



**Access – als Erste am Unfallort!**

Eine Vielzahl von schweren und tödlichen Verkehrsunfällen ereignet sich auf Landstraßen – hier sind die hauptberuflichen Rettungsdienste häufig vor den Einheiten einer, oft ehrenamtlich gestellten, Feuerwehr vor Ort. Wenn die Unfall-opfer im Unfallfahrzeug eingeklemmt und/oder nur schwer zugänglich sind, dann ist es wichtig, die Situation auch mit schnell

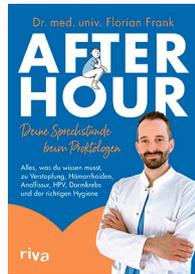
verfügbaren Mitteln souverän zu bewältigen. Rettungskräfte, die zuerst den Unfallort erreichen, können wertvolle Minuten sparen, wenn sie mit einfachen Mitteln schnellstmöglich einen Zugang zu den Unfallopfern ermöglichen können:

Dieses Medizin-Fachbuch soll dazu beitragen, Wartezeiten an der Einsatzstelle zu reduzieren und die Zeit effektiv zu nutzen. Dies gilt auch für Feuerwehren und andere Kräfte, sofern der Rettungsdienst noch nicht vor Ort ist. Denn die reibungslose Zusammenarbeit aller beteiligten Rettungsteams ist essenziell für das Gelingen eines Einsatzes.

**Herausgeber: Roy L. Alison/Wm. Bruce Patterson. Deutsche Ausgabe herausgegeben von Johannes Pranghofer/Eva Molter. Access – als Erste am Unfallort! Schnellstmöglicher Zugang und Rettung von Unfallopfern. 96 Seiten, kartoniert, ISBN 978-3-456-86291-0, 34,95 Euro. Hogrefe AG, Bern.**

**After Hour**

Der Enddarm ist für den Menschen eines der wichtigsten Organe: Kommt es zu Beschwerden, ist das nicht nur äußerst schmerzhaft – die Funktionsfähigkeit des gesamten Körpers ist eingeschränkt. Dennoch sind Probleme in diesem Bereich oft mit Scham belastet. Doch damit ist jetzt Schluss! Offen und unverblümt spricht der



Autor (Proktologe) über Abszesse, Steißbeinfisteln, Prolaps, Hämorrhoiden, Feigwarzen und Co. und will so Betroffenen die Angst vor einem Arztbesuch nehmen. Neben den klassischen Behandlungsmöglichkeiten zeigt er, wie eine ausgewogene Ernährung, die richtige

Analhygiene und ein reibungsloser Stuhlgang den Darm optimal unterstützen und den Analbereich gesund und funktionsfähig halten. Ebenso spielt die Sexualität eine wichtige Rolle, denn die Übertragung von Geschlechtskrankheiten sowie die inkorrekte Praxis von Analverkehr können schwerwiegende Leiden verursachen. Umfassend und anschaulich klärt der Autor über Tabuthemen auf und gibt praktische Tipps und Tricks an die Hand, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen. Damit wird der nächste Gang auf die Toilette garantiert zu einem „Po“-sitiven Erlebnis!

**Herausgeber: Florian Frank. After Hour – Deine Sprechstunde beim Proktologen. 160 Seiten, Softcover, ISBN 978-3-7423-2428-3, 18 Euro. Riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH.**

**Ein neuer Strukturwandel der Öffentlichkeit und die deliberative Politik**

1962 erschien Strukturwandel der Öffentlichkeit, das erste Buch des Autors. In sozialhistorischer und begriffsgeschichtlicher Perspektive profiliert der Autor darin einen Begriff von Öffentlichkeit, der dieser einen Platz zwischen Zivilgesellschaft und politischem System zuweist. Der Strukturwandel reihte sich alsbald ein unter die großen Klassiker der Soziologie des 20. Jahrhunderts und hat

eine breite Forschung in den Geschichts- und Sozialwissenschaften angeregt. Und der Autor selbst hat sich in späteren Arbeiten immer wieder mit der Rolle der Öffentlichkeit für die Bestandssicherung des demokratischen Gemeinwesens beschäftigt. Angesichts einer durch die Digitalisierung veränderten Medienstruktur und der Krise der Demokratie kehrt er nun erneut zu diesem Thema zurück.

Kernstück des Buches ist ein Essay, in dem er sich ausführlich mit den neuen Medien und ihrem Plattformcharakter beschäftigt, die traditionelle Massenmedien – maßgebliche Antreiber des „alten“ Strukturwandels – zunehmend in

den Hintergrund drängen. Fluchtpunkt seiner Überlegungen ist die Vermutung, dass die neuen Formen der Kommunikation die Selbstwahrnehmung der politischen Öffentlichkeit als solcher beschädigen. Das wäre ein neuer Strukturwandel der Öffentlichkeit, mit gravierenden Konsequenzen für den deliberativen Prozess demokratischer Meinungs- und Willensbildung.

**Herausgeber: Jürgen Habermas. Ein neuer Strukturwandel der Öffentlichkeit und die deliberative Politik. 108 Seiten, Klappepbroschur, ISBN 978-3-518-58790-4, 18 Euro. Suhrkamp Verlag AG, Berlin.**

**Toxin**

Was, wenn eine jahrhundertalte Seuche aus der Arktis zurückkehrt?



Als in Berlin Obdachlose an Milzbrand sterben, ist Wissenschaftsjournalistin Nina Falkenberg alarmiert. Die Fälle erinnern an ein Ereignis in Alaska vor zehn Jahren, als das Auftauen des Permafrostbodens einen tödlichen Erreger freisetzte. Ebenfalls in Alaska verschwindet Ninas Freund, der Milzbrand-Forscher Gereon Kirchner. Nina bittet ihren Bekannten Tom Morell, dorthin zu reisen und herauszufinden, was passiert ist. Schon kurz nach Toms Ankunft taucht in einem Eistunnel eine Frauenleiche auf. Ist Gereon schuld an ihrem Tod? Hat er gar mit dem qualvollen Tod der Obdachlosen in Berlin zu tun? Während Tom und Nina versuchen, Licht ins Dunkel zu bringen, müssen sie begreifen, dass sie gegen einen sehr viel mächtigeren Gegner kämpfen, als sie dachten ...

**Herausgeber: Kathrin Lange/Susanne Thiele. TOXIN. Thriller, 460 Seiten, Paperback, ISBN 978-3-7857-2839-0, 17 Euro. Bastei Lübbe AG, Köln.**

**Herausgeber: Jürgen Habermas. Ein neuer Strukturwandel der Öffentlichkeit und die deliberative Politik. 108 Seiten, Klappepbroschur, ISBN 978-3-518-58790-4, 18 Euro. Suhrkamp Verlag AG, Berlin.**

**Starke Muskeln im Alter**

Im Alter von 30 bis 50 Jahren fangen Muskelmasse und -funktion an zu schwinden, ab 60 Jahren beschleunigt sich dieser Vorgang. Durch die fehlende Muskulatur sind Kraft und Reaktionsvermögen reduziert und damit einhergehend erhöht sich das Sturzrisiko. Bei Männern über 70 Jahren liegt die Wahrscheinlichkeit für derartige Unfälle bei 50 Prozent, bei Frauen gleichen Alters sogar bei über 60 Prozent im Jahr. Studien und Untersuchungen haben gezeigt, dass mit Fitnesstraining die Sturzrate in Heimen um 40 Prozent gesenkt werden konnte. Das beweist, dass



es von essenzieller Bedeutung ist, Muskeln so lange wie möglich fit zu halten.

Der Autor, Leiter für Sportbiologie an der TU München, und die Autorin, Sportwissenschaftlerin mit Schwerpunkt Sportphysiologie, zeigen, wie Best

Ager und Senioren zwischen 60 und 80 Jahren mit geeigneten Übungen wieder Kraft aufbauen, um der Sarkopenie, dem Muskelschwund im Alter, entgegenzuwirken. Neben ausführlichen Informationen zur Sarkopenie, zur Vorbeugung und den möglichen Folgen sowie einfachen Ernährungstipps werden über 50 Übungen detailliert beschrieben und bebildert.

**Herausgeber: Henning Wackerhage/Marie Heiber. Starke Muskeln im Alter. Wie Sie Sarkopenie vorbeugen, Stürze verhindern und lange mobil bleiben. 240 Seiten, Softcover, ISBN 978-3-7423-2245-6, 22 Euro. Riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH.**

traumhaftes Licht! Ein ganz besonderer Wand-schmuck und ein echter Blickfang (26 Euro).



**Die schönsten Gärten der Welt** – Die Pforten zu den schönsten Gärten der Welt werden in diesem Kalender geöffnet. Prachtvolle Beispiele aus Großbritannien, Thailand, den Niederlanden, Österreich, Frankreich, Italien und Mexiko (28 Euro).



**Toskana** – Toskana-Kenner Fabio Muzzi erfasst die Seele dieser Landschaft mit eindrucksvoller kongenialer Fotografie (34 Euro).



**Landscapes Edition** – Faszination Erde: Der neue gro-Be Wandkalender 2024 aus der Edition Alexander von Humboldt. Eindrucksvolle Outdoor-Fotografie

und überwältigende Momentaufnahmen aus aller Welt, exklusiv ausgewählt für den Kalender. Landschaften, soweit das Auge reicht (44 Euro).



**Pferde Classics Poster-Kalender** – Die Eleganz der Pferde fängt die Fotografin Sabine Stuewer in traumhaften Bildern ein. Großformatiger Fotokalender mit zwölf dekorativen Bildern und einem Poster (10,99 Euro).

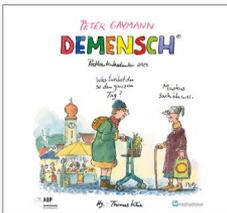


**FC Bayern München Edition** – Fußball ist unser Leben: FC Bayern-Bilder voller Emotionen und Leidenschaft im Editionsformat. Großformatiger

Wandkalender mit den besten Fotos der letzten Saison (22 Euro).

Die Kalender sind im Buchhandel oder im Internet unter [www.athesia-verlag.de](http://www.athesia-verlag.de) erhältlich.

## Kalender



**Demensch** – Demenz ist nicht komisch – aber Humor macht es leichter, mit Demenz leben zu lernen. Unsere Vergesslichkeit, Grenzsituationen, Umstände im Heim

und daheim nehmen sie aufs Korn – immer respekt- und liebevoll.

**Herausgeber: Peter Gaymann/Thomas Klie. Demensch. Postkartenkalender 2024. Zwölf Monatsblätter, Spiralbindung. ISBN 978-3-86216-991-7. 15,90 Euro. medhochzwei Verlag GmbH, Heidelberg.**

**Athesia Verlag** – Mit den Marken Harenberg, Heye, Weingarten, Eiland, Athesia Tappeiner, PAL, edition momente und Danilo bietet der Athesia Kalenderverlag GmbH die größte Auswahl an Kalendern im deutschsprachigen Raum. Athesia – Qualität und Vielfalt mit rund 900 Kalendertiteln und über 300 Erwachsenen-Puzzles!



**Horizonte** – Spektakuläre Naturaufnahmen in beeindruckend großem Querformat: unendliche Weiten, unberührte Natur,

## Cartoon

