

Marianne Koch

## Unser erstaunliches Immunsystem

Wie es uns schützt, wie es uns heilt – und wie wir es jeden Tag stärken können

*Das Wunderwerk der Körperabwehr: Alles, was wir über unser Immunsystem wissen müssen*

Millionen von Mikroorganismen besiedeln uns: Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten. Die meisten sind harmlos, einige aber bösartige Erreger. Ohne ein funktionierendes Immunsystem könnten wir nicht überleben. Mit welchen Mechanismen es der Körper schafft, die Erreger abzuwehren, wie er Fehlsteuerungen im Inneren des Organismus korrigiert und vor allem: Was wir selbst jeden Tag für unsere Körperabwehr tun können, veranschaulicht die Ärztin und preisgekrönte Medizinpublizistin Marianne Koch.



Marianne Koch

### **Unser erstaunliches Immunsystem**

Wie es uns schützt, wie es uns heilt – und wie wir es jeden Tag stärken können

Originalausgabe

208 Seiten

ISBN: 978-3-423-28227-7

EUR 20,00 [DE]

EUR 20,60 [AT]

ET 18. September 2020



© Acorn, 2023

Autor\*in

### **Marianne Koch**

Dr. med. Marianne Koch gab ihre internationale Filmkarriere für die Tätigkeit als Internistin auf. Sie arbeitet als Medizinjournalistin und Buchautorin, auf Bayern 2 hat die Medizinerin die Rundfunksendung ›Gesundheitsgespräch‹. Marianne Koch wurde mehrfach auf dem Gebiet der medialen Kommunikation von Medizin ausgezeichnet, u.a. wurde ihr 2019 die Paracelsus-Medaille verliehen, die höchste Auszeichnung der Bundesärztekammer. 2023 erhielt sie das Bundesverdienstkreuz Erster Klasse.

## Veranstaltungen und Medientermine

Marinne Koch präsentiert: "Mit Verstand altern. Wie es gelingt, geistig fit und lebendig zu bleiben"

Moderation: Prof. Dr. med. Bert te Wildt

📅 Mittwoch, 26.03.2025, 19:00 Uhr

📍 Traidtcasten Dießen

Klosterhof 10

86911 Dießen

🔗 [Zur Veranstaltung](#)

dtv

dtv

## Pressestimmen

»Unser erstaunliches Immunsystem« ist spannend, informativ und prägnant. Sie lernen Ihr Immunsystem immer besser kennen und verstehen.«

buecherplaza.de, 12. Oktober 2020

»Darin wird anschaulich erklärt, wie unsere Körperabwehrfunktionen funktionieren und was wir selbst dazu beitragen können, um unser Immunsystem zu trainieren, fit und somit auch bei Laune zu halten.«

oepb.at, 23. Oktober 2020

»Die bekannte TV-Internistin Dr. Marianne Koch (89) erklärt in ihrem neuen Ratgeber ›Unser erstaunliches Immunsystem«, wie unsere Abwehr arbeitet und wie wir sie unterstützen können.«

Funk Uhr, 20. November 2020

»Was wir selbst jeden Tag für unsere Körperabwehr tun können, veranschaulicht die preisgekrönte Medizinpulzistin Marianne Koch.«

Nieder-Eschbacher Anzeiger, 11. Dezember 2020

»Das Wichtigste, was jeder von uns selbst täglich für ein gesundes Immunsystem tun kann.«

Tiroler Tageszeitung, 23. Januar 2021

»Verständlich formuliert, ganzheitlich gedacht.«

Neue Presse, 4. Februar 2021

»Unterhaltsam und anschaulich zu lesen.«

Neue Welt, 17. Februar 2021

»Die Ärztin und Moderatorin Dr. Marianne Koch beschreibt die kompletten Mechanismen auf verständliche Weise und gibt Tipps dazu, wie man es stärken kann.«

Plus Magazin, 1. September 2023

»Ein gut lesbarer Ratgeber, der uns hilft, selber aktiv zu werden und uns jeden Tag etwas Gutes zu tun.«

Land & Forst

»Der handliche Band besticht nicht nur mit seinen präzisen und gut verständlichen Texten der Ärztin, sondern auch mit seiner vierfarbigen Illustration von Jörg Mair.«

Bücherrundschau, Herbert Pardatscher-Bestle

»Was wir selbst jeden Tag für unsere Körperabwehr tun können, veranschaulicht die Ärztin und preisgekrönte Medizinpulzistin Marianne Koch.«

Buch-Magazin, Bernd Kielmann

»Für ein breites Publikum gut verständlich, präsentiert sie fundiert recherchierte Informationen rund um die Funktionsweise des menschlichen Abwehrsystems.«

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG

Podologie, Marion Trutter  
Tumblingerstraße 21

80337 München

## **Autor\*in Marianne Koch bei dtv**

- Alt werde ich später, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28298-7
- Mit Verstand altern, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28408-0
- Das Herz-Buch, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34849-2
- Unser erstaunliches Immunsystem, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28227-7
- Mein Gesundheitsbuch, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-24421-3
- Unser erstaunliches Immunsystem, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35049-5
- Das Vorsorge-Buch, Paperback, ISBN: 978-3-423-26135-7
- Alt werde ich später, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35196-6