

Leserbriefauszüge: Warum sollen Knochen wehtun

Bis jetzt habe ich mich nie mit dem Bindegewebe beschäftigt und mir deshalb keine Gedanken über dessen Bedeutung gemacht. Der klare Text, die Bebilderung und die räumliche Darstellung des Buches bringen mir das unbekannte Bindegewebe ganz nahe und ich staune, welche wichtigen und großartigen Aufgaben das Bindegewebe für unseren Körper erfüllt. Faszinierend!

Margarete Leiser, Vachingen

Ein gutes Buch, das den körperlichen Übeln auf den Grund geht und Lösungen aufzeigt. Es ist leicht und verständlich zu lesen, obwohl es ein Sachbuch ist. Die farbigen Illustrationen sind originell und informativ. Als Leser bekommt man das Anliegen der Autorin vermittelt, wie lebenswichtig das Bindegewebe ist. Wie schon im Wort enthalten, es bindet und verbindet. Der gesamte Stoffwechsel durchdringt diese feinen elastischen Strukturen, die dem Menschen nicht nur in seinem Körper, sondern auch seiner Seele Halt geben. Negatives Denken und eine belastende Biografie können dieses differenzierte Gewebe aufs Stärkste stören und das Immunsystem schwächen mit krankmachenden Folgen. Dieses handliche Buch mag ich gerne auf meine verschiedenen Reisen mitnehmen, um daran nachzuschlagen, aber auch, um es anderen zu empfehlen.

Barbara Viktoria Lang, Heilpraktikerin, Dachau

...das Buch ist sehr schön und übersichtlich aufgemacht. Die Bilder an der Seite sind echte Hingucker und verdeutlichen ganz klar, wie was funktioniert, so z.B. die Bilder über das Atmen. Sie kann ich sehr gut im Unterricht mit meinen Flötenschülern verwenden.

Irmela Nolte, Musikerin, Bad Breisig

Dieses Buch stellt die verschiedenen Arten unseres körpereigenen Bindegewebes vor, sowie dessen ungeheuer vielfältigen Funktionen und Aufgaben in unserem Organismus. Das geht von der Haut über die Knochen, den Knorpel, die Muskeln und Faszien bis zu den Körper- und Abwehrzellen. Für die zentrale gesundheitliche Bedeutung des Bindegewebes hat mir das Buch die Augen geöffnet. Jetzt weiß ich, dass mein Bindegewebe weitaus mehr kann, als im Alter zu erschlaffen! Ich finde es unglaublich, wie viele Krankheiten und Beschwerden ihre Wurzeln in einem aus der Balance geratenem Bindegewebe haben können. Dies gilt besonders für alle Arten von „Knochenschmerzen“ und den wie verbreiteten sogenannten „Bandscheibenvorfällen“ .

Leserbriefauszüge: Warum sollen Knochen wehtun

Zum Glück ist das Buch auch für Menschen ohne umfangreiche physiologische Kenntnisse verständlich geschrieben und so ein unschätzbares Hilfsmittel zur Selbsthilfe. Es gibt viele Tipps und Hinweise, wie wir selber unser Bindegewebe unterstützen, gesund und leistungsfähig erhalten und so gravierende körperliche Beschwerden und Schmerzen vermeiden können. Ich kann es nur wärmstens empfehlen.

Dr. Regina Kühne, Hamburg

Das neue Buch von Ina Parsons einfach großartig, interessant und sehr lehrreich. Ich habe mich gleich auf meinen Balkon gesetzt, erst geblättert und dann mich festgelesen. Es liest sich leicht und verständlich und ist sehr hilfreich.-

G. Hörmann, München