

Annette Kerckhoff, Thomas Rapp

## Post-COVID

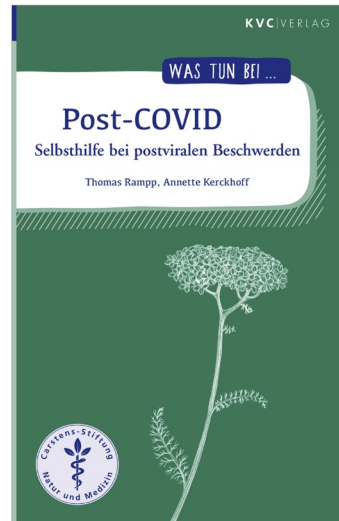
Selbsthilfe bei postviralen Beschwerden

[KVC Verlag](#), Essen 2021

124 S.

ISBN 978-3-96562-049,

Preis: 6,90 €



Dieser kleine Ratgeber aus dem Hause der Carstens-Stiftung widmet sich ganz aktuell dem Post-COVID-Syndrom. Die beiden AutorInnen sind in der Naturheilkunde bewandert und seit vielen Jahren als Arzt bzw. Schriftstellerin tätig. Sie führen zunächst in die Grundlagen der Arbeitsweise von Viren und Bakterien ein, wenden sich dann der COVID-19-Erkrankung zu, um anschließend, statistisch untermauert, die Wichtigkeit der Post-COVID-Begleitung zu unterstreichen. Das Buch ist ein Selbsthilfe-Buch, die Sprache auch ohne medizinisches Wissen gut verständlich, die Anwendungen sehr gut erklärt. Naturheilkundliche Fertigpräparate, die in Deutschland über (fast) jede Apotheke zu beziehen sind, werden genannt, was sicherlich die Anwendung vereinfacht. Die Therapiemethoden schöpfen größtenteils aus der Pflanzenheilkunde, der Homöopathie und der chinesischen und indischen Medizin, z.B. mit Vorschlägen zur Akupressur.

Ein schöner kleiner Ratgeber, der für Behandlerinnen\* vielleicht die eine oder andere Anregung enthält, und für Laiinnen ein auf den Punkt gebrachtes kleines Nachschlagewerk ist.