

Presseinformation

Apotheker Mannfried Pahlow

## Hausapotheke

Bewährte Hausmittel zur Selbstbehandlung  
von Alltagsbeschwerden

Neuaufgabe 2020, 143 Seiten, 24 x 17 cm,

Broschur mit Fadenheftung,

ISBN 978-3-947021-18-5

€ 14,95 / SFr 19,90



### Die kleinen Leiden des Alltags selbst behandeln!

Unsere Vorfahren wussten sich bei alltäglichen Beschwerden, Verletzungen und Unpässlichkeiten auf ebenso einfache wie praktische Weise selbst zu helfen – mit Mitteln aus Garten, Wiese oder Wald. Und was sich bewährte, wurde von Generation zu Generation weitergegeben.

Inzwischen erfahren die sanften Naturheilmittel und alterprobten Hausrezepte zunehmend wieder Beachtung bei Erkältungen, Magen- und Darmbeschwerden, Rheuma, Gicht, Hexenschuss, Schlafstörungen, depressiven Verstimmungen, Kinderkrankheiten, Frauenbeschwerden, Altersleiden, Hautproblemen, leichten Verletzungen, Abszessen, Verbrennungen und vielem mehr.

Der Autor führt aus dem alten Hausmittelschatz detailliert Rezepturen auf und beschreibt bewährte Dosierungen für Tees, Tinkturen, Tropfen, Arzneiweine, Salben, Emulsionen, Öle, Homöopathika und andere erprobte Heilmittel. Er gibt Anleitungen für Umschläge, Auflagen, Einreibungen, Wickel und Bäder und zeigt die Grenzen der Selbstbehandlung auf.

Verlässlich, praktisch, erprobt: Das Hausmittelbuch vom erfahrenen Apotheker!

Bezug: im Buchhandel  
oder via online-Shop beim Verlag

**ökobuch** Verlag  
GmbH  
Postfach 1126, 79216 Staufen  
Tel.: 07633-50613, Fax 50870  
www.oekobuch.de

***Mannfried Pahlow**, viele Jahre als Stadt- und Landapotheker tätig, hat aus seiner über Jahrzehnte entstandenen Sammlung Hausmittel und Heilmethoden zusammengetragen, die zur Selbstbehandlung empfehlenswert sind. Sein Buch ist seit 1992 in beachtlich vielen Auflagen erschienen und hier als kompakte Ausgabe neu aufgelegt.*