

**Andreas Nieswandt**

## Heile deine Augen

Augenleiden naturheilkundlich selbst behandeln

VIVITA 2015, Klappenbroschur, 3. Auflage, 224 Seiten, 72 Abbildungen, 51 Tabellen, durchgehend vierfarbig, 19,80 €, EAN 9783981252088

Inzwischen liegt die 3. Auflage des alternativen Augenheilstellers im VIVITA-Verlag vor. Man sollte vielleicht wissen, dass das Buch bereits vorab zwei Auflagen lang in einem anderen Verlag erschienen war. Alter Schnee also von gestern? Mitnichten! Der Autor aktualisiert mit jeder Auflage sein Buch und ergänzt Inhalte, wenn sich entsprechend neue oder wirksamere Methoden als brauchbar erwiesen haben. Auch der Verlag verbessert das Buch von Auflage zu Auflage. Hier in der 3. Version wurde z.B. der Satz noch lesefreundlicher gestaltet. Daher kann man bei diesem Buch mit Fug und Recht behaupten, dass „Heile deine Augen“ inzwischen ein Standardwerk der naturheilkundlichen Augenbehandlung ist.

Dieses Werk ist grundsätzlich als Kompendium zum Thema ganzheitliche Augenheilkunde gedacht und in dieser Art sicher die umfassendste Zusammenstellung von komplementärmedizinischen Behandlungsmethoden bei vielen verschiedenen Augenleiden. Im Kernansatz geht es um die Erkenntnis, dass Krankheiten des Sehorgans auch persönliche Ursachen, wie etwa eine falsche Ernährung haben können. So ist der therapeutische Ansatz des Autors primär eine Synthese aus Ernährungsumstellung, Akupunktur, Spagyrik, Homöopathie, Schüssler-Salzen, Atem- und Lichttherapie. Soweit mir der Verlag Auskunft erteilte, erscheint die 4. Auflage im Frühjahr 2021 mit einem gesonderten Kapitel über die Gemmotherapie, die sich offensichtlich als sehr wirkungsvoll bei verschiedenen Symptomen, wie etwa „Trockenes Auge“ erwiesen hat. Vor allem beteiligt Andreas Nieswandt in seinem Ansatz den Patienten aktiv am Prozess der Gesundung, denn ohne persönliches Zutun ist wirkliche Heilung nicht möglich.

Die im Anhang aufgeführten Indikationstabellen helfen erste Behandlungsschritte durch Homöopathika etc. selbst einzuleiten, wie das etwa bei Gerstenkorn, Bindehautentzündungen durch Zugluft oder trockene und tränende Augen durch Überbeanspruchung der Fall ist. Das sind Probleme, die jeden betreffen können und für die dieses Buch die richtigen Heilmittel parat hält. Ein wertvolles Buch, das in meiner Hausapotheke für erste Hilfe Maßnahmen einen festen Platz gefunden hat.