



**Andreas Winter**  
**Mankau Verlag,**  
**Murnau 2018**  
**ISBN 978-3-**  
**86374-442-7**  
**9,95 Euro**

## Müssen macht müde – wollen macht wach!

### Der Motivationsratgeber

Was ist Ihre Assoziation, wenn Sie an Fensterputzen, Wäschebügeln, Müllwegbringen denken? Fühlen Sie sich dann schlagartig völlig lustlos und ganz akut einfach zu müde dafür? Dann könnten Sie ein Fall für den Motivationscoach Andreas Winter sein!

Oder eher doch nicht?

Als ich die Werbung für das vorzustellende Buch gesehen habe, war ich doch etwas neugierig und bin halbwegs erwartungsvoll offen an das Buch herangegangen – eben aus erwähnten Gründen z.B. mit dem Fensterputzen. Die „Warnmeldung“ zu Beginn des Buches weckte noch zusätzlich die Neugierde: Dieses Buch dient nicht der Unterhaltung oder leichten Lektüre. Es ist ein Ratgeber, der ihr Leben radikal verändern kann!

Es klingt ja im Prinzip auch recht vernünftig, dass man etwas viel lieber macht, wenn man es tatsächlich machen will. Anschließend lässt sich das Erfolgserlebnis dann auch trefflich genießen. Allerdings sieht man leider oftmals viel zu schnell das Erfolgserlebnis „saubere, geputzte Fenster“ durch einen pollenbeladenen Regenschauer wieder schwinden. Da hat man dann doch ab und zu Schwierigkeiten, bald wieder eine entsprechende Putzaktion durchführen zu WOLLEN!

Wollen Sie jetzt wissen, wie es nach der Lektüre des Buches mit meiner Lust, die Fenster zu putzen steht?

Naja, ich habe gelernt, dass vieles an der Hausarbeits- oder anderer Unlust oft mit tief verborgenen, negativen Kindheitserlebnissen zusammenhängt, die beispielsweise während einer Hypnosesitzung bei Herrn Winter aufgedeckt und verarbeitet werden können. Ansonsten ist an manchen Stellen des Buches mein Blutdruck ziemlich gestiegen und ich musste mich beispielsweise mit Aufräumarbeiten abreagieren. Eine dieser Stellen war der Tipp, dass Mütter sich nicht den Stress machen sollen, immer und stets für andere da sein zu müssen (stimme ich voll zu), denn sonst kann das zu Brustkrebs führen. Und dann noch: Bevor man zum Mediziner muss, sollte man lieber zu jemandem gehen, der die Stresssituation (durch Coaching!) auflöst. Schließlich sei Krebs keine Krankheit und würde sich dann auch automatisch verkleinern, wenn die Stresshormone nachlassen. Ich frage mich da spontan, wie das wohl Krebspatientinnen aufnehmen, wenn sie es lesen?

Wollen Sie wissen, welche Stellen noch meinen Blutdruck in die Höhe getrieben haben? Naja, beispielsweise das Thema der sehr positiven und unterstützenden Kindererziehung und des Lernens nur sinnvoller Themen, wobei die Entscheidung natürlich aus der Sicht des Kindes getroffen werden soll, das vielleicht nicht so ganz die Sinnhaftigkeit der Grundrechenarten sieht. Oder die Stelle mit dem Hinweis, dass man das Geld verdienen lieben muss, nicht nur das Geld als solches. Wer an der Stelle ganz spontan an den Verkauf dieses und anderer Bücher sowie an das gesamte Coaching-Business denkt, gehört vielleicht nicht so ganz zur Zielgruppe des Buches.

Aber wahrscheinlich bin ich einfach nicht der richtige Adressat für diese Art Motivationscoaching. Ich lasse mich auch nicht so gern durch die Fallbeispiele von Bruno, Kommissar Grundmann oder Charlotte überzeugen – ganz im Gegenteil. Insofern ist der Hinweis im Anhang des Buches, dass sich interessierte Leser direkt vom Autor im Intensivseminar

(5 Tage) zum Gesundheitsberater ausbilden lassen können, bei mir völlig ins Leere gelaufen.

**Ilse Zündorf, Frankfurt am Main**



**Matthias Klüglich**  
**Editio Cantor**  
**Verlag, Aulendorf, 2018**  
**ISBN 978-3-**  
**87193-458-2**  
**68,00 Euro**

## Arzneimittelentwicklung – Von Target bis Launch

Der Autor des Buchs, Dr. Matthias Klüglich, ist Internist und ist nach einigen Jahren Tätigkeit im Krankenhaus – unter anderem als Prüfartz bei klinischen Studien – in die pharmazeutische Industrie gewechselt. Vor allem bei seiner Tätigkeit als Leiter der Klinischen Forschung Deutschland für Boehringer Ingelheim tauchte er tief in den Bereich der Arzneimittelentwicklung ein. So war er beispielsweise medizinischer Entwicklungsleiter des Kinaseinhibitors Nintedanib (Ofev®) für die Indikation idiopathische Lungenfibrose (Zulassung 2015). Der Autor weiß also, worüber er auf 255 Seiten schreibt, denn er kennt die „Reise“ vom Target bis zum Launch eines Arzneimittels aus eigener Erfahrung sehr gut.

Mit seinem Buch gibt Dr. Klüglich einen sehr gut strukturierten Ein- und Überblick in dieses äußerst spannende und hochgradig multidisziplinäre Feld. Beleuchtet werden in acht Kapiteln die biomedizinische Grundlagenforschung mit zugehöriger therapeutischer Rationale, die präklinische Entwicklung und – entsprechend der Wichtigkeit, aber auch der Erfahrung des Autors – sehr ausführlich die klinische Entwicklung mit dem Design klinischer Prüfungen und dem detail-

lierten Prüfprogramm. Natürlich werden auch die regulatorischen und ökonomischen Rahmenbedingungen diskutiert. Hervorheben möchte ich zwei besondere Abschnitte: Im Kapitel „Gibt es ein Erfolgsrezept?“ werden *Highlights* der Arzneimittelentwicklungen vorgestellt, um daraus Konzepte für die Zukunft abzuleiten. Unter der Überschrift „Innovative Konzepte“ wagt der Autor einen Blick in die nähere und fernere Zukunft, in Richtung personalisierte Medizin, integrierte Therpiekonzepte, *Big Data* und *Digital Trials*.

Das Buch richtet sich laut Vorwort an „Ärzte und Apotheker, an Mitarbeiter [...] der Arzneimittelindustrie, an Patienten, Prüfteams und Study Nurses, an alle, die sich [...] mit der Entstehung von Medikamenten beschäftigen und einen Blick über den Zaun werfen möchten.“ Ob ein interessierter Laie dem Text wirklich immer folgen kann, sei dahingestellt. Für den Rest des Zielpublikums ist das Buch sicherlich sehr gut geeignet. Trotz aller Begeisterung für den wirklich hervorragenden Inhalt darf die Achillesverse des Werks nicht unerwähnt bleiben. Man kann sie auch gar nicht verschweigen, denn sie fällt sofort beim Durchblättern auf: Über sehr weite Strecken wird der Leser dem ausgesetzt, was man typografisch als „Bleiwüste“ bezeichnet: viele Seiten Fließtext, kaum Abbildungen. Die wenigen eingestreuten Schemata oder Tabellen sind passend zur Bleiwüste in trübem grau gehalten. Bei dem stolzen Preis von immerhin 68 Euro sollte doch weitaus mehr möglich sein. Um es nochmals klar zu sagen: Der Text ist großartig und hat das Potential zu einem richtig guten Lehrbuch. Hier ist der Verlag am Zug: Er sollte für die Erstellung vieler didaktisch gut gemachter farbiger Abbildungen sorgen! Als pharmazeutischer Hochschullehrer würde ich mir das sehr wünschen, denn das Buch könnte eine große Lehrbuchlücke füllen.

**Robert Fürst, Frankfurt am Main**



**Brunhilde Bross-Burkhardt**  
**Haupt Verlag, Bern 2015**  
**ISBN 978-3-258-07907-3**  
**29,90 Euro**

## Lob des Unkrauts

### *Wilde Pflanzen in Garten und Stadt – nützlich und schön*

Wer hat sich nicht schon mal über die Unkraut-Flut im eigenen Garten geärgert? Statt Zier- oder Nutzpflanzen wachsen vielmehr Giersch, Brennnessel und Co.! Beim Haupt-Verlag habe ich kürzlich das Buch „Lob des Unkrauts“ entdeckt, das zwar nicht ganz neu auf den Markt gekommen, aber angesichts der schwindenden Biodiversität immer noch und wieder brandaktuell ist. Die Lehre daraus ist: Wir müssen einfach viel toleranter mit den Wildkräutern umgehen, damit auch Bienen und Schmetterlinge Nahrung finden! Außerdem liefert diese Einstellung natürlich auch eine gute Erklärung dafür, weshalb wir nicht pingelig auf die Entfernung jeglichen Unkrauts achten.

Eines schon mal vorab: Wie so viele Bücher aus dem Haupt-Verlag ist auch das Unkraut-Buch optisch sehr nett aufbereitet: Viele bunte Bilder vermitteln einen Eindruck von den vorgestellten „Un“-Kräutern, kleine Notizzettelchen liefern einen Steckbrief über die Wachstumsbedingungen der jeweils vorgestellten Pflanze. Auf üblicherweise einer Buchseite sind die genaueren Erkennungsmerkmale und Verwendungs- aber auch Verwechslungsmöglichkeiten aufgeführt.

Insgesamt 66 verschiedene Pflanzen sind so auf meist einer Doppelseite portraitiert und unter den verschiedenen Standorten wie „Beete und Äcker“, „Rabatten und Ränder“, „Wege und Flächen“ sowie „Zäune

und Hölzer“ einsortiert. Innerhalb dieser Gruppen sind die Pflanzen alphabetisch nach ihren botanischen Namen sortiert, weshalb sich Laien, an die das Buch eigentlich gerichtet ist, eventuell etwas schwerer zurechtfinden werden.

Interessant sind zudem die ca. 40 Seiten zu Beginn des Buches, die sehr treffend überschrieben sind mit „Annäherung an das Unkraut“. In diesem Abschnitt erfährt die Leserin/der Leser, welche Bedeutung die Wildkräuter in Pflanzengesellschaften hat und wie man als Gärtner/in am besten Frau/Herr der Unkrautpopulation im eigenen gepflegten Grün wird. Ganz praktisch dabei sind die Tipps, mit welchem Gerät welches Unkraut am effizientesten entfernt wird. Natürlich darf hier nicht fehlen, wie die Wildkräuter die Küche bereichern können.

Nach der Lektüre des Buches gehen Sie sicherlich sehr viel gelassener mit den Unkräutern in Ihrem Garten um – vielleicht nehmen Sie sogar den Tipp an und säen gezielt ein paar neu an? Bienen, Hummeln und Schmetterlinge würden sich sicher freuen!

**Ilse Zündorf, Frankfurt am Main**