

Reinhold Roth

### Taping – Der große Bildatlas Kinesiologisches Taping

Grundlagen | Anlagetechniken | Anwendung

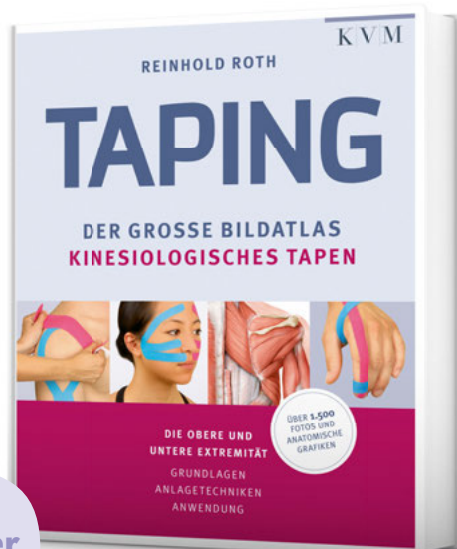
Der Autor hat sein Taping-Konzept auf der Grundlage des von Dr. Kenzo Kase entwickelten kinesiologischen Taping erarbeitet, in der Praxis erprobt und optimiert. Das Sensotape® besitzt ein breites Wirkspektrum, das sich auf die Muskulatur, die Sehnen, Bänder, Gelenke und auf das lymphatische System erstreckt. Es aktiviert die körpereigenen Selbstheilungskräfte und lindert unterschiedlichste Beschwerden, ohne die physische Beweglichkeit einzuschränken und ohne unerwünschte Nebenwirkungen.

In diesem Buch werden Einzeltechniken erläutert und die Möglichkeiten der Tape-Anwendung in Bildsequenzen gut nachvollziehbar dargestellt – klar strukturiert und mit Fokus auf der Behandlung und den klinischen Indikationen. Es bildet einen zuverlässigen und praxistauglichen Leitfaden für Sportmediziner/-innen, Orthopäden/-innen, Neurologen/-innen, Allgemeinmediziner/-innen, Osteopath/-innen, Physiotherapierende, Massierende und Heilpraktizierende, wendet sich aber auch an medizinisch vorgebildete Trainer/-innen und Sportlehrer.

Auf 576 Seiten beschreibt der Autor Sensotape®-Anlagen für den gesamten Körper: für die obere Extremität, den Kopf, die HWS und BWS, den oberen Rumpf, die untere Extremität, das Becken, ISG, LWS und den unteren Rumpf.

1. Auflage 2018, Hardcover, 576 Seiten, 1.500 Abb.  
ISBN 978-3-86867-326-5, Artikelnr.: 30185

€ 74,00



Bestseller



Reinhold Roth

## Taping – Kinesiologisches Taping mit Sensotape®

Basiswissen | Anlagetechniken | Anwendung

Beim Sensotape® handelt es sich um eine innovative Anwendung aus der japanischen Medizin basierend auf den Prinzipien des Kinesiologischen Tapens. Die einzigartige, sanfte und medikamentfreie Behandlungsmethode nimmt in der Sportmedizin einen immer größeren Stellenwert ein und ist in den vergangenen Jahren auch in den Blickpunkt des allgemeinen ärztlichen und therapeutischen Interesses gerückt. Das Sensotape® besitzt ein breites Wirkspektrum, das sich unter anderem auf die Muskulatur, die Sehnen, Bänder, Gelenke und auf das lymphatische System erstreckt; es aktiviert die körpereigenen Selbstheilungskräfte, ohne dabei die physische Beweglichkeit einzuschränken.

Dieser Ratgeber führt in die theoretischen und praktischen Grundlagen der Behandlungsmethode ein und erläutert die Anwendung bei unterschiedlichsten Beschwerden. Die grafische Darstellung der betroffenen Strukturen und die detailliert bebilderte Schritt für Schritt-Anleitung für die jeweils geeignete Tapeanlage machen das Buch zu einem soliden Leitfaden für die tägliche therapeutische Praxis, der aufgrund seiner anschaulichen Erklärungen auch für Auszubildende der Heilberufe, Trainer/-innen, Sportler/-innen und interessierte Laien geeignet ist.

2., komplett überarbeitete Auflage 2019, Softcover, 164 Seiten, 350 Abb.  
ISBN 978-3-86867-477-4, Artikelnr.: 30263

€ 24,80

auch im Set  
erhältlich



Christine Kätzel

## Cupping

Faszienbehandlung, Muskelmassagen und Anti-Aging mit modernem Schröpfen

Das moderne Cupping mit leichten, flexiblen Silikoncups wirkt dreidimensional direkt auf das myofasziale Gewebe: die Cups werden mit den Fingern zusammengepresst und dann auf die zu behandelnde Körperregion gedrückt. Der dadurch entstandene Unterdruck löst die Gewebespannung, fördert die Durchblutung und regt die Neubildung von Fasern und Zellen an.

Cupping ist eine unkomplizierte und leicht anzuwendende Technik. Zahlreiche Beschwerden, wie beispielsweise Schmerzen und Verspannungen am Bewegungsapparat, lassen sich mit dieser „dreidimensionalen Massage“ gezielt behandeln. Zudem kann Cupping auch für ein besseres Wohlbefinden eingesetzt werden: zur Schlafförderung, bei Verdauungsbeschwerden, bei Nebenhöhlenentzündungen oder bei der Reduktion von Falten und zur Verbesserung des Hautbildes.

Im Grundlagenteil dieses Buchs beschreibt die Autorin die Wirkweise des Cuppings und erklärt verständlich Schritt für Schritt die praktische Handhabung. Im Praxisteil beleuchtet sie typische Beschwerdebilder aus Sport und Alltag und geht ausführlich und mit Hilfe zahlreicher Abbildungen auf die einzelnen Behandlungsschritte ein.

1. Auflage 2019, Softcover, 144 Seiten, 200 Abb.  
ISBN 978-3-86867-485-9, Artikelnr.: 30268

€ 12,80

## Cupping-Set

Buch „Cupping“ inkl. Silikoncup  
ISBN 978-3-86867-493-4  
Artikelnr.: 30271

€ 19,80





Bernard C. Kolster | Verena Gelsing | Claudia Winkelmann | Andreas Alt (Hrsg.)

## Handbuch Physiotherapie

Umfassend | Aktuell | Evidenzbasiert | Praxisnah

Das umfassendste Nachschlagewerk der Physiotherapie liegt jetzt in vollständiger Neubearbeitung vor. Ausgewiesene Experten/-innen ihres Gebiets haben das im Werk dargebotene physiotherapeutische Fachwissen auf den neuesten Stand gebracht. Damit stellen sie den Praktizierenden und Lernenden die aktuellen Erkenntnisse zu den Grundlagen, den physiotherapeutischen Behandlungstechniken und ihren Bezug zu allen relevanten medizinischen Fachgebieten bereit. Die Evidenzen und Leitlinien für physiotherapeutische Behandlungen wurden auf den Prüfstand gestellt und aktualisiert. Der umfangreiche Wissensstoff ist nach medizinischen Fachgebieten geordnet, detailgerecht und klar strukturiert. Es werden alle physiotherapie-relevanten Krankheitsbilder mit verfügbaren Leitlinien und Evidenzen abgehandelt.

Das „Handbuch Physiotherapie“ bietet aktuelles, umfassendes, fundiertes, evidenzbasiertes Wissen über das gesamte Gebiet der Physiotherapie. Es richtet sich an alle Physiotherapierende und Ärzte/-innen in Ausbildung und Praxis, aber auch an weitere Berufsgruppen und Menschen, die in der Gesundheitsversorgung aktiv sind oder sich über Behandlungsoptionen informieren möchten.

2., komplett überarbeitete Auflage 2023, Softcover mit Lesebändchen, 1.760 Seiten, 340 Abb. ISBN 978-3-86867-647-1, Artikelnr.: 30257

€ 38,50



Verena Gelsing | Klaas Stechmann | Anja Engler

## Triggerpunkte

Theorie und Praxis der Triggerpunkttherapie

Das Werk „Triggerpunkte“ richtet sich an Physiotherapierende und all jene, die sich eingehend mit dem Thema Triggerpunkte und deren Behandlung beschäftigen möchten. Als umfassendes Arbeitsbuch vermittelt es auch das Verständnis für die Entstehung von Triggerpunkten. Denn wer die Ursachen von Triggerpunkten kennt, kann zielgerichtet und zuverlässig therapieren.

Das Buch gliedert sich in einen Grundlagen- und in einen Praxisteil. In den ersten Kapiteln werden Lesende in die wichtigen anatomischen, physiologischen und pathophysiologischen Grundlagen eingeführt, welche für die Triggerpunkttherapie von zentraler Bedeutung sind. Im praktischen Teil gehen die Autor/-innen ausführlich auf die Behandlung von Triggerpunkten ein. Anatomische Grafiken der jeweils betroffenen Muskulatur mit Darstellung der entsprechenden Schmerzausstrahlungsareale von Triggerpunkten helfen dabei, sich schnell und sicher an Patient/-innen zu orientieren. Ausführlich beschriebene Behandlungsoptionen, das mit Triggerpunkten in Zusammenhang stehende Faszien-system und typische Krankheitsbilder ermöglichen Therapierenden einen direkten Praxisbezug und somit eine gezielte und effiziente Behandlung.

1. Auflage 2020, Hardcover, 396 Seiten, 560 Abb. ISBN 978-3-86867-205-3, Artikelnr.: 30139

€ 39,80



Klaas Stechmann | Kalinka Radlanski

## Arbeitsbuch Triggerpunkt- und Faszientherapie

Effektive Selbstbehandlung der 20 häufigsten Beschwerdebilder

Dieses Buch ist der ideale Begleiter für alle, die ihren Körper ganzheitlich und gezielt behandeln möchten. Eingebettet in relevantes Basiswissen der Anatomie, Biomechanik und Pathophysiologie von Muskelverspannungen, werden im Grundlagenteil die Prinzipien der ganzheitlich orientierten Triggerpunkt- und Faszientherapie vorgestellt sowie detailliert und leicht verständlich erläutert.

Für den Behandlungsteil haben der Autor und die Autorin aufgrund ihrer langjährigen Praxiserfahrung eine „TOP 20“ der häufigsten Beschwerdebilder erstellt und präsentieren dazu einfach umsetzbare Übungen. Anhand der Bilder werden Sie erkennen, welche Triggerpunkte Auslöser Ihrer Beschwerden sein können. Schritt für Schritt lernen Sie, die verschiedenen Triggerpunkte Ihres Körpers zu behandeln. Dabei stehen sowohl die aktuellsten Forschungserkenntnisse über die ganzkörperlichen Zusammenhänge als auch die Verbindung von Körper und Geist stets im Fokus. Natürlich bietet Ihnen die Anordnung der Beschwerden nach Muskelgruppen auch einen schnellen Zugriff auf Behandlungen, die für Ihr spezifisches Beschwerdebild nützlich und schmerzlindernd sind. In einem weiteren Teil des Buches werden Übungsprogramme gezeigt, die auf Bedürfnisse des Alltagslebens zugeschnitten sind.

1. Auflage 2017, ringgebundenes Hardcover, 180 Seiten, 180 Abb.  
ISBN 978-3-86867-377-7, Artikelnr.: 30240

€ 19,80



Todd Hargrove

## Besser Bewegen

Wissenschaft und Praxis schmerzfreier Bewegung

„Besser Bewegen“ bietet einen praxisorientierten Einblick in die aktuelle Forschung zur Rolle des Gehirns bei Bewegung und Schmerz. Der Autor Todd Hargrove stellt Lesenden eine faszinierende neurozentrische Sichtweise auf Bewegung, Schmerz und Training vor, deren fundierte wissenschaftliche Grundlagen und Praxistauglichkeit von verblüffender Überzeugungskraft sind und die auf eine Erprobung im Alltag neugierig macht. Sie werden etwas lernen über:

- die grundlegenden Eigenschaften gesunder und effizienter Bewegung.
- warum gute Bewegung gesunde „Gehirnkarten“ erfordert und wie Sie diese erstellen.
- warum es bei Schmerz manchmal eher um Selbstwahrnehmung geht als um Gewebschädigungen oder Verletzungen.
- die Wissenschaft hinter geistig-körperlichen Praktiken.
- Grundprinzipien, die bei der Verbesserung jeder Bewegungspraxis helfen.
- 25 illustrierte und einfache Bewegungsübungen, die Ihnen helfen, sich besser zu bewegen und besser zu fühlen.

1. Auflage 2018, Softcover, 236 Seiten, 70 Abb.  
ISBN 978-3-86867-410-1, Artikelnr.: 30242

€ 19,80





Jay Dicharry

## Entfesselt Laufen

Bewegungsmuster neu «verkabeln» – mehr Schnelligkeit, Kraft und Stabilität

In diesem Buch stellt Amerikas bekannter Physiotherapeut und Trainer für Ausdauersportarten Jay Dicharry ein speziell entwickeltes Trainingsprogramm für Läuferinnen und Läufer vor, mit dem diese schneller, stärker und ausdauernder werden.

Stabilität, körperliche Stärke und Mobilität sind essentielle Voraussetzungen für Höchstleistungen auf der Laufstrecke – egal ob auf der Aschenbahn, auf Waldwegen, ob Sprints oder Langstrecke. Der Balanceakt zwischen maximaler Trainingsbelastung und Verletzungsprävention stellt dabei die größte Herausforderung dar.

In 15 speziell entwickelten Workouts beschreibt Jay Dicharry, wie Sie alte Verletzungen, Mobilitätsprobleme, Haltungsschwächen und Unausgeglichheiten in den Griff bekommen und Ihre Bewegungsmuster sowohl auf kognitiver als auch körperlicher Ebene neu verkabeln. Um die grundlegenden Bewegungsfähigkeiten zu entwickeln, die für ein schnelleres und sichereres Laufen notwendig sind, müssen Sportler/-innen nicht nur kräftiger werden, sondern vor allem auch ihre Bewegungsabläufe besser kontrollieren. Durch Tests und spezielle Übungen, die sich auf diese konkreten Fähigkeiten konzentrieren, wird Ihr Körper damit beginnen, Unausgeglichheiten zu korrigieren und sich neue, verbesserte Gewohnheiten anzueignen.

1. Auflage 2019, Softcover, 264 Seiten, 180 Abb.  
ISBN 978-3-86867-414-9, Artikelnr.: 30247

€ 24,80



Klaas Stechmann

## Funktionelles Ganzkörpertraining mit der Faszienrolle

Der Einsatz von Faszienrollen ist aus dem heutigen Trainingsalltag nicht mehr wegzudenken. Im Buch werden Ihnen in verständlichen Worten zunächst die theoretischen Grundlagen eines jeden Ganzkörpertrainings mit der Faszienrolle vorgestellt. Danach folgt ein umfangreicher praktischer Teil, der sich ausführlich mit den unterschiedlichen Körperregionen wie Nacken, Beine, Arme, Rücken usw. befasst.

Bei der Konzeption der Übungen hat der Autor stets den ganzen Abwechslungsreichtum im Blick. Den ein Ganzkörpertraining mit der Faszienrolle zeigt Ihnen viele Möglichkeiten auf, wie Sie mit einfachen Mitteln die Trainingsintensität graduell an Ihre persönlichen Bedürfnisse anpassen können. Zahlreiche Übungen werden Ihnen dabei helfen, Flexibilität, Koordination und Bewegungsumfang zu vergrößern, Ihre Rumpfmuskulatur zu stärken und ganz allgemein Ihre Körperwahrnehmung zu verbessern. Dabei sind die Übungen sowohl für die therapeutische Behandlung bereits vorhandener Probleme und Beschwerden als auch für eine allgemeine Prävention geeignet – wenn es beispielsweise darum geht, einem Muskelkater nach dem Sport vorzubeugen.

1. Auflage 2018, Softcover, 190 Seiten, 150 Abb.  
ISBN 978-3-86867-352-4, Artikelnr.: 30232

€ 14,80



Klaas Stechmann

## Faszien selbst behandeln

Endlich schmerzfrei werden

Dank neuer Forschungsergebnisse ist inzwischen bekannt, dass sich Faszien gezielt behandeln und trainieren lassen. Mit der Hilfe dieses Buches können Sie Ihre faszialen „Fesseln“ lösen und Ihr körperliches Wohlbefinden verbessern. Neben bekannten Übungen mit Schaumstoffrollen, federnden Bewegungen und ganzkörperlichen Dehnungen werden neue Therapieansätze zur Faszien selbstbehandlung vorgestellt. Zentrales Element bei allen Übungen ist die Schulung der Körperwahrnehmung, sodass die jeweiligen Schmerzpunkte und -bereiche sinnlich erfasst und die Behandlungsfortschritte im Bewusstsein abgespeichert werden können. Die Übungen sind nicht nur zur Eigenbehandlung geeignet, sondern können auch für Bewegungs- und Sportgruppen und als Behandlungsübungen von Physiotherapeuten eingesetzt werden.

1. Auflage 2016, Softcover, 200 Seiten, 340 Abb.

DVD-Laufzeit: ca. 32 Min.

ISBN 978-3-86867-273-2, Artikelnr.: 30156

€ 19,80

mit DVD



Klaas Stechmann

## Faszientraining

Kartenset für ein gesundes & elastisches Bindegewebe

Gebündelte Übungspower für ein gesundes und geschmeidiges Bindegewebe von Kopf bis Fuß. Egal welche Trainingsziele verfolgt werden: Schmerzen lindern, mehr Mobilität erlangen oder die dynamische Kraft verbessern – mit diesen Übungen wird das Faszien gewebe des Körpers gezielt und effektiv trainiert. Auf der Vorderseite der Karten zeigen Bilder die Ausführung der Übung, auf der Rückseite sind erklärende Texte und wichtige Hinweise zu finden.

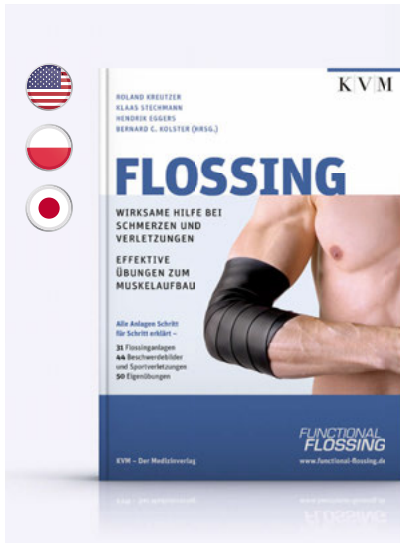
Dieses Kartenset bringt Abwechslung in das Faszientraining und ist jederzeit griffbereit.

1. Auflage 2024, 55 Karten (Format: 74 × 105 mm), 120 Abb.

ISBN 978-3-86867-674-7, Artikelnr.: 30333

€ 12,80

NEU



Roland Kreutzer | Klaas Stechmann | Hendrik Eggers | Bernard C. Kolster (Hrsg.)

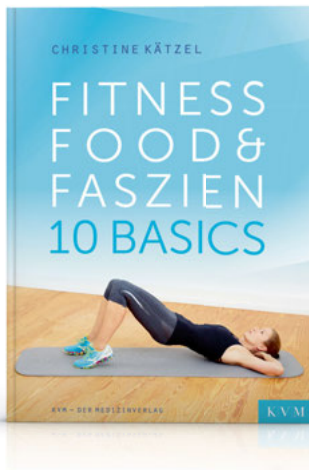
## Flossing

Wirksame Hilfe bei Schmerzen und Verletzungen

Dieses Buch über Flossing gibt einen systematischen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten und positiven Effekte dieses Verfahrens: Rasch wirksame Schmerzlinderung und effektiver Muskelaufbau bei geringen Widerständen. Flossing bewirkt unter anderem über eine Beeinflussung der Faszien bzw. des Faszien Systems eine rasche Schmerzlinderung ohne medikamentöse Belastung des Organismus. Die Möglichkeiten und Grenzen sowie die theoretischen Grundlagen werden in diesem Buch ausführlich beschrieben. Die praktische Anwendung wird Schritt für Schritt erklärt, sodass die jeweiligen Flossinganlagen und Bewegungsübungen gut nachvollziehbar sind und einfach umgesetzt werden können: Mithilfe der im Buch gezeigten Anwendungen kann die Flossingpraxis leicht und sicher erlernt und ihr erstaunliches Potenzial bei der Schmerzbekämpfung oder zum Muskelaufbau erfahren werden.

1. Auflage 2016, Softcover, 104 Seiten, 240 Abb.  
ISBN 978-3-86867-316-6, Artikelnr.: 30190

**UVP € 14,80**



Christine Kätzel

## Fitness, Food & Faszien

10 Basics

Dieses Buch bietet einen einfachen Einstieg in dieses umfassende Themengebiet und richtet sich an all jene, die mehr über die Rolle der Faszien für ihre Gesundheit wissen und aktiv etwas für ihre Faszien Gesundheit tun wollen. Alles Wesentliche über Faszien wird informativ und leicht verständlich erläutert. Die Autorin beschreibt dabei eindrücklich jenes Gebilde, welches das Faszien System mit der Gesamtheit unseres Körpers formt. Komplexe anatomische Zusammenhänge sind durch zahlreiche Abbildungen anschaulich illustriert und werden somit einfach nachvollziehbar. Der Schwerpunkt des Buches liegt bewusst auf einem ganzheitlichen Ansatz, der allgemeine Gesundheitsfragen, Fitness und unsere Ernährungsgewohnheiten durchleuchtet. Effektive Übungen für ein Faszientraining, um einen gesunden Körper von Jugendjahren an bis ins hohe Alter zu erhalten, sind ein wichtiger Kernabschnitt des Buches.

1. Auflage 2017, Softcover, 80 Seiten, 70 Abb.  
ISBN 978-3-86867-363-0, Artikelnr.: 30186

**€ 14,80**



Klaas Stechmann

## Okklusionstraining mit dem Flossband

Maximaler Muskelaufbau bei minimaler Gewichtsbelastung

Beim Okklusionstraining werden die Blutzufuhr und der Blutrückstrom mithilfe einer elastischen Bandage kontrolliert reduziert, sodass die Muskeln auch mit leichten Gewichten schneller ermüden. Gleichzeitig laufen alle Stoffwechselvorgänge ab, die normalerweise erst bei einem Maximalkrafttraining mit schweren Gewichten eintreten. So erschöpft der Muskel recht schnell und Wachstumshormone werden ausgeschüttet, die für Muskelwachstum und mehr Kraft sorgen. Es entsteht maximaler Muskelaufbau bei minimaler Gewichtsbelastung. Die erstaunlichen Effekte des Okklusionstrainings sind seit Jahren durch Studien belegt. Erfahrene Kraftsportler/-innen können ihre Trainingsfortschritte variieren und optimieren, während Anfänger/-innen bereits mit leichten Gewichten große Effekte erzielen können.

1. Auflage 2017, Softcover, 140 Seiten, 180 Abb.  
ISBN 978-3-86867-351-7, Artikelnr.: 30231

**€ 14,80**



Udo Wolf | Frans van den Berg

## Manuelle Therapie – Sichere und effektive Manipulationstechniken

Rehabilitation und Prävention

Bewährte und sichere Manipulationstechniken für Extremitätengelenke und Wirbelsäule in einem Lehrbuch und Bildatlas zusammengefasst! Das Buch orientiert sich ganz an den Erfordernissen der täglichen Praxis und ist konsequent problembezogen gegliedert.

Weil die Manipulationsbehandlungen an Patient/-innen überaus sensibel ausgeführt werden müssen, ist eine differenzierte Einführung in die Techniken für Therapierende essentiell. Dieses Buch führt Sie zuverlässig zu den bestmöglichen Untersuchungs- und Behandlungsergebnissen hin.

2., korrigierte und überarbeitete Auflage 2018, Hardcover, 290 Seiten, 700 Abb.  
ISBN 978-3-86867-350-0, Artikelnr.: 30176

€ 54,80



Claudia Koch-Remmele | Roland Kreutzer

## Funktionskrankheiten des Bewegungssystems nach Brügger

Diagnose, Therapie, Eigentherapie

Dieses Lehr- und Praxisbuch liefert Ihnen konkrete Handlungsanleitungen nach dem Brügger-Konzept für Befundaufnahme und Behandlung von funktionellen Störungsbildern, die Ihnen in der Praxis besonders häufig begegnen. Alle Komponenten der Brügger-Therapie werden ausführlich und mit vielen Fotosequenzen verdeutlicht vorgestellt:

- Sie lernen reflektorische pathophysiologische Schutzmechanismen kennen.
- Sie erfahren, wie Beschwerden durch funktionelle Störungen verursacht werden und in der Folge veränderte Haltungs- und Bewegungsprogramme auslösen, die zu Schmerzen im Bewegungssystem führen können.
- Es werden therapeutische Maßnahmen und Eigenübungen zur Behandlung demonstriert.

2., korrigierte Auflage 2017, Softcover, 260 Seiten, 400 Abb.  
ISBN 978-3-86867-331-9, Artikelnr.: 30178

€ 39,80



Dietmar Seidenspinner

## Training in der Physiotherapie

Angewandte Sportphysiotherapie

„Training in der Physiotherapie“ – Machen Sie sich fit mit einem lebendigen, bilderreichen Lernkonzept:

- einprägsam bebilderte Anleitungen zu Untersuchung, Training und Dokumentation
- prägnante farbige Darstellungen von Anatomie, Physiologie und der Biomechanik
- anschauliche Fotosequenzen zur praktischen Umsetzung eines Trainings
- Diagnostik und Therapie nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen
- praxisrelevante Informationen über Voraussetzungen zum Erstellen eines optimal angepassten Trainingsplanes
- alles von medizinischen Grundlagen bis hin zu Untersuchung, Therapie und Dokumentation – von HWS bis Fuß

2., korrigierte Auflage 2016, Softcover, 324 Seiten, 500 Abb.  
ISBN 978-3-86867-332-6, Artikelnr.: 30179

€ 29,95





Bernard C. Kolster

## Bindegewebsmassage

Faszien und Strukturen gezielt behandeln

Die Bindegewebs- oder Faszienmassage bewirkt eine rasche und nachhaltige Linderung bei vielen funktionellen Erkrankungen und Schmerzzuständen. In diesem Buch werden neben den anatomischen und physiologischen Grundlagen die einzelnen Techniken detailliert erläutert. Anschließend werden die Behandlungsmöglichkeiten der Bindegewebs- bzw. Faszienmassage an zahlreichen Beschwerdebildern ausführlich beschrieben. Alle Behandlungsschritte der Bindegewebs- oder Faszienmassage werden mit zahlreichen Abbildungen und Fotoserien in Schritt für Schritt-Anleitungen anschaulich erläutert. Dieses Werk legt eine ausführliche und präzise Abhandlung des gesamten Spektrums der Bindegewebs- oder Faszienmassage vor und gibt somit Lesenden eine zuverlässige „Gebrauchsanweisung“ an die Hand, mit der sie ihr Wissen und Können in den Behandlungstechniken der Bindegewebsmassage festigen und erweitern können.

1. Auflage 2016, Softcover, 212 Seiten, 360 Abb.  
ISBN 978-3-86867-320-3, ArtikelNr.: 30195

€ 24,95



Jane Johnson

## Haltungskorrektur

Praktische Behandlungstechniken für die häufigsten Haltungsschäden

„Haltungskorrektur“ beinhaltet die Beurteilung und Behandlung von 30 häufigen Fehlhaltungen bzw. Haltungsschäden. Dabei werden spezifische Verfahren zu einer dauerhaften Verbesserung der Körperhaltung unter Berücksichtigung eines ganzheitlichen Ansatzes vermittelt. Fehlhaltungen und Haltungsschäden manifestieren sich durch muskuläre Dysbalancen und umgekehrt. Die Behandlung der Dysbalancen ist Schwerpunkt dieses Buches. Daher werden insbesondere Entscheidungskriterien für die Stärkung geschwächter Muskulatur und die Mobilisierung verkürzter Muskulatur dargestellt. Darüber hinaus sind Konzepte für schwer behandelbare Fehlhaltungen wie Skoliosen, Genu valgum und Genu varum enthalten.

1. Auflage 2020, Softcover, 232 Seiten, 240 Abb.  
ISBN 978-3-86867-490-3, ArtikelNr.: 30239

€ 29,80



Brian Fulton

## Placeboeffekte therapeutisch nutzen

Behandlungserfolge in der Manuellen Therapie mit dem Placeboeffekt optimieren

Der Placeboeffekt gehört zu den faszinierendsten und den am besten untersuchten Heilungsphänomenen in der Medizin. Er kann erwiesenermaßen die Genesung anregen und beschleunigen. Insbesondere bei körperbasierenden Therapiemethoden ist er ein bedeutsamer Erfolgsfaktor für die Wirksamkeit der Behandlung. Umso erstaunlicher ist es, dass in der physiotherapeutischen und manualmedizinischen Ausbildung die gezielte Nutzung von Placeboeffekten bisher nicht umfänglich thematisiert wurde. Mit diesem Buch wird daher ein wichtiges Kapitel zur ganzheitlich orientierten Körpertherapie aufgeschlagen. Das Buch „Placeboeffekte therapeutisch nutzen“ ist ein unverzichtbares Werk für Therapierende, die ihre Behandlungserfolge verbessern und auf eine neue Stufe bringen möchten. Es hilft ihnen, die natürlichen Heilungsmechanismen kennenzulernen, die Therapeut-Patient-Beziehung optimal zu gestalten und so die Genesung ihrer Patient/-innen umfassend zu befördern.

1. Auflage 2021, Softcover, 412 Seiten, 20 Abb.  
ISBN 978-3-86867-533-7, ArtikelNr.: 30287

€ 39,80



auch als  
E-Book  
verfügbar

Andreas Alt | Bernard C. Kolster

## Du bist dein eigener Therapeut

Wie ich meine Beschwerden selbst in drei einfachen Schritten in den Griff bekomme

Mit dieser Buchreihe demonstrieren die Autoren den von Schmerzen geplagten Lesenden verblüffend einfache Wege, Beschwerden loszuwerden und eine aktive Rolle in der Therapie zu übernehmen. Sie enthält alles, was Betroffene brauchen, um ihre Rücken-, Nacken oder Schulterbeschwerden in Eigenregie zu therapieren und nachhaltig beseitigen bzw. entscheidend lindern zu können – von der einfachen Selbsteinschätzung bis zum individuellen Übungsprogramm und der praktischen Umsetzung.

Die Ratgeberreihe bietet eine strukturierte und zielführende Anleitung, um den Teufelskreis von chronischen Beschwerden zu durchbrechen, sie räumt mit gängigen Mythen auf, erklärt die Schmerzzusammenhänge auf verständliche Weise und lässt chronische Schmerzen wieder handhabbar werden. Und auch darauf können sich die Lesenden verlassen: Die vorgestellten Übungen helfen zuverlässig, denn sie sind in der physiotherapeutischen Praxis umfänglich getestet worden!

**Rückenschmerzen:** 1. Auflage 2021, Softcover, 190 Seiten, 50 Abb.  
ISBN 978-3-86867-567-2, Artikelnr.: 30298

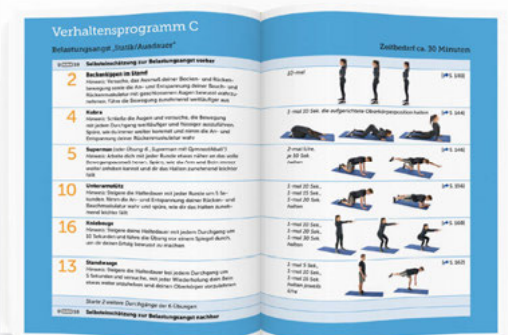
**Knieschmerzen:** 1. Auflage 2022, Softcover, 204 Seiten, 65 Abb.  
ISBN 978-3-86867-601-3, Artikelnr.: 30299

**Nackenschmerzen:** 1. Auflage 2022, Softcover, 194 Seiten, 55 Abb.  
ISBN 978-3-86867-594-8, Artikelnr.: 30296

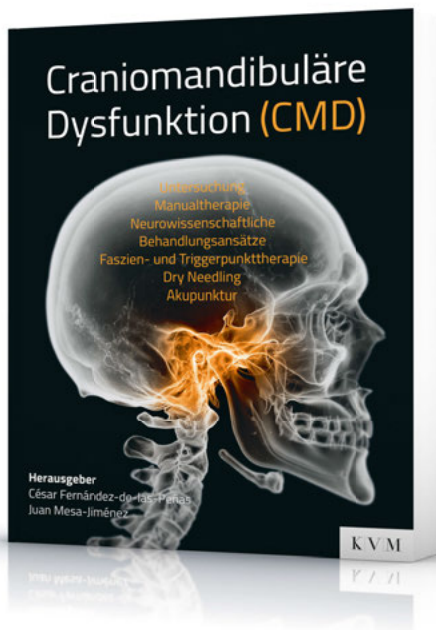
**Schulterschmerzen:** 1. Auflage 2022, Softcover, 216 Seiten, 75 Abb.  
ISBN 978-3-86867-605-1, Artikelnr.: 30297

**Sprunggelenksschmerzen:** 1. Auflage 2022, Softcover, 216 Seiten, 55 Abb.  
ISBN 978-3-86867-606-8, Artikelnr.: 30310

je € 14,80







César Fernández-de-las-Peñas | Juan Mesa-Jiménez (Hrsg.)

### Craniomandibuläre Dysfunktionen (CMD)

Untersuchung | Manualtherapie | Neurowissenschaftliche Behandlungsansätze | Faszien- und Triggerpunkttherapie | Dry Needling | Akupunktur

Dieses Werk liefert eine umfassende Darstellung der Diagnostik und der konservativen Behandlung Craniomandibulärer Dysfunktionen unter Berücksichtigung der aktuellen Evidenzen.

- Definition, Epidemiologie und Ätiologie schmerzhafter Craniomandibulärer Dysfunktionen (CMD)
- Pathophysiologie des Kiefergelenkschmerzes
- Muskuloskelettaler Schmerz der kraniofazialen Region und Referred Pain
- Testverfahren bei CMD
- Klinische Untersuchung des Kiefergelenks, der Kaumuskulatur, der HWS und BWS
- Manuelle Therapie der CMD
- Mobilisation und Manipulation der HWS und des Kiefergelenks
- Behandlung myofaszialer Triggerpunkte bei CMD
- Haltungsschulung und motorische Kontrolle bei CMD
- Dry Needling von Triggerpunkten und Akupunktur bei CMD
- Schmerzpsychologische Aspekte

1. Auflage 2021, Softcover, 322 Seiten, 100 Abb.  
ISBN 978-3-86867-532-0, Artikelnr.: 30256

€ 68,00



Peter Fischer

### Rücken-Fitness-Navigator

Übungen für die Wirbelsäule

Das Praxisbuch „Rücken-Fitness-Navigator“ ist der ideale Begleiter für alle, die ihre Rücken-Schwachpunkte mit Hilfe einfacher und effektiver Übungen selbstständig aufspüren und ausgleichen möchten. Viele alltagsbedingte Rückenbeschwerden lassen sich dadurch lindern und behandeln. Die im Buch vorgestellten Übungen sind praxistauglich und ohne besondere Hilfsmittel überall umsetzbar. Ihr Schwierigkeitsgrad lässt sich variieren, somit sind alle Übungen sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. Zudem enthält jede Übung einen Test, der Übungsfortschritte sichtbar macht und Ihnen darüber Auskunft gibt, ob und wie lange geübt werden soll. Dies ermöglicht ein gezieltes und somit effektives, sicheres und zeitsparendes Üben. Zudem weckt das Testziel den spielerischen Ehrgeiz und motiviert dazu dranzubleiben.

Ein besonderes Highlight ist der „Navi“: Die schematische Abbildung eines Menschen, in der die unterschiedlichen Körperregionen mit Seitenzahlen bezeichnet wurden. Dies ermöglicht schnell und gezielt die Tests und Übungen zu finden, die für Ihren Problembereich am wichtigsten sind.

1. Auflage 2020, Softcover, 200 Seiten, 265 Abb.  
ISBN 978-3-86867-400-2, Artikelnr.: 30126

€ 19,80



Marjan Laekemann | Roland Kreutzer

## Palpation in Vivo

Anatomische Strukturen gezielt lokalisieren und palpieren

Das ideale Praxishandbuch zum Lernen, Üben, Trainieren und Verfeinern Ihrer „Handfertigkeiten“ auf dem Gebiet der Palpationsanatomie.

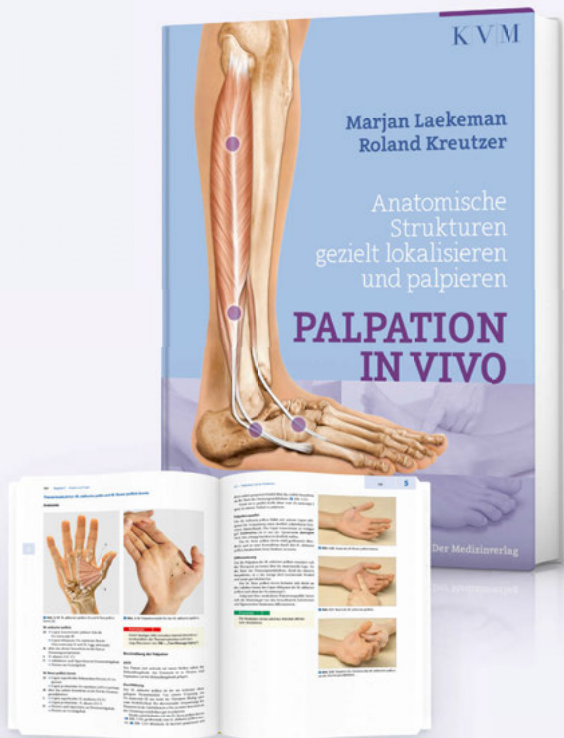
Dieser Bildatlas ist ein Arbeitsbuch und Nachschlagewerk für Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten, Ärztinnen und Ärzte, Osteopathen, Masseurinnen und Masseure sowie Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker – Professionen, die das Bewegungssystem mit ihren Händen untersuchen und behandeln. Es geht um ihr tägliches „Handwerk“, das schnelle gezielte Er tasten, Auffinden und Beurteilen anatomischer Strukturen.

Alle Körperregionen (Kopf, Rumpf, obere und untere Extremität) werden berücksichtigt, alle therapeutisch relevanten Strukturen werden so knapp wie möglich und ausführlich wie nötig dargestellt.

2., korrigierte Auflage 2016, Hardcover, 504 Seiten, 950 Abb.

ISBN 978-3-86867-330-2, Artikelnr.: 30177

UVP € 99,95



Matthias Elzer

## Angewandte Kommunikation in der Physiotherapie

Ein Kurzlehrbuch mit Praxisbeispielen

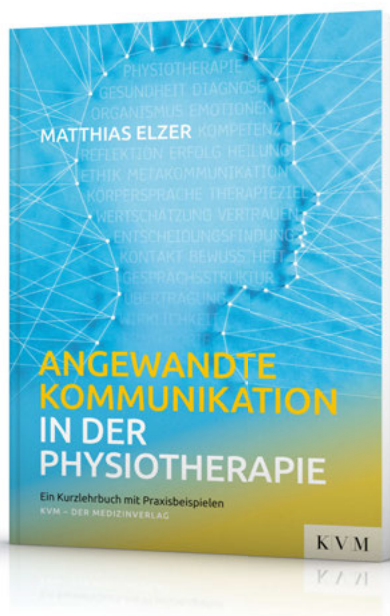
„Angewandte Kommunikation in der Physiotherapie“ ist eine Art Leitfaden für Ausbildung, Studium, Weiterbildung und Reflexion therapeutischen Handelns in der täglichen Praxis der Physiotherapie. Die breit angelegten theoretischen Grundlagen werden mit vielen Beispielen aus der Kommunikation und Interaktion mit Patienten veranschaulicht. Im Zentrum steht das Gespräch mit den Patient/-innen, das in einem professionellen Setting der therapeutischen Beziehung stattfindet.

Therapieziele, „schwierige Patient/-innen“, interkulturelle Aspekte und Gruppenphänomene erfordern reflektierte Gesprächstechniken und Beratungskompetenzen bei Patient/-innen mit unterschiedlichen Gesundheitsproblemen und Lebensalter. Ein weiterer Teil richtet sich auf die Kommunikation in der Berufsgruppe z. B. in der Leitungsfunktion von Praxen und Abteilungen. Kommunikation gelingt häufig nicht, sie ist voller Fallstricke, Missverständnisse und auch Komik. Reflexion und Metakommunikation sind essenzielle Kompetenzen, damit Kommunikation in der Physiotherapie gelingt.

1. Auflage 2019, Softcover, 184 Seiten, 11 Abb.

ISBN 978-3-86867-416-3, Artikelnr.: 30252

€ 24,80





Bernard C. Kolster | Klaus-Peter Valerius | Dietmar Seidenspinner  
Volker Kopp | Gereon Berschin | Markus M. Voll

### Bildatlas medizinisches Gerätetraining

Grundlagen | Anatomie | Training

Zielgruppenspezifisch werden die wichtigsten Grundlagen zu Anatomie, Physiologie sowie zum Training und zur Trainingspraxis erläutert. Alle wichtigen Muskeln des Bewegungsapparates werden farbig illustriert dargestellt. Zusätzlich werden Ursprung, Ansatz, Innervation und ihre Funktionen und Synergisten in Stichpunkten übersichtlich erläutert. Hochwertige Fotos zeigen die Zielmuskeln und Synergisten sowie Ausgangsstellung, Ausführung und Variation der einzelnen Übungen. Mögliche Fehlerquellen bei der Ausführung werden besonders hervorgehoben.

1. Auflage 2008, Hardcover, 208 Seiten, 339 Abb.  
ISBN 978-3-932119-65-1, Artikelnr.: 30010

**UVP € 19,95 (~~€ 29,00~~)**



Jörg M. Jäger | Karsten Krüger (Hrsg.)

### Der Muskel im Sport

Anatomie | Physiologie | Training | Rehabilitation

Das Buch gliedert sich in vier Hauptteile: Der anatomische Teil zeigt ausführlich alle wichtigen Muskeln anhand detaillierter Grafiken. Ursprung, Ansatz, Verlauf und Funktion werden übersichtlich dargestellt. Der physiologische Teil erklärt die Funktionsweisen der Muskelsysteme. Der dritte Teil widmet sich den trainingstheoretischen Aspekten unter Berücksichtigung der anatomischen und physiologischen Zusammenhänge. Im vierten Teil geht es um präventive und rehabilitative Aspekte.

1. Auflage 2011, Softcover, 432 Seiten, 425 Abb.  
ISBN 978-3-932119-55-2, Artikelnr.: 30024

**€ 34,95 (~~€ 49,00~~)**



Jan Prinzhausen | Martina Herget

### Das Prinzhausen-Prinzip

Die Ernährungsstrategie zur Leistungssteigerung im Ausdauersport

Der Autor und die Autorin stellen hier ein auf wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhendes Ernährungskonzept vor. Sie erläutern verständlich die für die Ausdauerleistung relevanten Stoffwechselmechanismen und wie sie durch die Ernährung beeinflusst werden können. Kohlenhydratreduzierte Phasen wechseln sich mit kurzfristig kohlenhydratbetonten Phasen ab. Durch diese abgestimmte Vorgehensweise können sich das extensive Ausdauerleistungspotenzial und die Leistung bei intensiven Belastungen verbessern.

1. Auflage 2009, Softcover, 128 Seiten, 68 Abb.  
ISBN 978-3-940698-03-2, Artikelnr.: 30033

**€ 19,95**



1. Auflage 2011  
Softcover  
160 Seiten  
296 Abb.  
ISBN 978-3-940698-77-3  
Artikelnr.: 30092

**UVP € 19,95**

Gereon Berschin

## Handbuch Muskelaufbau

Grundlagen | Programme | Spezialtraining

Trainierende auf jedem Leistungsniveau, Fitnesstrainer/-innen und Sportstudierende finden in diesem Buch alles, was notwendig ist, um Krafttraining verstehen, analysieren und planen zu können. Der fundierte Grundlagenteil vermittelt knapp und nachvollziehbar die theoretische Basis des Muskelaufbaus und liefert Informationen zur optimalen Nährstoffversorgung während des Trainings. Der praktische Trainingsbaukasten bietet einen Fundus aus einer Vielzahl von Übungen und erläutert Ausführungsalternativen mit Freihanteln, Kabelzügen oder an Maschinen.



4. Auflage 2010  
Softcover  
152 Seiten  
210 Abb.  
ISBN 978-3-940698-37-7  
Artikelnr.: 30069

**UVP € 14,95**

Gereon Berschin | Markus M. Voll

## Hantel-Guide

Professionelles Hantel-Training für den gezielten Muskelaufbau

Der „Hantel-Guide“ stellt Profimethoden aus dem Bodybuilding für das Training aller wichtigen Muskelgruppen vor. Hochwertige Grafiken zeigen die Anatomie der Zielmuskulatur jeder einzelnen Übung. Klar strukturierte Begleittexte und anschauliche Fotoserien beschreiben jede Übung detailliert. Die Autoren geben zusätzlich Tipps zur Steigerung von Muskelumfang, Kraftausdauer und Maximalkraft.



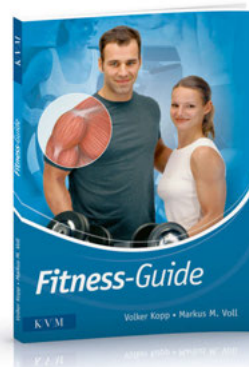
2. Auflage 2012  
Softcover  
152 Seiten, 200 Abb.  
ISBN 978-3-940698-88-9  
Artikelnr.: 30121

**€ 14,95**

Heike Drude | Markus M. Voll

## Fitness-Guide für Frauen

Der „Fitness-Guide für Frauen“ beinhaltet das komplette Workout-Programm für zu Hause und ist somit das ideale Buch für alle Frauen, die ihr körperliches Leistungsvermögen steigern möchten, um den vielfältigen Anforderungen des Alltags gewachsen zu sein. Das Buch gehört zu einer Reihe, die durch ihr innovatives didaktisches Konzept überzeugt. Hochwertige Grafiken zeigen die Anatomie der Zielmuskulatur jeder einzelnen Übung. Ausführliche und übersichtliche Begleittexte sowie anschauliche Fotoserien beschreiben jede Übung detailliert. Trainingspläne für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene helfen, die Fitness individuell zu verbessern.



2. Auflage 2014  
Softcover  
144 Seiten, 185 Abb.  
ISBN 978-3-86867-233-6  
Artikelnr.: 30147

**UVP € 14,95**

Volker Kopp | Markus M. Voll

## Fitness-Guide

Trainierende auf jedem Leistungsniveau, Fitnesstrainer/-innen und Sportstudierende finden in diesem Buch alles, was notwendig ist, um Fitnesstraining verstehen, analysieren und planen zu können. Das ideale Buch für alle, die mit Muskelaufbau, Fitness- und Ausdauertraining ihr Wohlbefinden steigern möchten.

- Grundlagen zu Trainingstheorie und -praxis kennenlernen!
- Muskeln gezielt aufbauen! Kraft und Ausdauer verbessern!
- Trainingsmöglichkeiten im Studio optimal nutzen!



Christian Haase

## 50 Box-Übungen

Kartenset mit 50 Übungen für dein Crosstraining

Kompakte Trainingskarten im Spielkartenformat mit einer Auswahl von 50 Übungen, die Ihnen beim Crosstraining in der Box begegnen. Auf der Vorderseite beschreiben Bilder die Ausführung, auf der Rückseite finden Sie ergänzende Infos zu Trainingseffekten, Skalierungsmöglichkeiten und zur beanspruchten Muskulatur.

Praktisch, übersichtlich und immer griffbereit in der Sporttasche. Ideal zum Nachschlagen zwischen den Trainingseinheiten oder vor einem Workout.

1. Auflage 2022, 57 Karten (Format: 74 × 105 mm), 120 Abb.  
ISBN 978-3-86867-590-0, Artikelnr.: 30322

€ 12,80



## Sensotape® Sensotape®-Schere

Das Sensotape® ist ein kinesiotologisches, elastisches Band. Es besteht aus einem 100%igen Baumwollstoff mit einer haftenden Acrylbeschichtung auf der Rückseite. Es ist latexfrei, hypoallergen und atmungsaktiv, sodass Hautirritationen oder -reizungen verhindert werden. Die guten Wärmeeigenschaften der Acrylbeschichtung tragen zur Hautfreundlichkeit des Produkts bei. Darüber hinaus ist Sensotape® wasserresistent und muss deshalb nicht beim Duschen oder Baden abgenommen werden.

**Sensotape® Blau**  
Artikelnr.: 20001  
€ 8,95

**Sensotape® Beige**  
Artikelnr.: 20006  
€ 8,95

**Sensotape®-Schere**  
Artikelnr.: 20003  
€ 12,95

**Sensotape® Rot**  
Artikelnr.: 20002  
€ 8,95

**Sensotape® Schwarz**  
Artikelnr.: 20005  
€ 8,95

Je Rolle 5 m × 5 cm



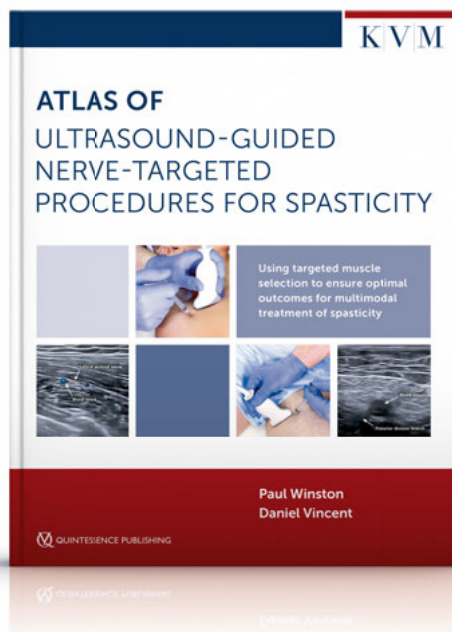
RATGEBER GESUNDHEIT &  
ERNÄHRUNG

ÄSTHETISCHE MEDIZIN

ANATOMIE & HUMANMEDIZIN

PHYSIOTHERAPIE &  
SPORTMEDIZIN

→ **ENGLISH BOOKS**



Paul Winston | Daniel Vincent

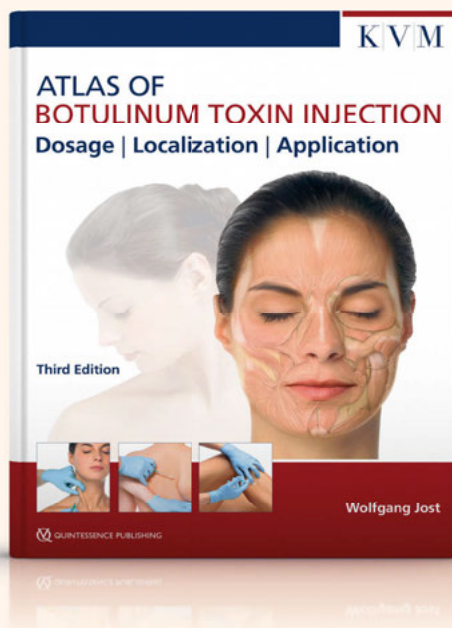
### Atlas of Ultrasound-Guided Nerve-Targeted Procedures for Spasticity

Dr Paul Winston is a Clinical Associate Professor in Physical Medicine and Rehabilitation. He is the past president of the Canadian Association of Physical Medicine and Rehabilitation and cofounder of the Canadian Advances in Neuro-Orthopedics for Spasticity Consortium. Dr Vincent is an Interventional Anesthesiologist. The University of British Columbia physicians cofounded the Victoria Peripheral Nerve and Spasticity Clinic to create optimal care pathways for patients with spasticity. They are innovators in the use of ultrasound-guided diagnostic nerve blocks to predict outcomes and select the best treatment as well as pioneers in new cryoneurolysis for spasticity.

The Atlas is the ultimate working aid for everyone wanting to improve clinical outcomes and offer optimal care to patients with spasticity. The diagnostic nerve block is a technique to efficiently choose the most appropriate muscles and offer the best treatment, from botulinum neurotoxin to phenolization to surgery to new interventions.

1st Edition 2023, Hardcover, 180 pp, 300 colour illus  
978-1-78698-128-8, Stock No.: 30321

€149



Wolfgang Jost

### Atlas of Botulinum Toxin Injection

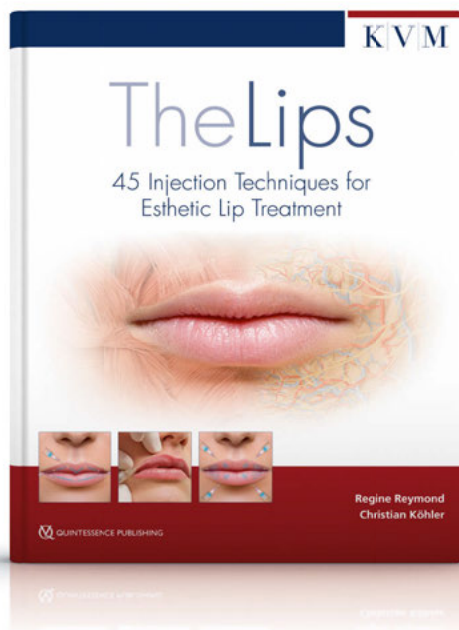
Dosage | Localization | Application

There have been significant advances in the use of botulinum toxin since the first edition of this book. In the meantime, it has become the treatment of first choice in a variety of indications, and is now also a firmly established therapy option in many additional indications in neurology, pediatric medicine, dermatology, urology, and the treatment of pain. In its new edition, the Atlas retains its tried and tested structure: the key muscles that can be treated with botulinum toxin are presented individually. A few muscles, that as the deep muscles of the neck, have been added. All these structures are grouped according to body region and illustrated with the aid of elaborate anatomical drawings. Of course, the revision takes into account new findings of recent years, especially the establishment of sonography as the most important tool for rapid orientation and safe injection; moreover, all the information and techniques from the previous edition have been reviewed and brought up to date, where necessary.

The book is aimed principally at neurologists, dermatologists, ophthalmologists, and pediatricians, and represents a reliable and cutting-edge guide for all those who want to provide work botulinum treatments speedily and safely.

3rd Revised Edition 2019, Hardcover, 296 pp, 550 colour illus  
978-1-78698-030-4, Stock No.: 30262

€149



Regine Reymond | Christian Köhler

## The Lips

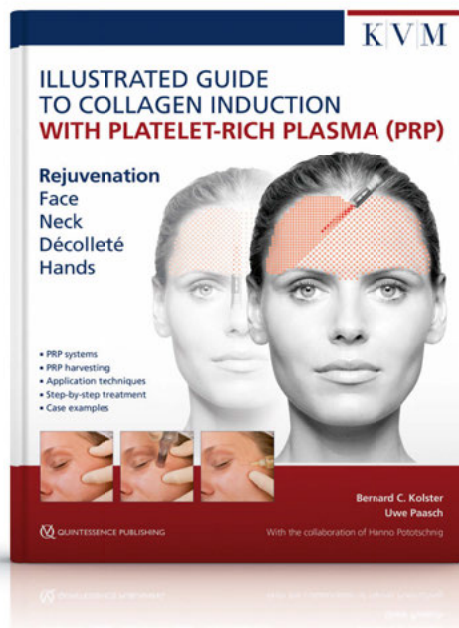
45 Injection Techniques for Esthetic Lip Treatment

Lip treatment is a challenge in the daily practice routine, even for experienced therapists. Individual patient requirements, a wide range of products and preparations as well as special conditions in pretreated lips require the treating practitioner to have sound specialist knowledge of the anatomy, the product properties, and the different techniques with possible associated risks.

In this book, all the relevant aspects of anamnesis, anatomy, treatment with hyaluronic acid fillers as well as injection techniques and their risks are presented in a comprehensible and user-friendly way. The content includes case examples, numerous practical tips and supplementary information, key-point summaries, and possible undesirable side effects of treatments. The authors provide important information to guide and assist practitioners of varying degrees of experience to independently prepare, perform, and optimize lip treatments in esthetic medicine. The techniques are presented in a full-color format with high-quality illustrations and diagrams. Practical and useful videos that visually demonstrate numerous techniques can be accessed via QR codes. This book is a must for every lip treatment practitioner.

1st Edition 2022, Hardcover, 356 pp, 640 colour illus  
978-1-78698-109-7, Stock No.: 30315

€128



Bernard C. Kolster | Uwe Paasch

## Illustrated Guide to Collagen Induction with Platelet-Rich Plasma (PRP)

Rejuvenation Face – Neck – Décolleté – Hands

In recent years, treatment with platelet-rich plasma, already firmly established in the treatment portfolio of orthopedic medicine, has also gained increasing popularity in esthetic dermatology. It involves the targeted work-up of blood components, namely the platelet-rich fraction (PRP) of the patient's own blood plasma, which is then reapplied. Sensational before-and-after images of treatment triumphs stimulated expectations and interest in this method throughout the world. There are now numerous studies that substantiate the effect of PRP in esthetic medicine.

The method is technically relatively simple, but is complex in itself. This suggested the idea of publishing a practice-based text that comprehensively describes and documents the use and effects of PRP in esthetic dermatology. All the relevant aspects of PRP application are described in this Illustrated Guide.

1st Edition 2019, Hardcover, 204 pp, 470 colour illus  
978-1-78698-029-8, Stock No.: 30253

€149



Gerhard Sattler | Uliana Gout

## Illustrated Guide to Injectable Fillers

Basics | Indications | Uses

Written by internationally renowned specialists, this book provides a practical, unique, step-by-step introduction to esthetic procedural techniques for injectable skin fillers, with the help of 380 outstanding didactic photos and anatomical graphics. The reader can further access invaluable and practical augmentation video sequences online via the QR codes contained in the book.

The book shows how to use fillers to rejuvenate the skin in the most common visible areas on the face, the neck, and on the back of the hands. Authentic case histories for procedures in the mid-face, periorbital region, nasolabial folds, lips, marionette lines, forehead, and chin are supported by photographic documentation. Practical product charts (»Filler navigator«), tips, and checklists are also included.

1st Edition 2016, Hardcover, 294 pp, 380 colour illus  
ISBN 978-1-85097-251-8, Stock No.: 30132

€149



Michael Kane | Gerhard Sattler

## Illustrated Guide to Aesthetic Botulinumtoxin Injections

Basics | Localization | Uses

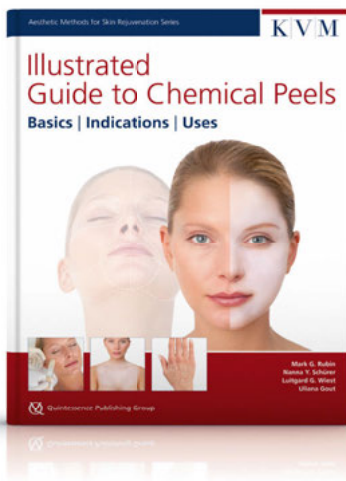
Written by internationally renowned specialists, Michael Kane and Gerhard Sattler, this book is a practical, unique, step-by-step guide to esthetic procedural techniques using botulinum toxin A injections.

With the help of 260 outstanding didactic photos and anatomical graphics, the book describes each facial procedure in terms of patient examination, the topography of the muscles, and the treatment. The reader can further access invaluable and practical augmentation video sequences online via the QR codes contained in the book. Authentic case histories for procedures on the forehead, glabella, brow, lower eyelid, bunny lines, marionette lines, nasolabial folds, cheeks, gummy smile, upper and lower lip, chin, neckline, and décolletage are supported by photographic documentation. Practical tips, pitfalls, and checklists are also included.

1st Edition 2014, Hardcover, 170 pp, 260 colour illus  
ISBN 978-1-85097-250-1, Stock No.: 30131

€149





Mark G. Rubin | Nanna Y. Schürer | Luitgard G. Wiest | Uliana Gout

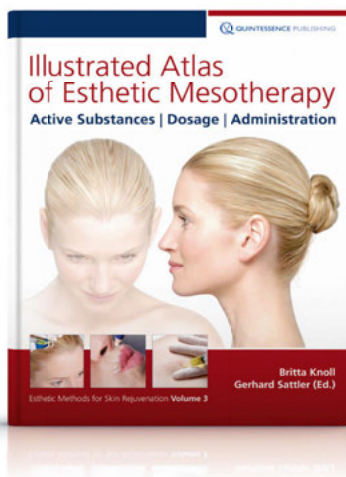
### Illustrated Guide to Chemical Peels

Basics | Indications | Uses

Written by a team of internationally renowned authors, this book provides a practical, unique, step-by-step introduction to chemical peels with the help of outstanding didactic photos and anatomical graphics. Starting with basic current knowledge, the book provides the information needed for a successful peel, be it superficial, medium-depth or deep. The book combines experiences compiled internationally over several decades with those gathered by the authors themselves. Authentic, photographically documented histories of selected cases provide an impression of the efficacy and lasting results of this treatment method.

1<sup>st</sup> Edition 2014, Hardcover, 280 pp, 390 colour illus  
ISBN 978-1-85097-252-5, Stock No.: 30133

€149



Britta Knoll | Gerhard Sattler (Eds)

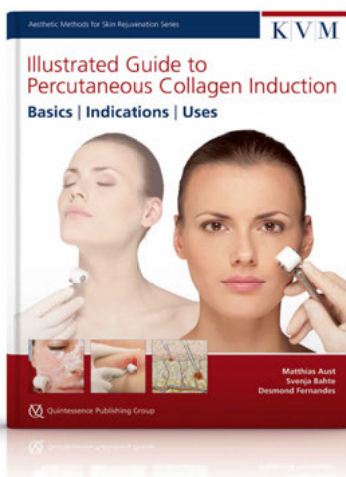
### Illustrated Atlas of Esthetic Mesotherapy

Active Substances | Dosage | Administration

Mesotherapy is a simple and effective treatment method. It involves the targeted administration of active medicinal substances into the skin and connective tissue in the form of microinjections. The method was developed more than 50 years ago by Michel Pistor in France, where it is regarded as an established procedure. This book provides a step-by-step introduction to the practice of mesotherapy, with the help of 165 colour illustrations. Procedures including skin rejuvenation (Mesolift), treatment of hair loss (Mesohair) and the treatment of local fat pads and cellulite are demonstrated in detail. The Basics section of the book describes the active substances, legal issues, materials and techniques, while the Practical section goes into regional methods, pre- and post-treatments and combined therapy options. Photographic case histories confirm the authentic benefits and efficacy of mesotherapy.

1<sup>st</sup> Edition 2012, Hardcover, 138 pp, 165 colour illus  
ISBN 978-1-85097-232-7, Stock No.: 19161

€149



Matthias Aust | Svenja Bathe | Desmond Fernandes

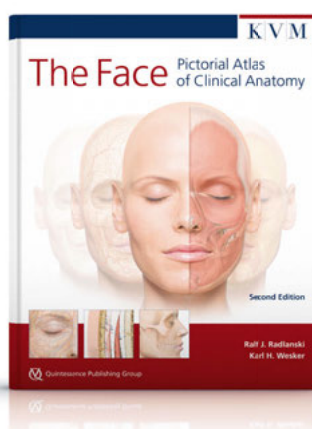
### Illustrated Guide to Percutaneous Collagen Induction

Basics | Indications | Uses

Written by the team of international authors who first described the method of percutaneous collagen induction, better known as »needling«. This book provides a vivid, practically oriented, and holistic description of a highly efficient and previously little-known treatment approach for skin regeneration. Using impressive case histories, 300 outstanding didactic photos, anatomical graphics, and convincing scientific data, the authors confirm the method's efficacy for the rejuvenating treatment of skin conditions such as scars, lines, sagging skin, and stretch marks. This attractively illustrated and clearly structured step-by-step guide takes the reader through the basics of the method's mechanism of action, perioperative organization, and indication-related uses, highlighting the latest devices and providing expert practical tips.

1<sup>st</sup> Edition 2013, Hardcover, 224 pp, 434 colour illus  
ISBN 978-1-85097-253-2, Stock No.: 30134

€149



Ralf J. Radlanski | Karl H. Wesker

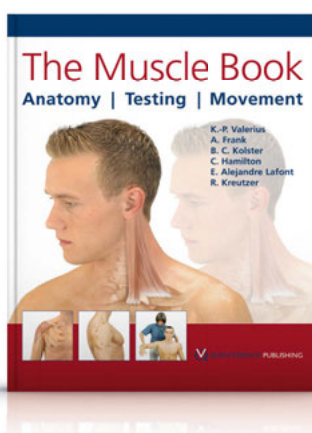
### The Face – Pictorial Atlas of Clinical Anatomy

For the first time, the highly complex topographic-anatomical relationships of facial anatomy are depicted layer by layer using extremely detailed anatomical illustrations with a three-dimensional aspect. Important landmarks, anatomical details, and clinically relevant constellations of hard and soft tissues, as well as of nerves and blood vessels, have been detailed. Another important feature is that the point of view is maintained throughout while moving through the different layers of preparation. While the accompanying text and figure captions highlight specific issues, the images remain in the foreground.

The elaborate illustrations are based mainly on live anatomy and corresponding images obtained from magnetic resonance imaging, with some support from anatomical preparations.

2nd Edition 2015, Hardcover, 368 pp, 380 colour illus  
ISBN 978-1-85097-290-7, Stock No.: 30175

€148



Klaus-Peter Valerius | Astrid Frank | Bernard C. Kolster  
Christine Hamilton | Enrique Alexandre-Lafont | Roland Kreutzer

### The Muscle Book

Anatomy | Testing | Movement

The Muscle Book is an essential reference for anyone concerned with the locomotor apparatus, its training, its disorders, and its treatment. Written in collaboration with an interdisciplinary team of anatomists, medical professionals, physiotherapists, and athletes, this unique atlas provides a beautiful and comprehensive overview of the human muscular system. Each section is organized according to muscle region and explains the position and function of individualized muscles. Wherever possible, anatomical drawings are shown in conjunction with in vivo photographs to facilitate the identification and palpation of muscles. Descriptions include muscle origin, insertion, and nerve supply, and muscle functions are listed in relation to synergists and antagonists involved in any movement. The function assessment includes practical tips, clinical caveats, and relevant stretching techniques. An essential primer in the functional anatomy of the locomotor apparatus.

1st Edition 2011, Softcover, 432 pp, 880 colour illus  
ISBN 978-1-85097-213-6, Stock No.: 18471

€32.90



Roland Kreutzer | Klaas Stechmann | Hendrik Eggers | Bernard C. Kolster

### Flossing

This is the world's first book on flossing, providing a systematic overview of the potential uses and positive effects of this method: rapid pain relief and effective, low-resistance musclebuilding. Among other things, flossing produces rapid pain relief by influencing the fascias or fascia system without exposing the body to medication. The method's possibilities and limitations, along with its theoretical basis, are described in detail in this book. Flossing as a practical treatment is demonstrated mainly in the symptomatic conditions listed, with step-by-step explanations. This ensures that each flossing wrap and active exercise is easy to understand and can be readily implemented.

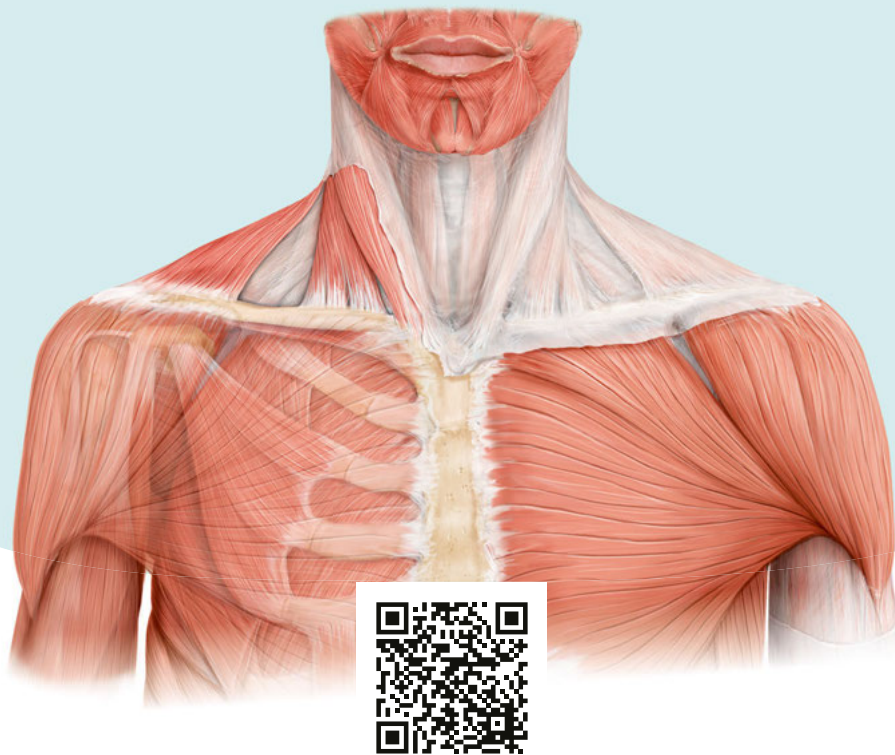
1st Edition 2016, Softcover with DVD, Running time: 30 minutes 104 pp, 240 colour illus  
ISBN 978-1-85097-296-9, Stock No.: 30199

€19.85

# K|V|M

Weitere Produkte und digitale Medien aus den Bereichen Medizin, Physiotherapie, Naturheilverfahren, Ernährung und Bewegung, finden Sie in unserem Onlineshop:

**[www.kvm-verlag.de](http://www.kvm-verlag.de)**



Möchten Sie aktuelle News per E-Mail erhalten?  
Abonnieren Sie jetzt den kostenlosen KVM-Newsletter!

# kvm-verlag verlagsprogramm 2024

**KVM – Der Medizinverlag**  
Ein Unternehmen der  
Quintessenz Verlags-Gruppe  
Ifenpfad 2–4, 12107 Berlin  
Germany

## Bestellen

Fax: +49 (0)30 761 80 692  
Tel.: +49 (0)30 761 80 647  
E-Mail: [kvm@quintessenz.de](mailto:kvm@quintessenz.de)

## Sekretariat

Bettina Thun  
Tel.: +49 (0)30 761 80 616  
E-Mail: [info@kvm-verlag.de](mailto:info@kvm-verlag.de)

## Verleger

Dr. med. Bernard C. Kolster



[Instagram.com/kvm\\_verlag](https://www.instagram.com/kvm_verlag)  
[facebook.com/KVMverlag](https://www.facebook.com/KVMverlag)

