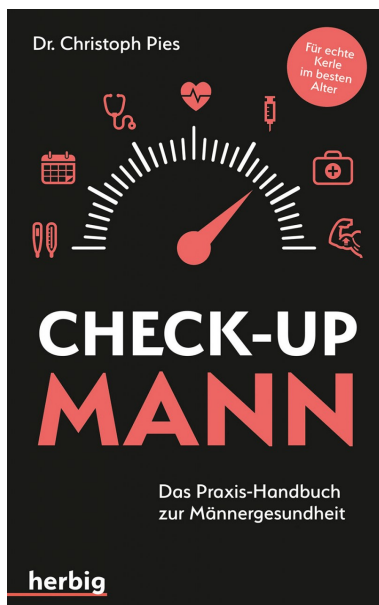


Check-up Mann

Das Praxis-Handbuch zur Männergesundheit

Taschenbuch
Christoph Pies



20,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

- Das erste Gesundheits-Buch, das auch Männer lesen.
- Fundierter Rat und eine ordentliche Portion Unterhaltung.
- Anleitungen zur Selbsthilfe.

216x137x23mm (LxBxH)
1. Auflage 2021
Seiten: 256
EAN: 9783968590103
Art.-Nr.: 45010

KOSMOS

Produktinformationen "Check-up Mann"

Wenn ein Mann das Wort "Auto" hört, ist er ganz Mann. Diese Erkenntnis inspirierte Christoph Pies zum vorliegenden Gesundheitsratgeber, geschrieben von einem Mann für Männer. Frauen sind natürlich eingeladen, auf dem Beifahrersitz Platz zu nehmen.

Was also hat dieses Handbuch zu bieten? Grundlegende Informationen zu allen wichtigen Organen und Beschreibungen der häufigsten gesundheitlichen Probleme, mit denen der Mann typischerweise im Alter zwischen 40 und 60 zu kämpfen hat, inklusive Lösungsvorschlägen. Dabei bewegt sich der Autor mit Haut und Haaren in der automobilen Begriffswelt: Von Herz (Ölpumpe) und Nieren (Ölfilterung) bis zu Harn- und Genitalsystem (Zündanlage) kommt der ganze Mann auf den Prüfstand. Wer seinen Körper pflegen, warten und kleinere Reparaturen selbst durchführen möchte, findet hier fundierten Rat und Anleitungen. Mittels Checklisten lässt sich der persönliche Gesundheitsstatus ermitteln.

Der fundierte Ratgeber für den gesundheitsbewussten Mann.

Autor*innen

Christoph Pies

[Mehr zur Person](#)