



MAG. PHARM. IRINA SCHWABEGGER-WAGER

heute
gesünder

heute leben

DIE BESTEN GESUND-
HEITSTIPPS DER
TV-APOTHEKERIN

ueberreuter

heute – gesünder

Die besten Gesundheitstipps der TV-Apothekerin

*Autorin: Irina Schwabegger-Wager
112 Seiten, Ueberreuter Verlag,
€ 12,99/£Fr 14,20
ISBN: 978-3-8000-7621-5*

Die Verkühlung schon wieder im Anmarsch? Magen-Darm-Probleme im Urlaub? Der jährlich wiederkehrende Winterblues? Ein fieser Sturz beim Sport? Ist Salbe besser als Gel, Spray besser als Creme?

Wertvolle Informationen etwa über die richtige Anwendung von Arzneimitteln, die Wirkung pflanzlicher Heilkräuter mit zahlreichen Rezepten für die Selbstbehandlung und die sinnvolle Zusammenstellung einer Haus- und Reiseapotheke werden ergänzt um ausführliche Tipps von A wie Akne über P wie Parodontose bis Z wie Zahnpflege.