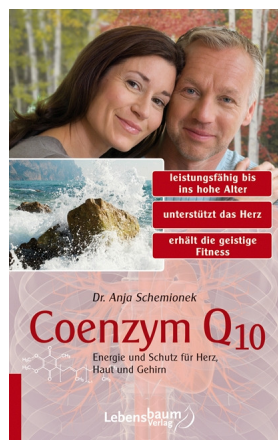
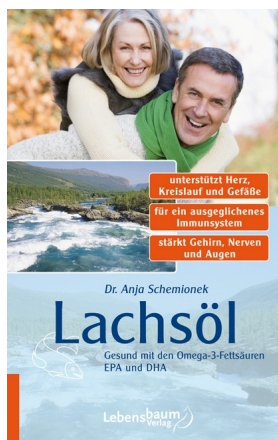


# PRESSEMITTEILUNG

## Wegweiser durch die Welt der natürlichen Vitalstoffe

Der LebensBaum Verlag startet eine neue Gesundheitsreihe



weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

## Gesund bleiben mit den Schätzen der Natur

Lachsöl, Spirulinaalgen, die Grünlippmuschel. Viele Substanzen aus der Natur lassen sich nutzen, um den Körper für die gestiegenen Anforderungen einer immer schneller werdenden Welt zu wappnen. Doch schnell verliert der Verbraucher den Überblick angesichts einer Vielzahl von Angeboten, die ihm bis ins hohe Alter Leistungsfähigkeit und Beweglichkeit verheißen. Eine neue Reihe des LebensBaum Verlages will Abhilfe schaffen: Die Bücher stellen kompetent, unterhaltsam und wissenschaftlich fundiert die wichtigsten Nahrungsergänzungsmittel vor und zeigen, wie mithilfe der Natur Organe gestärkt und das Immunsystem ausgeglichen werden kann.

„Wer regelmäßig Lachsöl zu sich nimmt, kann durch die darin enthaltenen Omega-3-Fettsäuren hohe Blutfettwerte senken und wichtige Risikofaktoren für den Herzinfarkt ausschalten“, sagt der Internist Dr. med. Peter Singer. Doch nicht nur der Lachs kann den menschlichen Körper maßgeblich dabei unterstützen, bis ins hohe Alter belastbar zu bleiben: Auch für die Grünlippmuschel, die Alge Spirulina, das vor allem in Karotten enthaltene Lutein, das Coenzym Q10 und Glucosamin konnte der medizinische Nutzen nachgewiesen werden. Die Anwendungsgebiete sind breit gefächert und reichen vom Auge über die Gelenke bis hin

zum Herz-Kreislauf-System. Häufig kann die Ergänzung des Speiseplans mit einem Vitalstoff aus der Natur auch Abhilfe schaffen bei diffusen Symptomen wie Müdigkeit und Abgeschlagenheit, für die sich keine medizinische Diagnose finden lässt. Das Altern lässt sich so zwar nicht aufhalten, jedoch wesentlich angenehmer gestalten.

Jeder Vitalstoff hat sein eigenes Profil und unterstützt den Körper in besonderer Weise - die neue Gesundheitsreihe des LebensBaum Verlages geht daher in jedem Band zunächst auf biologische Grundabläufe des Körpers ein: Wie funktioniert das Sehen? Warum übertrifft das Gelenk jedes jemals in der Industrie gefertigte Scharnier? Woraus setzt sich das Blut zusammen und welche Rolle spielen da die Fettsäuren? Und was brauchen diese Wunderwerke der Natur, um gesund zu bleiben?

Eine große Rolle spielt dabei die Ernährung, deshalb enthalten die Bände viele Rezepte mit Zutaten, in denen die Vitalstoffe hochkonzentriert enthalten sind. Die Autorinnen erklären gut verständlich, woher die Vitalstoffe stammen, wie ihr Nutzen für den Menschen entdeckt wurde und wie sie den Organismus in seiner Funktion unterstützen können. Außerdem bieten sie weitere Anregungen, mithilfe von leicht in den Alltag zu integrierenden Übungen die eigene Gesundheit zu stärken.

Das übersichtliche grafische Konzept mit prägnant erklärenden Illustrationen macht die Lektüre kurzweilig und erfreulich effektiv für die eigene Gesundheit.



Umfang: ca. 63 Seiten  
Preis: (D) 5,80 €

## ÜBER DIE AUTOREN

Sämtliche Ratgeber der LebensBaum-Reihe stammen aus der Feder renommierter Wissenschaftsjournalisten. Die Diplom-Biologin **Dr. Anja Schemionek** hat die Titel „Glucosamin & Chondroitin“, „Lachsöl“ und „Coenzym Q10“ verfasst - sie widmet sich als freie Autorin, Dozentin und Lektorin insbesondere den ganzheitlichen und natürlichen Heilmethoden. Auch **Jutta Oppermann** studierte Biologie. Sie hat zahlreiche Sachbücher und - artikel zu Heilpflanzen und Wirkstoffen aus der Natur verfasst und ergänzt die neue Reihe mit dem Titel „Spirulina“. **Birgit Kahle** studierte Sportwissenschaften und arbeitet als Journalistin und Autorin. Neben dem Titel „Grünlippmuschel“ verfasste sie eine Reihe weiterer Fachbücher.

## ÜBER DEN VERLAG

Was ist das Wesentliche im Leben?  
Eine Antwort wird immer wieder auftauchen: Gesundheit!  
Wir leben in Zeiten, in denen immer mehr von uns gefordert wird und wir flexibel auf vielfältige Veränderungen reagieren müssen. Daher ist es wichtiger denn je, Freundschaft zu schließen mit dem eigenen Körper und zu lernen, ihn in der Balance zu halten - auf möglichst natürliche und schonende Weise.

Publikationen des LebensBaum Verlages stehen in der Kamphausen Mediengruppe\* für Anregungen zur richtigen Ernährung und den zeitgemäßen Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln, um das Immunsystem gesund zu halten und neue Energie zu tanken.

\* Die J. Kamphausen Mediengruppe mit den Verlagen J.Kamphausen, Aurum, Theseus, Lüchow und LebensBaum sowie der Tao Cinemathek wurde 1983 in Bielefeld gegründet und beschäftigt heute 25 feste und freie Mitarbeiter. Das Lieferprogramm umfasst mehr als 700 Titel aus den Themenbereichen Persönlichkeitsentwicklung, ganzheitliche Gesundheit und Wirtschaft. Einzelne Titel erreichen Auflagen von bis zu 450.000 Exemplaren. Der Jahresumsatz lag 2009 bei vier Millionen Euro.

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

## PRESSEKONTAKT

Andreas Klatt  
Presse & Öffentlichkeitsarbeit  
J.Kamphausen | Mediengruppe  
Buddestr. 9-15  
33602 Bielefeld  
Fon +49 (0)521 56052 230  
Fax +49 (0)521 5605229  
[andreas.klatt@j-kamphausen.de](mailto:andreas.klatt@j-kamphausen.de)

Weitere Pressemitteilungen und Infos finden Sie im Pressebereich unter:  
[www.weltinnenraum.de](http://www.weltinnenraum.de)

Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne druckfähiges Bildmaterial für Ihre Berichterstattung zur Verfügung.

Abdruck honorarfrei, Beleg erbeten.