maudrich

BEST OF

2026/2027

maudrich *Ratgeber*

3., überarb. Auflage 2027
168 Seiten, br.
Format: 16,5 x 21 cm
Ratgeber, WG: 690
ISBN 978-3-99002-190-3
EUR 22,90 (A)
EUR 22,40 (D)
ET: Oktober 2026

Martin Riegler

Nie wieder Sodbrennen

Reflux verstehen und in den Griff bekommen

Rund 2 Millionen Menschen sind allein in Österreich von Reflux betroffen. Dennoch werden Sodbrennen und saures Aufstoßen häufig noch als harmlose Beschwerden abgetan, anstatt als mögliche Anzeichen einer ernst zu nehmenden Refluxerkrankung erkannt zu werden. Dabei ist seit Langem bekannt, dass wiederkehrende Entzündungen der Speiseröhre zu krankhaften Veränderungen der Schleimhaut führen und im schlimmsten Fall die Entstehung von Krebs begünstigen können.

Dieses Buch vermittelt Ihnen fundiertes Wissen über Ursachen, Folgen und moderne Behandlungsmöglichkeiten der Refluxkrankheit. Es stellt ein mehrstufiges Anti-Reflux-Ernährungskonzept vor, informiert über neue operative Verfahren und beleuchtet die Bedeutung der Ernährung, um den Reflux erfolgreich in den Griff zu bekommen.

Der Autor
Doz. Dr. Martin Riegler absolvierte 1988 das Studium der Humanmedizin. Er ist Facharzt für Chirurgie und war mehrere Jahre lang wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Harvard Medical School in Boston. Im Rahmen seiner Tätigkeit an der chirurgischen Universitätsklinik spezialisierte er sich auf die Behandlung von Erkrankungen der Speiseröhre und arbeitet mit neuesten Methoden in Diagnose und Therapie der Refluxkrankheit.

Zielgruppen
Von Sodbrennen und Reflux Betroffene, deren Angehörige, Ärzt:innen, Diätolog:innen sowie am Thema Interessierte.

2., überarb. Auflage 2026
126 Seiten, br.
Format: 14 x 21 cm
Ratgeber, WG: 462
ISBN 978-3-99002-188-0
EUR 18,90 (A)
EUR 18,40 (D)
ET: August 2026
Werbemittelnr. Poster: 63/90010
Werbemittelnr. Kärtchen: 63/90011

Norman Schmid

abschalten & auftanken

52 Übungen für Achtsamkeit & Co

Den Kopf freibekommen, Stress loslassen und neue Energie schöpfen – genau danach sehnen sich viele Menschen in einer Welt, die von Tempo, Reizüberflutung und ständiger Erreichbarkeit geprägt ist.

Dieses Buch lädt Sie dazu ein, bewusst innezuhalten und die wohltuende Kraft von Stille und Konzentration neu zu entdecken – im Berufsalltag ebenso wie in Ihrer Freizeit. Mit 52 inspirierenden Übungen zeigt es Ihnen, wie Sie den Alltag für kurze Zeit hinter sich lassen und sich von Stress befreien können. Ob Achtsamkeit, Meditation, Selbsthypnose oder Selbstreflexion – die leicht umsetzbaren Praktiken schenken Ihnen wertvolle Auszeiten und helfen Ihnen, Schritt für Schritt zu mehr Gelassenheit, Ausgeglichenheit und Lebensfreude zu finden.

Der Autor
Dr. Norman Schmid ist Klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, Neuro- und Biofeedback-Therapeut sowie Coach mit Spezialisierung auf Entspannung, Biofeedback und Stressmanagement. Seit seiner Jugend beschäftigt er sich intensiv mit Psychologie, Philosophie und Körper-Geist-Wechselwirkungen. Seine Leidenschaft für Bergsport und Naturerleben begann schon damals und lehrte ihn, ganz im Hier und Jetzt zu sein, im Tun aufzugehen, nicht zu viel zu denken und alles andere auszublenden: aus heutiger Sicht Achtsamkeit und Meditation im besten Sinne. Er organisiert Workshops, Tagungen und Projekte zu Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung.

Zielgruppen
All jene, die sich eine Auszeit vom Alltagsstress nehmen wollen; Therapeut:innen, Psycholog:innen, Coaches, Achtsamkeitstrainer:innen sowie am Thema Interessierte.

maudrich.*gesund essen*

Bianca-Karla Itariu
Fiona Steinberger
Ernährung mit der Abnehmspritze

2027, 152 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-183-5
EUR 19,90 (A) / EUR 19,40 (D)
ET: Oktober 2026
Werbemittelnr. Poster: 63/90012
Werbemittelnr. Kärtchen 63/90014

Peter Frigo
Rhea Jabbour
Christoph Deutsch
Ernährung bei PMOS

2., akt. Auflage 2027, 128 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-186-6
EUR 18,90 (A) / EUR 18,40 (D)
ET: Oktober 2026

Birgit Lötsch
Eva Russold
Bernhard Ludvik
Ernährung bei Adipositas-Operationen

4., überarb. Auflage 2027, ca. 168 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-178-1
EUR 19,90 (A) / EUR 19,40 (D)
ET: Juni 2027

Theresa Vierlinger
Ernährung bei Endometriose

2026, 112 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-184-2
EUR 18,90 (A) / EUR 18,40 (D)
ET: Juni 2026
Werbemittelnr. Poster: 63/90015
Werbemittelnr. Kärtchen 63/90016

Agnes Budnowski
Michael Feichtinger
Flora Koller
Martina Kreuter-Müller
Ernährung bei Kinderwunsch

2., überarb. Auflage 2027, 176 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-182-8
EUR 19,90 (A) / EUR 19,40 (D)
ET: Oktober 2026

Agnes Budnowski
Flora Koller
Martina Kreuter-Müller
Ralf H. Zwick
Ernährung bei COPD

3., akt. Auflage 2027, ca. 160 Seiten, br.
Format: 14,8 x 21 cm, Ratgeber, WG: 461
ISBN 978-3-99002-191-0
EUR 19,90 (A) / EUR 19,40 (D)
ET: Januar 2027

Die Ernährungsreihe:

- maudrich.gesund essen – die bewährte Ernährungsreihe
- Medizinische Hintergründe verständlich erklärt
- Konkrete, alltagstaugliche Ernährungsempfehlungen
- Beschwerden vorbeugen, lindern und begleitend therapieren
- Mit umfassendem Rezeptteil

Mehr Infos zur Ernährungsreihe finden Sie unter **facultas-verlag.at**

Auslieferungen und Außendienst

Österreich

Auslieferung:
Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2
1230 Wien
+43-1-68014-0
+43-1-6887130 (Fax)
bestellung@mohrmorawa.at

Schweiz

Auslieferung:
AVA Verlagsauslieferung AG
AVA Verlagsvertretungen – Backoffice
Industrie Nord 9
5634 Merenschwand
+41-44-762-42-57
verlagsservice@ava.ch

Deutschland

Auslieferung:
Brockhaus Commission
Kreidlerstraße 9
70806 Kornwestheim
+49-7154-1327-74
+49-7154-1327-13 (Fax)
facultas@brocom.de

Außendienst:
Silke Trost
Baden-Württemberg, Bayern, Hessen,
Rheinland-Pfalz, Saarland, Luxemburg
+49-177-2906659
+49-221-92428-232 (Fax)
trost@forum-independent.de

Christel Graumann
Bremen, Hamburg, Niedersachsen, NRW
+49-170-80195-08
+49-221-92428-232 (Fax)
graumann@forum-independent.de

Erik Gloßmann
Berlin, Brandenburg,
Mecklenburg-Vorpommern
+49-30-99286-700
+49-30-99286-701 (Fax)
erik.gloßmann@t-online.de

Telefonkunden-Betreuung:
Stephanie Hoffmann
Sachsen- Anhalt, Sachsen,
Schleswig-Holstein, Thüringen
+49-221-92428-233
+49-221-92428-232 (Fax)
hoffmann@forum-independent.de

Key Account Manager:
Markus Flemm
+49-221-92428-237
+49-175-2526643 (Mobil)
+49-221-92428-232 (Fax)
flemm@forum-independent.de

Telefonkunden-Betreuung:
Meret Büssow/Antje Nesseler
+49-221-92428-233
+49-221-92428-232 (Fax)
buessow@forum-independent.de
nesseler@forum-independent.de

Geschäftsführung forum independent:
Silvia Maul
+49-221-92428-231
+49-177-6425833 (Mobil)
+49-221-92428-232 (Fax)
maul@forum-independent.de

Innendienst:
Melanie Steinbach
+49-221-92428-230
+49-221-92428-232 (Fax)
steinbach@forum-independent.de

Brockhaus/Commission

Wir sind Teilnehmer an der
auslieferungsübergreifenden
Fakturgemeinschaft Multifakt
bei Brockhaus/Commission.

Impressum

Facultas Verlags- und Buchhandels AG
Stolberggasse 26
1050 Wien
+43-1-310-53-56
verlag@facultas.at
facultas.at

Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten.
Coverfoto: © Marc Schulte via Unsplash

facultas