FÜR SIE GELESEN

IMMUNSYSTEM – so stärke ich meinen Bodyguard**Die eigene Abwehr optimieren**

Autor: Robert G. Koch

Beobachter-Edition, ISBN 978-3-03875-292-9,

2. akt. Aufl. 224 Seiten,

Preis: als Taschenbuch ab 43.90 CHF,

als eBook ab 36.90 CHF

Mit sicherem Instinkt hat Robert G. Koch bereits 2019 das Immunsystem als Thema für seinen neuen Ratgeber und sogar eine Abbildung des mittlerweile bekannten Corona-Virus gewählt. Beim Erscheinungsdatum der Erstauflage am 1.11.2019 waren wohl erste Corona-Fälle in der Umgebung des Tiermarktes von Wuhan ausgebrochen, aber von den Behörden unter Verschluss gehalten worden. Erst am 31.12.2019 meldete China der WHO eine mysteriöse Lungenkrankheit, am 7.1.2020 wurde das neuartige SARS-CoV-2-Virus identifiziert. Nachdem über 200 Länder betroffen und mehr als 126 Millionen Patienten infiziert worden waren, hat die WHO am 11.3.2020 die Pandemie ausgerufen.

Der Autor Robert G. Koch ist Facharzt FMH für Allgemeinmedizin und Akupunktur/TCM, sein Spezialgebiet ist Anti-Aging. Aus seiner Zeit als Leiter der Ausbildungskommission der Schweizerischen Ärztesellschaft für Akupunktur und Referent für TCM an der Universität Zürich ist er sicherlich mancher Kollegin, manchem Kollegen noch in bester Erinnerung. Dass er in jüngster Zeit weniger häufig an Kongressen in Erscheinung trat, liegt daran, dass er seinen Aufenthalt zwischen Zürich und Thailand teilt, wo er sich dem Schreiben seiner Bücher widmet. Sein jüngstes Buch heißt „Immunsystem – so stärke ich meinen Bodyguard“ und ist in der Reihe der Beobachter-Ratgeber erschienen. „Der Beobachter“ ist ursprünglich eine seit 1926 erscheinende schweizerische Konsumenten- und Beratungszeitschrift, die seit 2016 als Joint Venture der Ringier AG und der Axel Springer SE herausgegeben

wird. Der Beobachter ist eine urschweizerische Institution, welche vor allem in der Rechtsberatung benachteiligter Menschen eine große Rolle spielt. Mit dem vom Beobachter lancierten Prix Courage werden beispielsweise Menschen ausgezeichnet, welche Zivilcourage bewiesen haben. In der Reihe „Beobachter Edition“ erscheinen seit Jahren Ratgeber zu finanziellen, juristischen und gesundheitlichen Themen.

Im vorliegenden topaktuellen Band von Robert G.

Koch „Immunsystem – so stärke ich meinen Bodyguard“ finden sich auf sorgfältig gestalteten 224 Seiten spannende Themen, die sowohl für Mediziner wie auch für Laien nützliche Informationen enthalten. Nebst der hervorragenden grafischen Gestaltung soll besonders der Anhang hervorgehoben werden: Wir finden dort nicht nur eine tabellarische Zusammenstellung der positiven und negativen Einflüsse auf das Immunsystem, ein Glossar mit den medizinischen Fremdwörtern, ein Quellenverzeichnis mit weiterführenden Literaturangaben und – besonders verdienstvoll – ein 9-seitiges Stichwortverzeichnis von Abszess bis Zytostatika. Gerade Stichwörter vermisst man in den meisten Akupunktur-Lehrbüchern, wahrscheinlich weil sie einen besonderen Aufwand bedeuten.

Wer nach der Lektüre des besprochenen Buches Lust nach mehr verspürt –

und es hat durchaus Suchtpotential – ein Tipp zum Schluss: Vom selben Autor sind bereits „Der Schlüssel zum Gehirn – nutze Dein Potential“ und „Mein Anti-Aging-Coach“ erschienen, ebenfalls in der Reihe Beobachter-Ratgeber. ■

Abb. 1: Titelblatt des Buches

Abb. 2: Portrait des Autors

Für Sie gelesen hat:

Dr. med. Andreas Wirz-Ridolfi

Spezialarzt FMH für Chirurgie, Akupunktur, TCM
im langen Loh 11

CH-4054 Basel

andy.wirz@gmail.com