



**Rita Lüder**  
**Haupt Verlag,**  
**2018**  
**ISBN 978-3-**  
**258-08046-8**  
**58,00 Euro**

## Grundlagen der Feldbotanik

### Familien und Gattungen einheimischer Pflanzen

Durch die Natur zu spazieren und dabei die ein oder andere Pflanze zu erkennen, ist durchaus wieder IN. In der Schweiz und auch in Deutschland gibt es die Möglichkeit, ein Zertifikat als Feldbotaniker/in abzulegen und damit eine besondere Qualifikation für die Durchführung von Exkursionen zu erwerben. Das vorliegende Buch liefert die Grundlagen, die für dieses Zertifikat nötig sind und ist natürlich auch für alle interessierten Laien extrem hilfreich. Dabei wird weniger darauf abgezielt, dass die Pflanzenwelt möglichst umfassend dargestellt wird. Vielmehr sollen die Leser mit dem Buch lernen, wie man verschiedene Pflanzenfamilien und wichtige Gattungen (wieder)erkennt.

Das Buch ist so aufgebaut, dass man auch ohne größere Grundkenntnisse damit arbeiten kann. Auf den ersten Seiten gibt die Autorin eine kleine Einführung in die Morphologie und Ökologie der Pflanzen, bevor der große Teil zur Pflanzensystematik beginnt. Darin wird jede Familie zunächst recht allgemein mit ihren besonderen Merkmalen und Wachstumsansprüchen beschrieben, bevor näher auf einzelne Gattungen eingegangen wird. Wirklich phänomenal sind die detailreichen Fotos, die die verschiedenen Besonderheiten der einzelnen Pflanzen sehr genau wiedergeben. Zusätzlich erklären Zeichnungen nochmals genauer die morphologischen Merkmale – diese Zeichnungen sind optisch sehr ansprechend, ähneln

sich allerdings zwischen den Vertretern einer Familie – erwartungsgemäß – zum Teil sehr stark.

Mit diesem ausgesprochen aufwändig erstellten Buch ist es wirklich einfach, sich die Familienmerkmale gut anzueignen. Allerdings ist es sicherlich zu dick und zu schwer, um es bei Exkursionen mitzunehmen. Als Alternative für den Feldgebrauch wurde zusätzlich zum Buch eine App entwickelt, die für die Bestimmungen in der freien Natur sehr nützlich ist und mehr als 5000 Fotos enthält. Allerdings sind dafür nochmal 27,99 Euro zu investieren, die sich jedoch lohnen könnten – vielleicht sogar anstelle des Buches.

**Ilse Zündorf, Frankfurt am Main**



**Martin Dinges**  
**Franz Steiner**  
**Verlag Stuttgart,**  
**2018**  
**ISBN 978-3-515-**  
**11945-0**  
**45,- Euro**

## Bettine von Arnim und die Gesundheit

### Medizin, Krankheit und Familie im 19. Jahrhundert

Was verbinden Sie mit dem Namen Bettine von Arnim? Dass sie eine bedeutende Schriftstellerin der deutschen Romantik und mit dem Schriftsteller Achim von Arnim verheiratet war? Oder, dass sie eine rege Briefeschreiberin war und unter anderem auch mit Johann Wolfgang von Goethe im Briefwechsel stand? Oder, dass sie in Frankfurt am Main als 7. von insgesamt 20 Kindern aus drei Ehen des Großkaufmanns Peter Anton Brentano geboren wurde? Bemerkenswert über die eigentlich als Catarina Elisabetha Ludovica Magdalena Brentano geborene Bettine ist sicher-

lich auch ihr soziales und politisches Engagement in den 1840er-Jahren.

Auf jeden Fall war sie eine leidenschaftliche Schreiberin von zahlreichen Briefen, die sie zum Teil schon zu Lebzeiten in Buchform erfolgreich „vermarktete“. Martin Dinges hat sich die Mühe gemacht und ihre Briefwechsel genauer studiert, um ein Buch über die Medizin, Krankheit und Familie im 19. Jahrhundert zusammenzustellen. Herausgekommen ist ein sehr detailliertes Portrait des Lebens von Bettine von Arnim. Dabei werden nicht die Briefe direkt abgedruckt, wie man es öfter in Büchern findet, sondern der Autor liefert bereits eine Interpretation der Texte aus der heutigen Sicht, was den Lesern zwar die „Arbeit“ abnimmt, aber eben auch eine bestimmte Wichtung der Inhalte der Briefwechsel vornimmt.

Als Leser taucht man sehr schnell ein in die Welt des Bürgertums zu Beginn des 19. Jahrhunderts. Martin Dinges gelingt es, die damaligen Verhältnisse sehr anschaulich zu schildern. So lernt man nicht nur die sehr prägende Figur der berühmten aber auch verarmten Großmutter Sophie von La Roche kennen, sondern erlebt auch sehr intensiv die Schwierigkeiten mit, die das Ehepaar von Arnim mit zwei getrennten Wohnsitzen – Berlin und Wiepersdorf – und den nicht unerheblichen Kosten der doppelten Haushaltsführung hat. Daneben erfährt man, dass Bettine sich sehr intensiv um das Wohl ihrer sieben Kinder gekümmert hat – etwas, das sie in ihrer eigenen Kindheit nicht in der Form erfahren durfte. In Erziehungsfragen hatte sie anscheinend nicht so die erfolgreiche Hand, dafür interessierte sie sich allerdings sehr für das gesundheitliche Wohlergehen ihrer Familie. Als glühende Anhängerin der Homöopathie versorgte sie nicht nur die Kinder und Angestellten mit den Pülverchen, sondern brachte diese Therapieform auch ihren Freunden und Bekannten in der Berliner Gesellschaft näher – und eckte damit zuweilen auch an.

Beim Thema Homöopathie schließt sich dann auch der Kreis zum

Autor: Neben seinen Aktivitäten als Medizinhistoriker setzt sich Martin Dinges ebenfalls für die Verwendung der Homöopathie in Deutschland ein.

**Ilse Zündorf, Frankfurt/Main**



**Roland Seifert  
Springer, 2018  
ISBN 978-3-662-  
56302-1  
34,90 Euro**

## Basiswissen Pharmakologie

Kürzlich ist bei Springer ein neues Pharmakologie-Lehrbuch mit dem Titel „Basiswissen Pharmakologie“ des Hannoveraner Pharmakologen Prof. Roland Seifert erschienen. Primär richtet sich dieses Lehrbuch an Studierende der Medizin. Aber natürlich wird auch in der Pharmazie wahrgenommen, wenn neue pharmakologische Lehrbuchliteratur erscheint.

Spontan mag man sich fragen, ob es überhaupt noch zeitgemäß ist, ein solches Lehrbuch zu schreiben und zu veröffentlichen. Zum einen gibt es hervorragende Lehrbücher zur Pharmakologie in deutscher und englischer Sprache. Andererseits ist heute das Internet eine zu jeder Zeit an jedem Ort verfügbare Informationsquelle. Tatsächlich laufen jedoch all diese Argumente ins Leere, wenn es um Lehrbuchliteratur geht. Denn Lehrbücher, wenn sie gut konzipiert und geschrieben sind, beinhalten in erster Linie didaktische Konzepte zur Vermittlung komplexer Themen und sind keinesfalls „nur“ Nachschlagewerke. Daher ist zumindest für mich nach wie vor das Blättern in einem Lehrbuch eine spannende Angelegenheit, die weit darüber hinaus geht, Informationen zu einer aktuellen Frage zu finden.

Unter diesem Aspekt ist die vorliegende Neuerscheinung ein *Highlight*, das in hervorragender Weise andere fantastische Lehrbücher der Pharmakologie ergänzt.

Entstanden ist das Lehrbuch als „Beiprodukt“ einer engagierten Lehre nicht zuletzt auch auf Drängen der Studierenden. Allerdings muss man nicht an der Medizinischen Hochschule in Hannover Medizin studieren, um von dem Buch zu profitieren. Vielmehr betont diese Genese den Charakter des Buchs als „Lehrbuch“ und garantiert so ein systematisches Annähern und Eindringen in die komplexen Zusammenhänge von Physiologie und pharmazeutischer Intervention. Dabei sollte bedacht werden, dass hier „Basiswissen“ so vermittelt wird, dass Studierende in die Lage versetzt werden, in angemessener Zeit Pharmakologie so zu erlernen, dass die geforderten Prüfungen bestanden werden können. Tiefere Detailkenntnisse muss man sich gegebenenfalls durch Beiziehen detaillierter Informationsquellen erarbeiten. Aber gerade auch dieses Detail ist eine Stärke des vorliegenden Lehrbuchs.

Grob unterteilen lässt sich das Lehrbuch in drei Abschnitte: (i) Allgemeine Prinzipien, (ii) Pharmakologie integrativer Systeme und (iii) Pharmakotherapie wichtiger Erkrankungen. Zusätzlich finden die Studierenden einen „Service-Teil“, in dem MC-Fragen gestellt und beantwortet werden und wo besonders lehrreiche klinische Fälle vorgestellt und erläutert werden. Ganz wichtig beim Studium des Buches ist das Abkürzungsverzeichnis, das sich direkt an das Inhaltsverzeichnis anschließt. Denn Abkürzungen dominieren den Text in einer Weise, wie mir das bisher noch nicht begegnet ist.

Das Buch ist für ein Lehrbuch eher zurückhaltend aber durchaus intelligent illustriert. Die 67 Abbildungen sind teils sehr komplex aufgebaut, was beim ersten Betrachten nicht zwingend für eine gute Didaktik spricht. Dieses Urteil muss man aber schnell revidieren, wenn man sich

durch zwei oder drei dieser Abbildungen durchgearbeitet hat. Durch die gewählte Komplexität bleibt immer der große Zusammenhang im Blick, und das ist äußerst lehrreich. Die Verständnishilfen sind subtil durch Änderung der Schriftfarben hervorgehoben. So werden beispielsweise nützliche pharmakologische Interventionen mit blauer Schrift, toxische Interventionen oder unerwünschte Effekte mit roter Schrift und pathophysiologische Veränderungen mit grüner Schrift kenntlich gemacht. Diese eher zurückhaltende Signatur stört nicht die Komplexität der Abbildungen, hilft aber dennoch enorm bei der Einordnung der Effekte, wenn man die Systematik verstanden hat und auf die Details achtet.

Die behandelten Arzneimittel sind übersichtlich in Tabellenform zusammengestellt, wobei immer auch die Applikationsart und die pharmakologischen Eigenschaften und die Konsequenzen für die Pharmakotherapie (Wirkmechanismen, Wichtige Wirkungen, Wichtige Indikationen, Wichtige UAWs) aufgeführt sind. Zudem weist die letzte Spalte der Tabellen auf Kapitel hin, in denen die Wirkstoffe ebenfalls eine Rolle spielen.

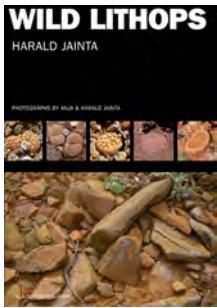
Jedem einzelnen Kapitel ist eine einführende Zusammenfassung vorangestellt, die in interessante „Merksätze“ übergeht. Zudem wird der Text immer wieder durch knappe, in roter Schrift hervorgehobene Statements unterbrochen, die vorangegangene Erläuterungen noch einmal auf den Punkt bringen.

Großen Wert legt der Autor darauf, konsequent auf tradierte und breit benutzte aber unpräzise Begriffe wie „Anticholinergika“, „Antihistaminika“, „Basistherapeutika“, „Betablocker“ oder „nicht-steroidale Antirheumatika“ zu verzichten und stattdessen die Arzneistoffgruppen möglichst immer auf Basis des Wirkmechanismus zu bezeichnen. Das ist ein interessanter Ansatz, der es verdient, generell übernommen zu werden.

Alles in allem kann man schlussfolgern, dass die deutschsprachige

pharmakologische Lehrbuchliteratur durch ein bemerkenswertes, da in Teilen eher unkonventionelles Werk ergänzt wurde, dem eine angemessene Wahrnehmung zu wünschen ist. Leider ist dies heutzutage, wie bereits angesprochen, nicht mehr garantiert, auch dann nicht, wenn es sich um ein wirklich gutes Buch handelt. Daher sollte das Lehrbuch zumindest auch in repräsentativer Stärke in den Fachbereichsbibliotheken vorgehalten werden, um den Studierenden einen Einblick zu gewähren und gegebenenfalls die Entscheidung zum Erwerb des Buches zu erleichtern.

**Theo Dingermann, Frankfurt/M.**



**Harald Jainta  
Hess Publisher,  
Göttingen-  
Windhoek 2017  
ISBN: 978-3-  
933117-93-9  
85,- Euro**

## Wild Lithops

Im südlichen Afrika leben viele bemerkenswerte und exotische Pflanzen. Ein Beispiel für die dortige einzigartige Biodiversität sticht dabei besonders heraus: „Lebende Steine“. Die Gattung *Lithops* besteht aus kleinen sukkulenten Pflanzen, die täuschend echt an die natürliche steinige Umgebung im Lebensraum der Halbwüsten angepasst sind. Biologisch haben die Pflanzen phantastische Eigenschaften entwickelt. Das Licht durchdringt die „Fensterpflanzen“ und wird erst im Inneren für die Photosynthese genutzt, der Stoffwechsel ist ideal an das Wüstenklima adaptiert. Als Schutz vor Fressfeinden sind die Pflanzen im und am Boden versteckt und haben eine perfekte Tarnung.

Außer schwachen antibiotischen Eigenschaften sind bisher keine pharmakologischen oder toxischen Wirkungen bekannt.

Das lange erwartete Buch wurde 2017 veröffentlicht. Es ist ein voluminöses Buch, das man als den neuen Standard für diese Pflanzen-Gattung nennen darf. Es ist in Englisch geschrieben und großartig bebildert. Das Team hat viele Monate, zusammen vielleicht sogar ein paar Jahre in der Region zugebracht, und in 16 Feldreisen Tausende von Fotos im natürlichen Verbreitungsgebiet der lebenden Steine gemacht. Die Essenz dieser Reisen und Fotos ist im Buch dargestellt. Beim Durchstöbern des Buches empfindet man gleichsam das karge Leben dieser Spezialisten in ihrem Lebensraum der Halbwüsten.

Nach einer Einleitung zum Buch gibt es einen umfangreichen Teil zur Biologie der *Lithops*, die über 700 Referenzen zusammenfasst. Ausführlich wird die Taxonomie der Arten dargestellt. Abgeschlossen wird dieses Kapitel mit dem Abriss der Geschichte der Erforschung der Gattung. Eine erste Verbreitungskarte zeigt schematisch, in welchem riesigem Gebiet diese Pflanzen zu finden sind. Dass der Autor den Schlüssel zum Verständnis der Arten in der Feldforschung sieht, wird nunmehr im Hauptteil des Buches sehr deutlich. Hier werden die 91 Taxa in zwölf Gruppen hauptsächlich verwandtschaftlich und biogeografisch gegliedert, und in topographischen Karten dargestellt. Personen, die etwas mit dem jeweiligen Taxon zu tun haben, werden in kleinen SW-Abbildungen vorgestellt. Meist sind dies der Namens-Pate, der Entdecker oder der Autor, und dies ist eine Bereicherung der enormen Informationsdichte des Buches.

Abgeschlossen wird es von einer chronologisch geordneten Liste aller *Lithops*-Funde, zehn Klimakarten ausgewählter Orte, und dem enormen Literaturverzeichnis. Der Autor wollte offensichtlich auch eine komplette Bibliographie der Gattung *Lithops* zusammenstellen. Weiter folgen über 200 Pflanzenportraits von den verschiedenen Arten, welche die Variabilität je Standort dokumentieren.

Die drucktechnische Umsetzung des Buches ist ausgezeichnet, die

Bilder sind großformatig, brilliant, detailreich und am Text orientiert. Bei dem Preis von 85 € kann man das Buch mit knapp 500 Seiten eigentlich preiswert nennen. Selten bekommt man so viel Wissen mit einer derart umfassenden Ausstattung und Druckqualität. „Wild Lithops“ dürfte botanisch begeisterte Naturfreunde, Biologen etc. interessieren, und darüber hinaus auch viele, die Interesse an seltenen und exotischen Pflanzen haben. Für den Freund dieser Pflanzen-Gattung, für Naturalisten und Kenner der südafrikanischen Flora ist es ein absolutes Muss!

Zu erwerben ist das Buch beim Autor ([www.wild-lithops.com](http://www.wild-lithops.com)) oder beim Verlag ([mail@k-hess-verlag.de](mailto:mail@k-hess-verlag.de)).

**Dankwart Rauscher, Weißenhorn**



**Melanie H.  
Adamek  
Optimum Medien & Service  
GmbH, 2018  
ISBN: 978-3-  
9367-9817-3  
34,90 Euro**

## IM WALD SEIN

### **Die natürliche Antwort auf Psychostress und Zivilisationskrankheiten**

Wann haben Sie das letzte Mal einen ausgiebigen Spaziergang im Wald gemacht? Rechnen Sie sich noch daran, wie gut Sie sich dabei gefühlt haben? Dieses Wohlgefühl lässt sich wissenschaftlich fassen und es gibt sogar einen Namen für den Waldspaziergang: *Shinrin Yoku*. Der Begriff wurde 1982 in Japan vom Ministerium für Landwirtschaft, Forstwirtschaft und Fischerei geprägt und die dazugehörige Forschung mit staatlichen Mitteln gefördert. Hierzulande hat das „Waldbaden“ keine so lange Tradition und erst in den letzten Jahren wurde vermehrt darüber in den Medien berichtet. Aber dennoch hat der

Wald bei uns einen besonderen Stellenwert: Oft genug wird der Wald als besonderer, mystischer Ort in Märchen, Opern oder Gedichten beschrieben. Und wem „geht nicht das Herz auf“ bei einem Spaziergang im frisch ergrünenden Mischwald im Mai?

Für die promovierte Juristin Adamek waren die Kindheitserfahrungen mit ihren Großeltern und eine selbst auferlegte Auszeit im Wald DIE Schlüsselerlebnisse schlechthin, um sich mit dem Waldbaden als gesundheitliche Präventionsmaßnahme genauer auseinander zu setzen. Aus den Gesprächen mit verschiedenen Spezialisten und einem Experiment mit einer Gruppe Probanden ist das vorliegende Buch entstanden.

In insgesamt fünf Kapiteln setzt sich die Autorin mit den wissenschaftlichen Aspekten des Waldbadens auseinander und erklärt recht ausführlich und verständlich, welche Bedeutung die natürlichen Killerzellen für unsere Gesundheit haben und welchen Einfluss bestimmte Terpene, die im Wald vorkommen, auf diese Zellen haben.

Im Zentrum des Buches steht das Waldbaden-Experiment mit 12 Teilnehmern, die sich zu einem fünftägigen Kurzurlaub in den kroatischen Bergen zusammenfanden. Nicht nur der subjektive Eindruck der Probanden, den die Teilnehmer in eigenen Worten in im Buch eingestreuten Textkästen formulieren konnten, sondern auch die objektiv messbaren Zellzahlen und Zytokinkonzentrationen zeigen den positiven Effekt des Ausflugs. Aus ähnlichen Experimenten und Ergebnissen hat sich mittlerweile in Japan die Waldtherapie wei-

terentwickelt, die die Präventionsmaßnahme im Zusammenhang mit sehr verschiedenen Erkrankungen nutzen.

Summa summarum brachte das Buch für mich einige recht interessante Aspekte. Auch die positiven Auswirkungen der Achtsamkeit bei einem ausgiebigen Waldspaziergang sind natürlich wichtige Ergebnisse. Für meinen Geschmack ist das Buch gerade in puncto Waldbadenexperiment in Kroatien etwas sehr detailliert geschrieben. Außerdem muss man meiner Meinung nach nicht aus allem einen besonderen Trend mit viel Drumherum machen – ein schöner Spaziergang im Wald nach Feierabend oder am Wochenende braucht keine besondere Rechtfertigung und auch nicht unbedingt Bücher darüber.

**Ilse Zündorf, Frankfurt/M.**



**Alexander Wendt**  
Klett-Cotta,  
2018  
ISBN: 978-3-608-50353-1  
17,95 Euro

## Kristall

### *Eine Reise in die Drogenwelt des 21. Jahrhunderts*

„Eine rauschfreie Gesellschaft ist so wahrscheinlich wie ein Kolibriflug zum Mars!“ Diese Aussage bringt auf

den Punkt, dass die Menschen schon immer Mittel und Wege gefunden haben, sich zu berauschen. Und nicht nur die! Auch in der Tierwelt ist der Genuss vergorener Früchte, fermentierten Blütennektars oder alkaloidhaltiger Pflanzenteile, der zur Berauschung führt, durchaus bekannt.

Das ist die Ausgangssituation für den Autor, eine Reise durch die Drogenwelt des 21. Jahrhunderts anzutreten. Sie beginnt auf einer Toilette, wo sich ein Nutzer eine Dosis Crystal Meth auf eine für so manche Leser vielleicht etwas ungewöhnliche Art appliziert und endet bei künstlicher Intelligenz und bestimmten Implantaten zur Verbesserung der menschlichen Leistungsfähigkeit. Dazwischen liegen etliche Stationen, auf denen LSD, Cannabis, Heroin, Kokain, aber auch Alkohol thematisiert werden. Was wird wann wo warum wie intensiv und mit welchen Konsequenzen konsumiert? Alexander Wendt trifft sich für seine Recherche mit Konsumenten ebenso wie mit Drogenfahndern und Ärzten und er berichtet aus Umschlagplätzen und Suchtkliniken oder eben aus der Toilette einer Party-Location. Herausgekommen ist ein sehr gut zu lesendes Buch, in dem die Geschichte des Drogenkonsums anschaulich dokumentiert ist und verschiedene Argumente für oder gegen die Kriminalisierung diskutiert werden. Eines ist auf jeden Fall sicher: Die Menschheit wird weiterhin Mittel und Wege finden, sich zu berauschen und vermeintlich zu optimieren! Das wird sich auch in der Zukunft nicht ändern.

**Ilse Zündorf, Frankfurt/M.**