Titel: Woman on Fire

Autor: Dr. med. Sheila de Liz

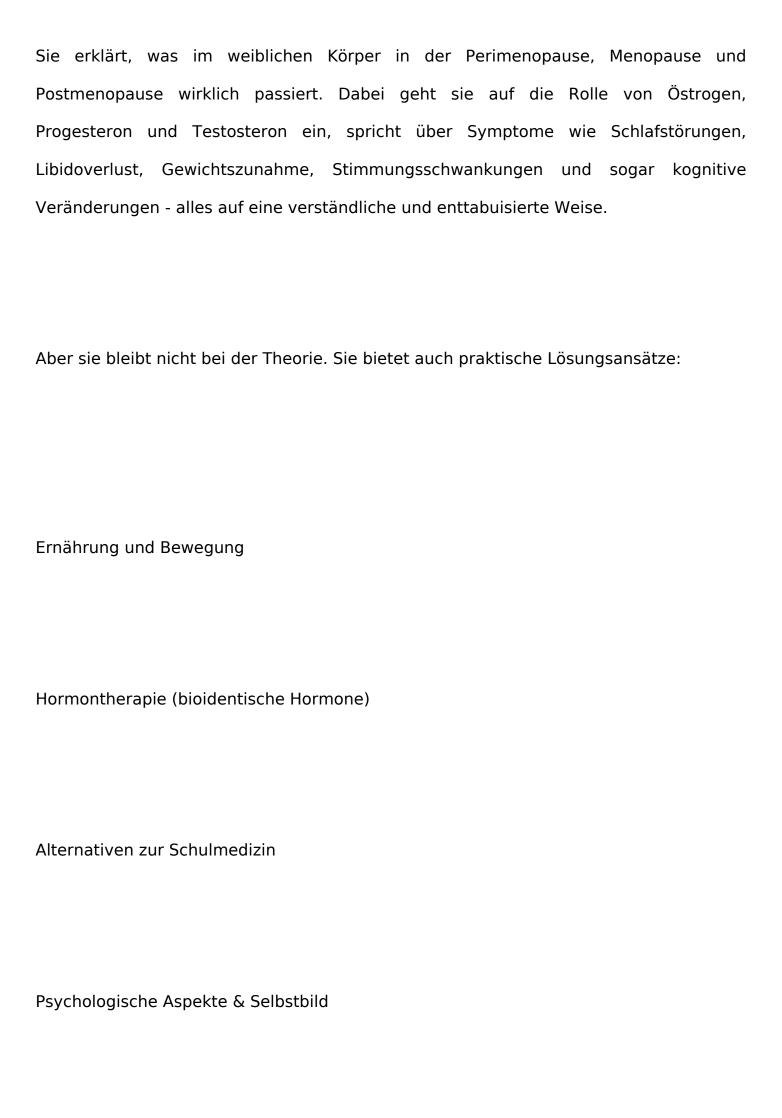
Zusammenfassung:

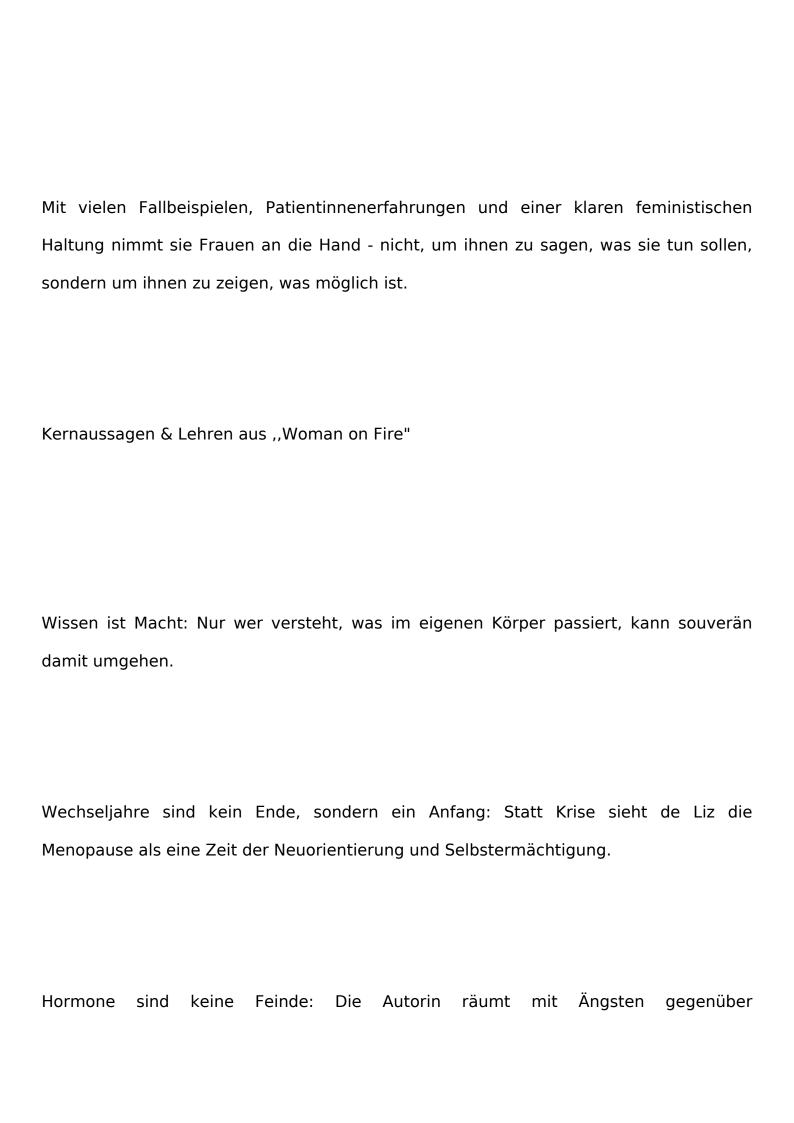
Ein erster Blick auf "Woman on Fire" - Buchinhalt kompakt

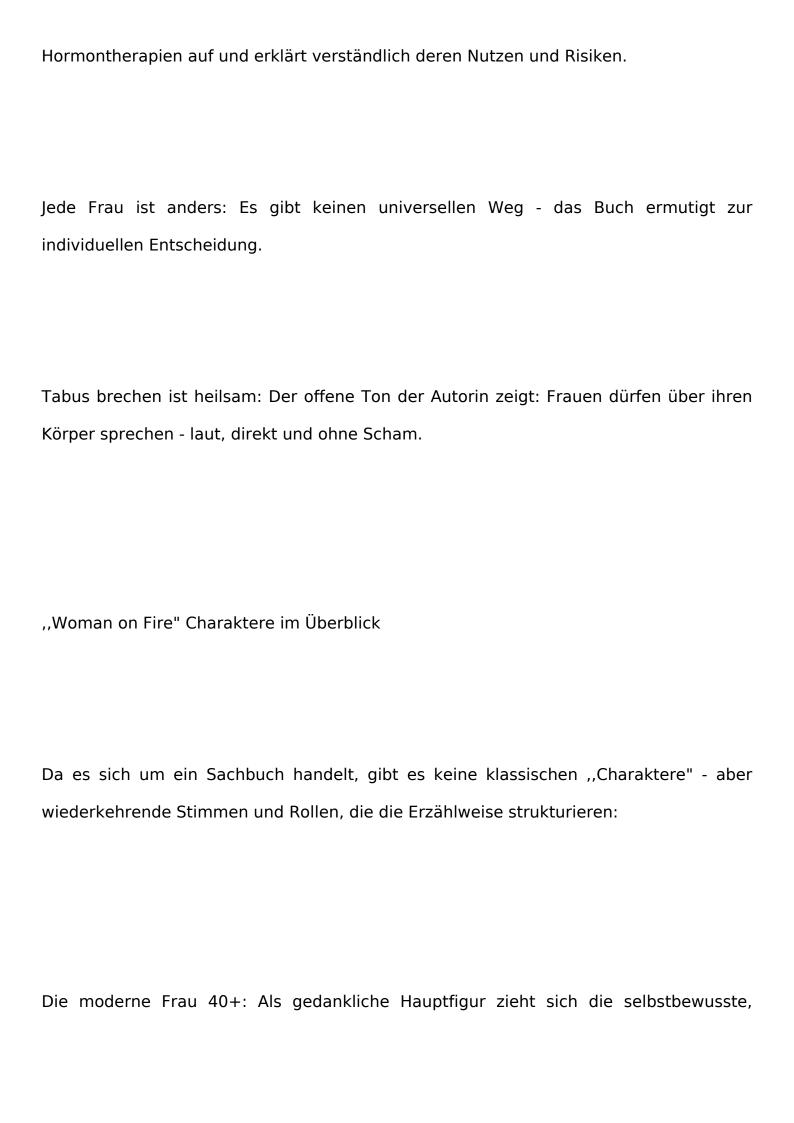
"Woman on Fire" ist ein erfrischend offenes, medizinisch fundiertes und zugleich humorvolles Buch über ein Thema, das viele Frauen betrifft, aber oft tabuisiert wird: die Wechseljahre. Dr. med. Sheila de Liz, selbst Gynäkologin mit langjähriger Erfahrung, räumt mit Mythen auf, klärt sachlich auf und gibt Frauen die Macht über ihren Körper zurück - mit Wissen, Haltung und Humor.

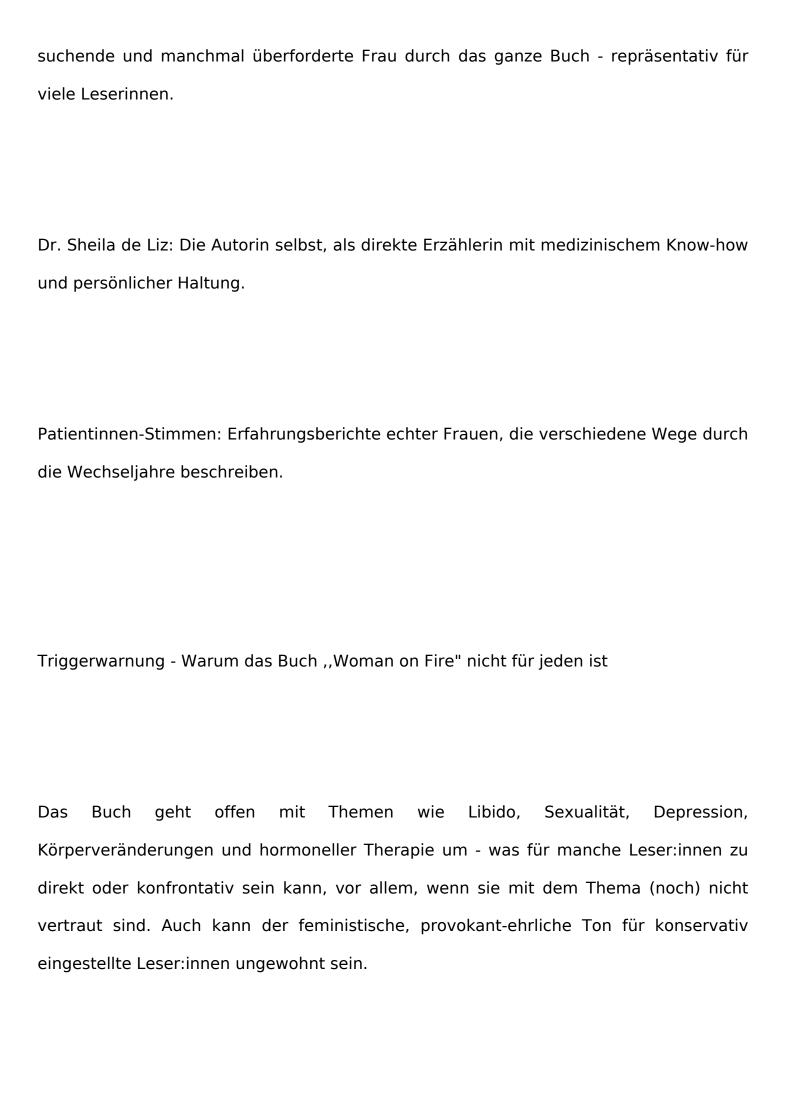
Worum geht es im Buch ,, Woman on Fire"? (Inhalt & Handlung)

In diesem Buch geht es um weit mehr als nur Hitzewallungen oder hormonelle Veränderungen. Dr. Sheila de Liz beschreibt die Wechseljahre als eine Phase der Transformation - körperlich, emotional und gesellschaftlich.









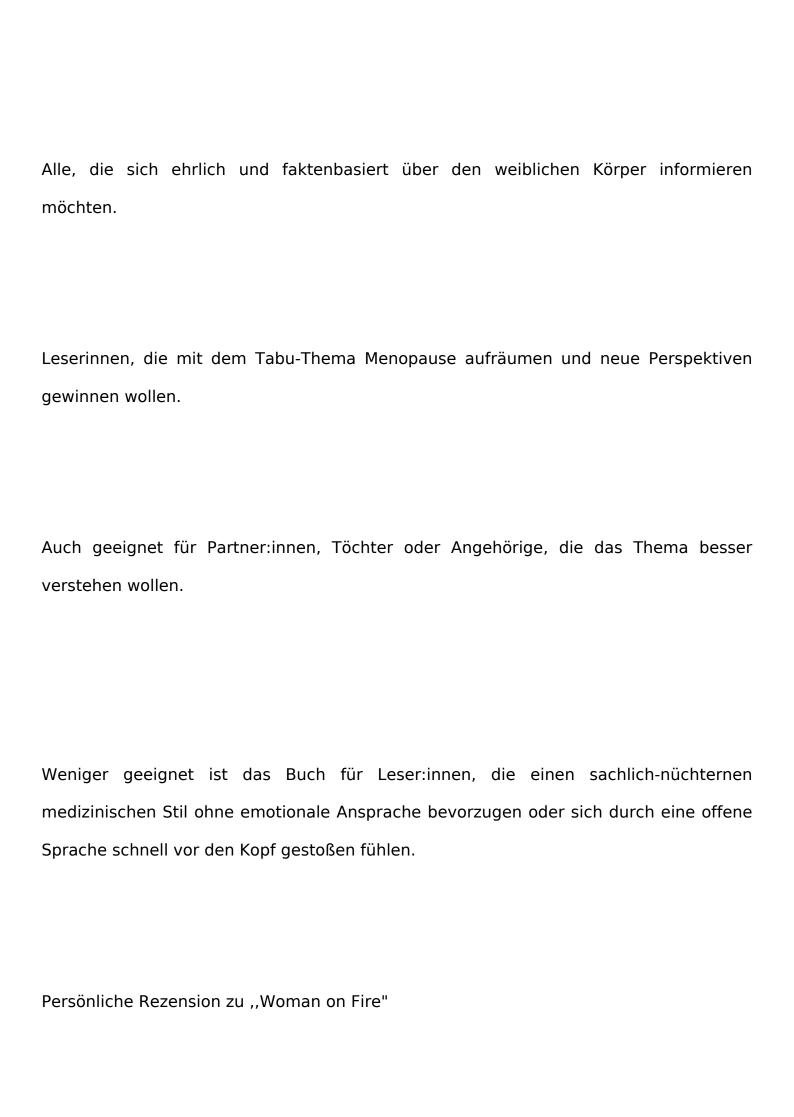
Sprachstil & Atmosphäre

Sheila de Liz schreibt lebendig, frech, medizinisch fundiert und dennoch verständlich. Ihr Ton ist direkt, witzig und manchmal provokant - aber immer nahbar. Sie duzt ihre Leserinnen, verwendet bildhafte Sprache und nimmt kein Blatt vor den Mund. Das schafft Vertrauen und macht selbst komplexe medizinische Inhalte leicht zugänglich.

Die Atmosphäre ist dabei ermutigend: Das Buch fühlt sich an wie ein Gespräch mit einer klugen, humorvollen Freundin, die Ärztin ist - und die einem endlich sagt, was Sache ist.

Für wen ist das Buch "Woman on Fire" geeignet?

Frauen ab 35 Jahren, die sich auf die Wechseljahre vorbereiten oder mitten drin stecken.



"Woman on Fire" hat mich nicht nur informiert, sondern auch inspiriert. Sheila de Liz gelingt es, ein medizinisch oft trockenes Thema in ein echtes Leseerlebnis zu verwandeln. Ich habe beim Lesen gelacht, gestaunt - und vieles über den weiblichen Körper gelernt, was mir so nie jemand erklärt hat.

Besonders beeindruckt hat mich, wie mutig und direkt sie Dinge benennt, die in unserer Gesellschaft oft verschwiegen werden: Dass Lust und Hormonmangel zusammenhängen können, dass viele Symptome behandelbar sind - und dass Frauen nicht "leiden müssen", nur weil sie älter werden.

Dieses Buch ist keine medizinische Pflichtlektüre - es ist ein feministisches Manifest, eine Ermutigung und eine Einladung zur Selbstfürsorge. Pflichtlektüre für jede Frau über 35.

Hörbuch & Video-Zusammenfassung

