



## Presseinformation

---

Melanie Wenzel

### **Nie wieder Pillen**

**Mit 5 Hausmitteln fast alles behandeln**

Reihe: GU Ratgeber Gesundheit

Umfang: 96 Seiten, mit ca. 60 Fotos

Format: 16,5 x 20 cm, Klappenbroschur

Preis: 12,99 € (D)/ 13,40 € (A)/ 18,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-6916-7

Erscheinungsdatum: August 2019

 Auch als  
eBook  
erhältlich.



### **Schnelle Hilfe für viele kleine und größere Notfälle: Die eigene Hausapotheke mit 5 Grundstoffen selbst herstellen**

Selbermachen liegt im Trend und die Vorteile sind offensichtlich: Man weiß genau, was drin ist; man hat die Qualität selbst in der Hand; es macht viel Spaß und günstig ist es auch noch. Wären nur nicht die langen Listen an außergewöhnlichen Zutaten, die man für Hausmittel-Rezepte benötigt. Die Lösung: ein Baukasten mit wenigen Zutaten, der einen für die wichtigsten Wehwehchen rüstet. Nur mit diesen fünf Hausmitteln – Salz, Natron, Apfelessig, Propolistinktur, Heilerde – kann man sich seine eigene Hausapotheke herstellen und ist damit für kleine Notfälle bestens gewappnet. **Nie wieder Pillen** gliedert sich in zwei Teile: Die Einleitung gibt einen prägnanten Überblick über Naturheilkunde im Allgemeinen und stellt die Inhaltsstoffe, Anwendungsgebiete und Wirkungsweisen der Hausarzneien vor. Der zweite Teil beinhaltet dann nützliche Tipps und die über 50 Heilmittel-Rezepte – nach Beschwerden sortiert – angefangen von Essenzen bei Erkältungskrankheiten über Pasten und Masken bei Hautkrankheiten bis hin zu Tinkturen zur Schmerzlinderung.

**Melanie Wenzel** hat ursprünglich eine Ausbildung als Ergotherapeutin gemacht und lange in einem Krankenhaus gearbeitet. 2001 spezialisierte sie sich auf die Klassische Homöopathie und machte sich als Heilpraktikerin mit eigener Praxis in Köln selbstständig. Sie wurde durch ihre Großmutter schon als Kind ans Thema Naturheilkunde herangeführt und verfügt über ein breites Wissen und viel Erfahrung auf diesem Gebiet. Sie ist regelmäßig als Expertin in der Fernsehsendung „ARD-Buffer“ tätig. Melanie Wenzel hat ihre eigene zertifizierte Naturkosmetik-Linie, die sie seit Juni 2019 bei HSE24 präsentiert. Bei GU sind u.a. ihre Bücher „Natürlich und gesund entgiften“ und „Meine schnelle Naturapotheke“ erschienen.