

### **Krüger, Karsten:**

Der stille Feind in meinem Körper : wie chronische Entzündungen uns krank machen und was wir dagegen tun können / Karsten Krüger. - München : Scorpio, [2017]. - 143 Seiten : Illustrationen, schwarz-weiß ; 22 cm  
ISBN 978-3-95803-113-5 kt. : EUR 17.99

Unbemerkte chronische Entzündungen im Körper, hervorgerufen z.B. durch Adipositas, Stress, Schlafmangel oder Rauchen, führen auf Dauer zu schwerwiegenden Erkrankungen (Diabetes mellitus, Arteriosklerose, Depression u.a.), so die These des Autors (Professor für Sport und Gesundheit an der Leibniz Universität Hannover). Gut verständlich werden wissenschaftliche Zusammenhänge (z.B. die Unterschiede zwischen akuter und chronischer Entzündung) erklärt, mögliche Entzündungsursachen aufgezeigt und dem Leser einfache, leicht umzusetzende Gegenmaßnahmen vermittelt. Zwar werden Fachtermini an "Ort und Stelle" erläutert, dennoch wäre hier ein Glossar angebracht. Unter "Merke" sind wichtige Informationen zusammengefasst, unter "Praxistipp" mögliche Hilfen zur Umsetzung der theoretischen Informationen in den praktischen Alltag. 11 Schwarz-Weiß-Abbildungen veranschaulichen kompliziertere Inhalte. Inhaltsverzeichnis, Register und Literaturverzeichnis sind vorhanden, Quellenangaben zu Forschungsergebnissen und Studien fehlen leider. (2)

Gisela Fehér

ID bzw. IN 2017/46

Veröffentlichungsdatum ist der Montag der angegebenen Kalenderwoche (ID/IN Woche) in unseren Lektoratsdiensten. Die Lektoratsdienste mit den ekz-Informationendiensten ID Buch und ID Nonbook unterstützen den bibliothekarischen Bestandsaufbau. Sie informieren jährlich über circa 20.000 relevante Titel, im Rahmen der Lektoratskooperation herausgefiltert aus einem Marktangebot von rund 100.000 Neuerscheinungen. Diese Auswahl findet sich mit Begutachtung, Systematik nach ASB, KAB, SfB und SSD und Interessenkreisen in den Lektoratsdiensten.