





# **Vergissmeinnicht – ein Raublattgewächs**

## VORWORT DER ÄRZTIN BARBARA MILLER

Ich habe Frau Fischer vor über einem Jahr auf einem Fastenseminar im Allgäu kennengelernt. Ihr schönes Sachbuch, dessen dritte Auflage Sie nun in den Händen halten, lernte ich dort ebenfalls kennen und war sehr beeindruckt von der klar strukturierten und kurzweilig unterhaltsamen Herangehensweise Frau Fischers an Themen, die in anderen Büchern eher trocken abgehandelt werden und meist bereits vergessen sind, bevor die Buchdeckel zuklappen. Dass sie sich all dieses theoretische Wissen aus eigener Neugier und Wissensdurst erarbeitet hat, bedingt durch ihre eigene medizinische Vorgeschichte und den Wunsch, für sich alternative Behandlungswege zu finden,

ist für mich, als ganzheitlich tätige Ärztin, bewundernswert. Die Fähigkeit, solche komplizierten Zusammenhänge einfach und anschaulich zu erklären, ist das Merkmal eines exzellenten Lehrers. Dieses Buch kann Wissenslücken schließen, da, wo uns Therapeuten schlicht die Zeit fehlt, um unseren Patienten nicht nur Anweisungen zu geben, wie sie sich ernähren und was sie eher meiden sollten, sondern beim „Warum“. In meiner Praxis sehe ich immer wieder, dass die Compliance, also das Befolgen der ärztlichen Anweisungen, umso zuverlässiger erfolgt, je besser der Patient begreift, warum sein Körper von diesen und jenen Nahrungsmitteln profitiert oder aber geschädigt wird. Obwohl ich grundsätzlich 90-minütige Termine verbe, reicht auch diese Zeit häufig nicht aus und gerne verweise ich auf weiterführende Literatur wie dieses Buch.