

Ruth Jahn

# Kinder sanft und natürlich heilen

Ein Ratgeber aus der Beobachter-Praxis

**Beobachter**  
Ratgeber

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
<b>1 Was gesunde Kinder brauchen</b>	<b>12</b>
<hr/>	
<b>1.1 Sanfte Selbsthilfe</b>	<b>14</b>
Training für den kleinen Organismus	14
Bewährte Naturmedizin	15
Heilen mit Bedacht	16
Wehwehchen oder ernste Krankheit?	17
Wie Sie dieses Buch benutzen	18
<b>1.2 Gesund werden</b>	<b>22</b>
Zuwendung ist die beste Medizin	22
Ruheinseln für kleine Patienten	23
Baby, Kleinkind, Schulkind: das hilft	25
<b>Gesundzwerge</b>	<b>28</b>
<b>1.3 Gesund bleiben</b>	<b>32</b>
Vorbeugen ist besser als heilen	32
Gesunde Ernährung – von Anfang an	34
Gesunde Zähne	38
Purzelbaum ins Leben	39
Dem Rücken Sorge tragen	41
Die Abwehr stärken	44
Impfen: Ja oder nein?	47
<b>Beim Kinderarzt</b>	<b>52</b>
<b>2 Naturmedizin kinderleicht</b>	<b>56</b>
<hr/>	
<b>2.1 Kneipp für Kinder</b>	<b>58</b>
Inhalieren	58
Gurgeln	60
Dusche für die Nase	61

Warme Bäder	61
Ansteigende Bäder	63
Wechselwarmes Fussbad	64
Kaltes Armbad	65
Mit Kindern in die Sauna	66
Darmeinlauf	66
<b>2.2 Kleines Wickel-Einmaleins</b>	<b>68</b>
Kalte Wickel	70
Wadenwickel und Zitronensocken	72
Warme Wickel	72
<b>2.3 Heilkräuter für Kinder</b>	<b>76</b>
Gesundheit aus der Teetasse	76
Tee für Wickel, Waschungen und Bäder	78
Tinkturen und ätherische Öle	78
<b>Mitmach-Medizin</b>	<b>80</b>
<b>2.4 Homöopathie</b>	<b>84</b>
Individuell und beliebt	84
Eine kleine, feine Auswahl	86
Homöopathie richtig anwenden	86
<b>2.5 Anthroposophische Medizin</b>	<b>88</b>
Wirksam auf vier Ebenen	88
Gar nicht so versteinert	89
Anthroposophische Medizin richtig anwenden	90
<b>2.6 Spagyrik</b>	<b>92</b>
Alchemie im Spray	92
Spagyrik richtig anwenden	93
<b>2.7 Entspannung kinderleicht</b>	<b>96</b>
Ruhen, atmen, träumen	96
Autogenes Training	98
Progressive Muskelrelaxation	99
Yoga	100
<b>Schlafen lernen</b>	<b>102</b>

<b>2.8 Massagen</b>	<b>104</b>
Streicheln verbindet	104
So genießt Ihr Kind die Massage	104

### **3 Was fehlt meinem Baby?** **108**

---

<b>3.1 Wann mit dem Baby zum Arzt?</b>	<b>110</b>
<b>3.2 Babys Beschwerden von A – Z</b>	<b>112</b>
Bronchiolitis	112
Dreimonatskoliken	113
Gelbsucht	117
Hautprobleme beim Neugeborenen	120
Milchschorf (Säuglings-Ekzem)	121
Nabelpflege	122
Spucken	123
Windeldermatitis, Mundsoor	125
Zahnen	128

### **4 Was fehlt meinem Kind?** **132**

---

<b>4.1 Wann mit dem Kind zum Arzt?</b>	<b>136</b>
<b>4.2 Allergien</b>	<b>138</b>
Hausstaubmilben-Allergie	138
Heuschnupfen	141
Insektengift-Allergie	145
Kontaktallergie	146
Nahrungsmittel-Allergie	148
Neurodermitis <i>Für das Baby</i>	150
Tierhaarallergie	156
<b>Allergien</b>	<b>158</b>
<b>4.3 Atemwege</b>	<b>162</b>
Asthma	162
Bronchitis	167

Husten <i>Für das Baby</i>	170
Pseudokrupp	174
<b>4.4 Augen, Mund</b>	<b>176</b>
Aphthen	176
Bindehautentzündung <i>Für das Baby</i>	178
Fieberblasen (Lippenherpes)	181
Gerstenkorn	183
<b>4.5 Gelenke, Muskeln</b>	<b>186</b>
Gelenk- und Muskelschmerzen	186
Muskelkater	188
Sehnenscheiden-Entzündung	190
<b>4.5 Hals, Nase, Ohren</b>	<b>192</b>
Hals- oder Mandelentzündung	192
Heiserkeit	196
Nasenbluten	197
Nasennebenhöhlen-Entzündung	198
Mittelohrentzündung	201
Schnupfen <i>Für das Baby</i>	205
<b>Heilsames Fieber <i>Für das Baby</i></b>	<b>210</b>
<b>4.7 Harnwege</b>	<b>214</b>
Bettnässen, Einnässen	214
Blasenentzündung	217
<b>4.8 Haut</b>	<b>220</b>
Akne	220
Fusspilz	223
Insektenstiche	225
Kopfläuse	227
Nagelbett-Entzündung (Umlauf)	230
Sonnenbrand	231
Warzen	234
Zeckenstich	236
<b>Kinderhaut</b>	<b>240</b>

<b>4.9 Psychische und psychosomatische Beschwerden</b>	<b>244</b>
Kranke Kinderseele	244
ADHS, ADS	244
Angst, Prüfungsangst	248
Depressive Verstimmung	252
Kopfschmerzen, Migräne	254
Schlafstörungen <i>Für das Baby</i>	259
<b>4.10 Verdauungstrakt</b>	<b>264</b>
Blähungen <i>Für das Baby</i>	264
Durchfall, Brechdurchfall <i>Für das Baby</i>	267
Erbrechen <i>Für das Baby</i>	271
Verstopfung <i>Für das Baby</i>	274
<b>Krankenkost</b>	<b>278</b>
<b>5 Klassische Kinderkrankheiten</b>	<b>282</b>
<hr/>	
<b>5.1 Kinderkrankheiten von A – Z</b>	<b>284</b>
Dreitagefieber	284
Hand-Fuss-Mund-Krankheit	286
Keuchhusten	288
Masern	290
Mumps	292
Mundfäule (Herpes)	294
Pfeiffersches Drüsenfieber	295
Ringelröteln	297
Röteln	299
Scharlach	301
Windpocken <i>Für das Baby</i>	302
<b>Trinken ist wichtig <i>Für das Baby</i></b>	<b>306</b>
<b>6 Unfälle und Erste Hilfe</b>	<b>310</b>
<hr/>	
Erste Hilfe	312

<b>6.1 Unfälle von A – Z</b>	<b>316</b>
Gehirnerschütterung <i>Für das Baby</i>	316
Prellungen	318
Verbrennungen	319
Vergiftungen	321
Verschlucken von Fremdkörpern	322
Verstauchungen	323
Wunden, Schürfwunden, Spreissel	324
Zahnverletzungen	328
<b>Unfälle verhüten</b>	<b>330</b>

## **Anhang** **335**

---

Liste der erwähnten Heilpflanzen	336
Checkliste: Ihre Hausapotheke	344
Homöopathische Kinderapotheke	347
Adressen und Links	348
Literatur	349
Stichwortverzeichnis	351

# 1. Was gesunde Kinder brauchen

---

Ihrem kranken Kind helfen Sie am besten mit einer Extraportion Zuwendung und sanfter Naturmedizin.

Was Sie bei der Selbsthilfe beachten müssen und wie Sie Ihr Kind vorbeugend unterstützen, damit es gesund bleibt, erfahren Sie in diesem Kapitel.





---

<b>1.1 Sanfte Selbsthilfe</b>	<b>14</b>
Training für den kleinen Organismus	14
Bewährte Naturmedizin	15
Heilen mit Bedacht	16
Wehwehchen oder ernste Krankheit?	17
Wie Sie dieses Buch benutzen	18
<b>1.2 Gesund werden</b>	<b>22</b>
Zuwendung ist die beste Medizin	22
Ruheinseln für kleine Patienten	23
Baby, Kleinkind, Schulkind: das hilft	25
<b>Gesundzwerge</b>	<b>28</b>
<b>1.3 Gesund bleiben</b>	<b>32</b>
Vorbeugen ist besser als heilen	32
Gesunde Ernährung – von Anfang an	34
Gesunde Zähne	38
Purzelbaum ins Leben	39
Dem Rücken Sorge tragen	41
Die Abwehr stärken	44
Impfen: Ja oder nein?	47
<b>Beim Kinderarzt</b>	<b>52</b>

## 1.1 Sanfte Selbsthilfe

Ob Babys Nase läuft, das Kleinkind mit einer Magen-Darm-Grippe im Bett liegt oder das Schulkind ein verstauchtes Bein hat: Krankheiten gehören zum Kindsein, sind sozusagen Teil der Entwicklung. Sie können aber den Alltag der Familie gehörig durcheinanderbringen: Die Betreuung des kleinen Patienten, der kleinen Patientin will organisiert sein, Freizeitpläne müssen verschoben, Besorgungen delegiert werden. Oft leidet nicht bloss das kranke Kind, sondern auch die Eltern – weil sie sich um die Gesundheit ihres Sprösslings sorgen. Und sind Geschwister da, müssen sie sich mit ihren Anliegen manchmal etwas gedulden.

### **Training für den kleinen Organismus**

Ein Trost: Mit den Jahren wird Ihr Kind immer seltener eine Rotznase haben, einmal hat es das Gros der Kinderkrankheiten hinter sich. Denn der kindliche Organismus lernt und reift bei der Bekanntschaft mit Vi-

ren, Bakterien und Parasiten: Erreger, die das kindliche Abwehrsystem einmal kennen gelernt hat, kann es später im Leben schneller und besser bekämpfen. Das heisst nicht, dass man Kinder bewusst Infektionserregern aussetzen sollte. Aber der Gedanke, dass das Kranksein nicht nur negative Seiten hat, kann tröstlich sein. Manche Eltern erleben gar, dass ihr Kind nach durchgestandener Krankheit einen Entwicklungsschub macht.

Sicher ist: Wenn die Kräfte, der Appetit und die Lust am Spielen langsam zurückkehren, ist das Siechtum schnell vergessen, und Ihr Kind ist um eine – oft auch gute – Erfahrung reicher. Und vielleicht ist im Kind mit dem Krankwerden und wieder Gesunden eine innere Sicherheit gewachsen, mit Unbill im Leben umgehen zu können.

### **Eine Zeit der Nähe**

Die meisten Eltern nehmen sich extra viel Zeit für ihr krankes Kind. Mehr als sonst stellen sie sich auf seine Bedürfnisse und Wünsche ein. So sind die Tage, in denen Ma-



ma so viel am Bettrand sitzt und Papa das Lieblingsessen für das Kind kocht, auch eine ganz besondere Zeit, in der sich Eltern und Kind näher sind als sonst. Und in der das Kind wie auch die Erwachsenen vielleicht sogar wieder Kraft tanken können für den Alltag.

## Bewährte Naturmedizin

Naturmedizin und Hausmittel hatten in der ländlich geprägten Schweiz schon immer einen grossen Stellenwert. Schliesslich sind wichtige Grössen der Naturheilkunde Schweizer, etwa die Kräuter-Pioniere Johann Künzle und Alfred Vogel oder der Arzt und

Vorkämpfer für die Vollwertkost, Maximilian Bircher-Benner. Auch heute wollen viele Eltern ihr Kind in kranken Tagen möglichst natürlich heilen. Oder sie beugen noch in gesunden Tagen mit sanften Mitteln vor. Denn sie möchten der Gesundheit ihres Kindes auf ganzheitliche Art und Weise Sorge tragen – und möglichst ohne Nebenwirkungen.

Unterstützung hierbei erfahren sie auch von medizinischer Seite: Viele Kinderärzte und Hausärztinnen hierzulande ermuntern Mütter und Väter zum Ausprobieren von Zwiebelwickel und Hustentee oder empfehlen ihren kleinen Patienten Kneippsche Bäder zur Abwehrstärkung. Manches beinahe vergessene Kräuterrezept oder Hausmittel der Grossmutter wird so zu neuem Leben er-

weckt. Ausserdem bieten immer mehr Familienmediziner – in Ergänzung zur Schulmedizin – sogenannte komplementäre Methoden an, also Heilmethoden wie Homöopathie, anthroposophische oder pflanzliche Medizin.

### Hohe Erwartungen

Eine Studie der Universität Bern aus dem Jahr 2008 zeigt: Vor allem Krankheiten bei Babys und kleineren Kindern, Hautkrankheiten wie Neurodermitis, diverse chronische und nicht gut klassifizierbare Krankheiten, aber auch psychische Störungen und Verhaltensauffälligkeiten führen Eltern zu schulmedizinisch *und* naturheilkundlich praktizierenden Ärzten. Und: Eltern, die einen solchen Patchwork-Mediziner wählen, erwarten eher, dass ihr Kind geheilt wird als Eltern, die ihr Kind zu einem reinen Schulmediziner bringen. Auch gehen sie oft davon aus, dass die Therapie für das Kind angenehm sein wird und nur wenig Nebenwirkungen zeitigt.

### Heilen mit Bedacht

Quarkwickel, Melissentee, Pulsatilla und Co. haben nahezu keine Nebenwirkungen. Und: Die meisten Hausmittel sowie pflanzlichen und homöopathischen Arzneimittel sind Allrounder, mit denen Sie eine Vielzahl von Beschwerden bei Kindern lindern oder heilen können. Mit den Mitteln und Heilme-

thoden in diesem Ratgeber können Sie nicht viel falsch machen: Sie sind danach ausgewählt, ob sie gut wirken, erprobt sind, möglichst wenig unerwünschte Wirkungen haben – und ob Kinder sie gerne anwenden. Deshalb fehlen in diesem Buch hautreizende Substanzen und bittere Tees genauso wie kalte Kneipp-Güsse oder Heilpflanzen, die bei längerer Anwendung schaden könnten.

### Natürlich ist nicht immer harmlos

Bei ätherischen Ölen (Seite 78), immunstimulierenden Mitteln (Seite 46) und alkoholhaltigen Tinkturen für den innerlichen Gebrauch (Seite 79) empfiehlt dieser Ratgeber einen sorgsamen Umgang, damit das Kind keinen unnötigen Risiken ausgesetzt wird. So sollten etwa ätherische Öle nicht an Schleimhäute des Kindes gelangen und niemals bei Babys oder Kleinkindern angewendet werden (siehe Seite 79). Kamillentee oder Tinkturen sollten Sie nicht in die Augen des Kindes kommen lassen, um Allergien respektive eine Reizung des Auges zu verhindern. Dieser Ratgeber macht Sie jeweils auf Vorsichtsmassnahmen aufmerksam.

Wichtig: Auch Heilmittel, die «reine Natur» enthalten, können überdosiert werden oder Allergien auslösen. Halten Sie sich deshalb genau an die im Buch genannten Dosierungen: Diese sind, sofern nichts anderes erwähnt ist, an Kinder ab 2 Jahren angepasst. Bei Unsicherheiten fragen Sie den Kinderarzt oder die Apothekerin. Auch falls Sie ein

# Stichwortverzeichnis

*anthro.* = anthroposophische Anwendung, *hom.* = homöopathische Anwendung,  
*sp.* = spagyrische Anwendung

## A

- Abc-Schema ..... 313  
 Abhärtung ..... 45, 46, 58, 66  
 Absud ..... **76**  
 Abwehr..... 14, **44**, 64, 66,  
     169, 178, 224, 236  
     siehe auch Immunsystem  
 – Baby ..... 25  
 – Fieber ..... 210  
 – stärken ..... 18  
 Acidum nitricum hom. .... 182  
 Ackerschachtelhalm  
     siehe Zinnkraut  
 Aconitum hom. .... 129, 174,  
     194, 196, 197, 203, 218, 249,  
     289, 291, 293, 300, 304  
 ADHS/ADS ..... **244**  
 Akne ..... 58, **220**  
     siehe auch Neugeborenenakne  
 Allergien ..... 33, 35, 46, 89,  
     136, **138**, **158**  
 – und Aphthen ..... 176  
 – und Bindehaut-  
     entzündung ..... 178  
 – und Erbrechen..... 271  
 – und Impfen ..... 49  
 – und Mittelohrentzündung .. 201  
 – und Nasennebenhöhlen-  
     Entzündung ..... 198  
 – Symptome..... 17  
 Allium cepa hom. .... 142, 207  
 Aloe Vera..... 220  
 – Gel..... 147, 152, 223, 232  
 Aluminium ..... 49  
 Anaphylaxie ..... 49, 145, 148  
 Angina ..... **192**, 195  
     siehe auch Mandelentzündung  
     – und Mittelohrentzündung .. 201  
     – und Scharlach ..... 301  
 Angst..... 23, 27, 244, **248**, 267  
 Anis ..... 77, 172  
 – -Milch ..... 264  
 – -tee ..... 114, 168, 264,  
     266, 275, 289  
 Ansteigendes  
     – Armbad ..... 64, 163, 248, 296  
     – Bad ..... **63**, 211  
     – Fussbad ..... 58, 64, 163,  
     167, 192, 202, 206,  
     217, 256, 275  
 Anthroposophische  
     Medizin ..... **88**  
 Antimonit-Rosen-  
     Gel anthro. .... 177  
 Apathie.... 18, 166, 292, 294, 307  
 – Baby ..... 110, 117, 125  
 – und Impfen ..... 49  
 Apfel ..... 226, 234  
 Apfelessig ..... 220, 221, 225  
 Aphthen..... **176**  
     – und Mundfäule ..... 294  
 Apis hom..... 140, 147, 150,  
     182, 183, 190, 203, 218, 226,  
     231, 232, 294, 300, 301, 320  
 Apis-Belladonna-Mercurio-  
     Globuli anthro..... 177, 194  
 Archangelika-  
     Salbe ..... 73, 293, 300  
 Argentum nitricum  
     hom. .... 257, 261, 265  
 Arnika  
     – hom. .... 187, 197, 189,  
     232, 317, 318, 324, 326  
     – -lösung ..... 316  
     – -Pulswickel ..... 249, 271  
     – -salbe ..... 189, 318, 324  
     – sp. .... 191, 319, 324, 327  
     – -tinktur ..... 71, 73, 187,  
     189, 190, 225, 249,  
     271, 318, 324  
 Arnika-Brennnessel-Gel  
     anthro. .... 226, 232  
 Aronstab sp. .... 177, 194  
 Arsenicum album  
     hom..... 140, 142,  
     150, 164, 223, 268  
 Arthritis ..... 188  
 Artischocke ..... 119, 272  
 Aspiration ..... 315, 322  
 Asthma ..... 24, 26, 27, 33,  
     46, 58, 65, 66, 96, 141,  
     162, 169, 170, 174, 244  
 – und Allergie ..... 138, 145,  
     148, 156, 158, 159, 160  
 – und Neurodermitis ..... 150  
 Atemaussetzer ..... 51, 113,  
     170, 174, 260, 288  
 Atemgeräusche,  
     pfeifende ..... 170, 174

Atemnot ..... 17, 113, 136,  
141, 157, 162, 166, 170, 174, 175,  
195, 213, 290, 302, 322, 323  
– und Allergie ..... 145, 148, 150  
– und Insektenstich ..... 227  
Ätherisches Öl ..... 16, 62, **78**  
Ätzzstoff hom.  
  siehe Causticum hom.  
Aufguss ..... **76**  
Augenblutung ..... 288  
Augentrost ..... 73  
– hom.  
  siehe Euphrasia  
– sp. .... 144, 184, 207  
– -tee ..... 71, 73, 139, 142,  
179, 180, 183  
Aura ..... 255  
Auslöser  
– Asthma ..... 163  
– Aphthen ..... 176  
– Migräne ..... 255, 258  
Austernschale  
– anthro. .... 215, 249, 261  
– hom.  
  siehe Calcium carbonicum hom.  
Austrocknung ..... 17, 25, 66,  
112, 173, 178, 269, 270, 273,  
274, 287, 292, 295, **307**  
– Baby ..... 110, 213, 307  
Autismus ..... 49  
Autogenes Training ..... **98**, 154,  
165, 247, 251, 254,  
258, 262, 273  
Autoimmunerkrankung .... 49, 89,  
149, 192, 301

## B

Baby ..... 25, 108  
– Allergie ..... 159  
– Arzt ..... **110**  
– Badezusätze ..... 241  
– Haut ..... 240  
– Sicherheit ..... 330  
– Wickel ..... 70  
Baldrian ..... 257  
– sp. .... 261  
– -tee ..... 249  
Bärentraubenblätterttee ..... 218  
Basilikum ..... 265  
Bauchmassage ..... 106, 114,  
264, 275  
Bauchmigräne ..... 255, 271  
Bauchschmerzen .... 18, 248, 252  
– Angina ..... 192  
– Allergie ..... 148  
– Migräne ..... 255  
– psychosomatische ..... 27,  
244 (Sorgenbauchweh)  
– und Erbrechen ..... 274  
Bauchspeicheldrüsen-  
  Entzündung ..... 292  
Beatmung ..... 313  
Beinwell  
  siehe auch Wallwurz  
– -salbe ..... 318, 324  
– sp. .... 319, 324, 327  
Belladonna hom. .... 115, 129,  
196, 200, 231, 232, 249, 257,  
291, 293, 300, 301, 304  
Belladonna-Chamomilla-  
  Globuli anthro. .... 129  
Berberis-Quarz-Globuli  
  anthro. .... 140, 144  
Bergwohlverleih hom.  
  siehe Arnika hom.

Bernsteinkette ..... 130  
Bettnässen ..... **214**  
Bettruhe ..... 23, 292  
Bewegung ..... 32, **39**, 41, 43,  
45, 222, 253, 262, 266, 277  
Bewusstlosigkeit ..... 136, 157,  
233, 313, 317, 320, 326  
– und Allergie ..... 141, 145, 150  
– und Gehirnerschütterung .... 316  
Bienenkittharz sp. .... 92  
Bienenwachskompresse ..... 74,  
167, 171  
Bilirubin ..... 118, 119  
Bindehautentzündung ..... 138,  
**178**, 192  
– und Masern ..... 290  
– und Schnupfen ..... 205  
– und Tierhaarallergie ..... 156  
Bingelkraut  
– anthro. .... 327  
– -salbe ..... 231  
– -tinktur ..... 326  
Birkenrindensalbe ..... 150, 223  
Bisswunde ..... 326  
Bittersüss  
– hom.  
  siehe Dulcamara hom.  
– -Stängel ..... 150  
– -tee ..... 71  
Blähungen ..... 104, **264**  
– Baby ..... 113, 116  
Blasenentzündung ..... **217**  
Blasenerkrankung ..... 36  
Blasenschwäche ..... 214, 216  
Blässe ..... 17, 233  
– und Erbrechen ..... 271  
– und Insektenstich ..... 227  
Blauer Eisenhut hom.  
  siehe Aconitum hom.

Blei .....	33	- -tinktur.....	193, 226, 230,	Depressive	
Blinddarmenzündung ..	266, 277		298, 303	Verstimmung .....	87, 252
Blut		siehe auch Ringelblumentinktur		Diabetes .....	32, 39, 49, 89,
- im Erbrochenen (Baby) .....	125	Calziumcarbonat hom.		215, 217	
- im Stuhl.....	150, 266, 274	siehe Calcium carbonicum		Dill .....	265
Blutarmut.....	124	Candida albicans .....	125	Diphtherie .....	47, 48, 50, 174
Blutdruckabfall.....	145	Cantharis hom. ....	182, 232, 320	Dornwarzen .....	234
Bluterguss .....	318, 323	Cantharis-Globuli anthro. ....	219	Dosierung .....	16
Blutung, innere .....	323	Carbo vegetabilis hom. ....	164,	- homöopathische Globuli .....	87
Blutvergiftung.....	231, 326	196, 226, 265		- spagyrische Essenzen .....	94
Bohnenkraut .....	265	Causticum hom. ....	235	- Tee (äusserliche	
Borax hom. ....	126	Chamomilla		Anwendung) .....	78
Bordetella pertussis.....	288	- hom. ....	115, 129, 177, 203,	- Tinkturen .....	78
Borretschöl.....	121, 139, 142,	261, 265		Dreimonatskoliken .....	113
149, 152		- -tropfen anthro. ....	115	Dreitagesfieber .....	26, 284
Botulinum-Bakterien .....	308	- -zäpfchen anthro. ....	129	Drittelsmischung .....	211, 269,
Brechdurchfall .....	267	Chriesisteinsäckli .....	73	272, 273, 280, 308 (Rezept)	
Brechnuss hom.		Chriesistiel-Tee.....	171	Drosera hom. ....	172, 289
siehe Nux vomica hom.		Chromat.....	146	DTP-Impfung .....	49, 50
Brechwurzel hom.		Cocculus hom.....	273	Dulcamara hom.....	218
siehe Ipecacuanha hom.		Cola.....	269, 272	Durchfall .....	136, 248, 267
Brennnessel		Cold-Pack .....	71, 72,	- Baby .....	110
- sp.....	147	81 (selber machen), 189,		- blutiger .....	150
- -tee .....	218, 221	255, 318, 323, 329		- und Allergie .....	145, 148, 158
Brombeerblätterttee .....	267	Colocynthis hom. ....	115, 219	- und Ernährung .....	280
Brombeeren .....	218	Coxsackie-A-Virus .....	286	- und Halsweh .....	192
Bronchi-Plantago-Globuli		Cranberrysaft.....	218	- und Zahnen .....	128
anthro. ....	168, 172	Cuprum met hom. ....	164	Durchschlafen .....	102, 244
Bronchiolitis ..	112, 167, 170, 174				
Bronchitis.....	58, 66, 167, 174	<b>D</b>		<b>E</b>	
- obstruktive ..	26, 163, 167, 169	Dampfbad		E-Nummern .....	37, 247
- und Schnupfen .....	205	siehe Inhalieren		Eberraute sp. ....	115
Bryonia alba hom. ....	276	Darmeinlauf.....	59, 66, 211,	Echinacea	
Buttermilch .....	232	213 (Baby), 256, 267,		siehe Roter Sonnenhut	
		271, 275, 309		Echte Kamille hom.	
		Darmverschluss.....	117, 266,	siehe Chamomilla hom.	
<b>C</b>		270, 274, 277		Efeu .....	78, 168
Calcium carbonicum hom. ....	153	Dellwarzen.....	234	- -sirup.....	163, 172
Calendula .....	221	Depression .....	27, 244, 252	- -tinktur .....	163
- -salbe .....	73, 275, 293				

- Eichenrinde .. 63 (Anleitung Bad),  
147, 152, 221, 223,  
230, 303
- Einnässen ..... 214
- Einschlafen ..... 102, 244,  
245 (ADHS), 259  
siehe auch Durchschlafen
- Eisenphosphat hom.  
siehe Ferrum phos
- Ekzem ..... 138, 158  
- atopisches ..... 150  
- Badetemperatur ..... 62  
- und Tierhaarallergie..... 156
- Endotoxine ..... 46, 161
- Engelwurz  
siehe Archangelika
- Entspannung..... 27, 45, **96**,  
154, 165, 182, 216, 247, 251,  
254, 258, 262, 273, 317
- Entwicklung (des Kindes) ..... 14,  
25, 32, 52, 104, 248
- Entwicklungsstörungen .... 32, 52
- Epiglottitis ..... 175, 192
- Epstein-Barr-Virus ..... 296
- Erbrechen ..... 271  
- Baby ..... 110, 123  
- nüchtern..... 259  
- und Allergie ..... 145, 148, 158  
- und Bauchmigräne ..... 255  
- und Gehirnerschütterung.... 316  
- und Migräne ..... 255  
- und Vergiftung ..... 321
- Erdbeerblätterttee ..... 267
- Ernährung .... 32, **34**, 45, 52, 261  
- Baby ..... 35  
- und ADHS ..... 247  
- und Akne ..... 222  
- und Allergie..... 159
- Erste Hilfe ..... 312
- Erythema infectiosum  
siehe Ringelröteln
- Essigsaurer Tonerde ..... 71, 147,  
189, 190, 225, 232, 318, 324
- Essstörungen..... 33
- Eukalyptus-Paste .... 73, 193, 217
- Eupatorium hom. .... 188
- Euphrasia hom. .... 140, 144, 179
- Eustachische Röhre ..... 58, 202
- F**
- Fehlgeburt ..... 47, 48, 297
- Fenchel ..... 264  
- öl ..... 114  
- sp..... 115  
- -tee ..... 113, 114, 168, 173,  
179, 207, 211, 266, 269, 274,  
275, 277, 308, 309
- Ferrum phos hom. .... 172, 300
- Fieber ..... 210  
- Baby ..... 110, 125  
- Fieberhöhe ..... 18  
- und Angina ..... 192  
- und warme Wickel..... 73
- Fieberblasen ..... 181, 295
- Fieberkrampf..... 136, 212,  
213, 286  
- Baby ..... 110  
- und Dreitagefieber ..... 284  
- und Impfen ..... 49
- Fingerbad ..... 230
- Flachwarzen ..... 234
- Flohsamen..... 276
- Flugwarzen ..... 234
- Fluor ..... 38
- Flüssigkeit ..... 36, 200, 233,  
286, 306  
- Baby ..... 110  
- Mangel ..... 188
- und Fieber..... 211  
- und Kopfweh..... 258  
- Verlust..... 267, 271, 273
- Fontanelle,  
eingesunkene ..... 307
- Fremdkörper  
- im Auge..... 180  
- im Ohr ..... 323  
- in der Nase ..... 323  
- verschluckt..... 322
- FSME..... 48, 236  
- und Impfen ..... 47, 238
- Furunkel ..... 222
- Fussbad ..... 61, 62, 130,  
217, 298, 303  
siehe auch wechselwarmes  
und ansteigendes Fussbad
- Fussmassage ..... 106, 217
- Fusspilz..... 223
- G**
- Gallentee ..... 119
- Galphimia sp. .... 164
- Gebärmutterhalskrebs  
(Impfung) ..... 47
- Gehirnentzündung..... 49, 255,  
290, 292, 296
- Gehirnerkrankung ..... 255
- Gehirnerschütterung .... 258, 271,  
**316**, 329
- Gelber Jasmin hom.  
siehe Gelsemium hom.
- Gelbsucht..... 117
- Gelbwurz,  
kanadische sp. .... 200, 204
- Gelenke ..... 186  
- geschwollen ..... 324  
- Schmerzen ..... 186  
- steife ..... 188



Gelsemium hom. ..	249, 257, 291	Hagebutten .....	77, 218	Heilerde	
Gerstenkorn.....	183	Hahnemanns Tinctura hom.		- -maske .....	221
Gesichtsschmerzen .....	208	siehe Causticum hom.		- kalt .....	71, 189, 190, 193,
Gewichtsverlust (Baby).....	213	Halsentzündung .....	192	196, 232, 293, 324	
Gewürznelke .....	257	- und Ernährung .....	279	- warm ....	73, 187, 189, 193, 293
Giftsumach hom.		- und Masern.....	290	Heilkräuter .....	76
siehe Rhus tox hom.		Hamamelis .....	73, 150,	- Tee .....	76
Gliederschmerzen .....	167	179, 183		- Wickel kalt .....	71
Globuli .....	91	- hom.....	326	- Wickel warm .....	73
- homöopathische .....	86	- -salbe .....	187, 189, 270,	Heilpflanzen, giftige .....	92
Glukose .....	269, 272, 274,	275, 326		Heiserkeit .....	196
280, 308		- -tee .....	62, 71, 155	- und Nasennebenhöhlen-	
Glukose-Elektrolyt-		- -tinktur .....	123	Entzündung.....	198
Lösung .....	113, 233, 269,	Hand-Fuss-Mund-		Hepar sulfuris hom. ....	172, 175,
274, 280, 308, 309		Krankheit .....	176, 192, 286	196, 222, 231, 326	
Glutamat .....	255	Harnwege .....	214	Hepatitis B (Impfen).....	47
Gneis		Hauhechel .....	218	Herpes	
siehe Milchschorf		Hausstaubmilben		siehe Mundfäule	
Goldmelisse .....	114, 124, 257,	- Allergie .....	138	Herz-Kreislauf-	
265, 272, 276		- und Asthma.....	162	Erkrankung .....	32, 39
Goldrutenkraut.....	218	- und Neurodermitis .....	150	Herzdruckmassage.....	313
Graphit hom.		Haustier .....	156, 160	Herzfehler .....	299
siehe Graphites hom.		Haut .....	220	Herzklopfen.....	248
Graphites hom. ....	147	- blasse.....	307	Herzsame.....	150
Grippe (Impfen) .....	47	- Neugeborene .....	120	- sp.....	147, 153, 235
Grittli		Hautausschlag .....	53, 136,	Heuschnupfen .....	26, 46, 141,
siehe Gerstenkorn		286, 296		159, 160	
Grüntee .....	232, 267	- hellrot.....	299	Hib.....	47, 50, 175
Gurgeln .....	60, 177, 193	- schmetterlingsförmig.....	285,	Hibiskusblüten.....	77
Gurkensaft.....	232	297		Himbeerblätterttee .....	267
Gürtelrose .....	303	- und Allergie.....	158	Himbeeren .....	218, 275
		- und Dreitagefieber .....	284	Himbeerzunge .....	285, 301
		- und Kinderkrankheiten .....	285	Hirnhaut-	
		- und Masern.....	290	entzündung .....	47 (Impfen),
		- und Scharlach .....	301	51, 202, 292, 296	
		Hautkrebs .....	232, 242	Hirnverletzung (Baby) .....	117
		Hautpilz.....	224	Hirsemehl .....	277
		Hautschuppung (Baby) .....	120	Histamin ....	142, 149 (Intoleranz)
		Heidelbeertee .....	268	Hitzschlag .....	233

## H

Haemophilus					
influenzae b .....	47, 50				
siehe auch Epiglottitis					
Haferkrauttee .....	252, 260				
Haferstrohbäd .....	63, 150, 217,				
249, 260					

- Hodenentzündung ..... 293, 294  
Höllenstein hom.  
  siehe Argentum nitricum hom.  
Holunder hom.  
  siehe Sambucus hom.  
Holunderbeerensaft ..... 169, 172,  
  206, 211  
Holunderblütentee ..... 113, 169,  
  173, 195, 206, 207,  
  211, 308, 309  
Holzkohle hom.  
  siehe Carbo vegetabilis hom.  
Homöopathie ..... **84**  
Honig ..... 35, 77, 142, 152,  
  176, 181, 287, 308  
  - milch ..... 171, 195, 261  
Honigbiene hom.  
  siehe Apis hom.  
Hunger  
  - und Migräne ..... 255, 258  
  - und Übelkeit ..... 272  
Husten ..... **170**  
  - Baby ..... 110, 125  
  - blocker ..... 169  
  - sirup ..... 172  
  - tee ..... 77  
  - und Halsweh ..... 192  
Hypericum hom. .... 317, 326, 329
- I/J**
- Ignatia hom. .... 253, 261  
Ignatiusbohne hom.  
  siehe Ignatia hom.  
Ikterus ..... 117 (Neugeborenes),  
  296  
Immunität ..... 285, 291, 293,  
  296, 298, 299, 303  
Immunistärkung,  
  pflanzliche ..... **46**
- Immunsystem ..... 17, 44, 45,  
  46, 148, 164, 182  
  - geschwächtes ..... 224, 295  
  - und Allergie ..... 158, 160  
  - und Ernährung ..... 279  
  - und Impfen ..... 47, 48, 49  
Impfen ..... **47**, 52, 59, 83  
  - Keuchhusten ..... 288  
  - Mumps ..... 293  
  - Röteln ..... 299  
  - Windpocken ..... 303  
Impfpass ..... 53  
Infektanfälligkeit ..... 44  
Ingwer ..... 257, 265, 272, 273  
Inhalieren ..... **58**, 163, 167,  
  171, 193, 199, 205  
Inkubationszeit  
  - Dreitagefieber ..... 284  
  - Hand-Fuss-Mund-  
  Krankheit ..... 286  
  - Keuchhusten ..... 288  
  - Masern ..... 291  
  - Mumps ..... 293  
  - Pfeiffersches  
  Drüsenfieber ..... 296  
  - Ringelröteln ..... 297  
  - Röteln ..... 299  
  - Scharlach ..... 301  
  - Windpocken ..... 303  
Insektengift-Allergie ..... **145**  
Insektenstiche ..... **225**  
Inulin ..... 37  
Ipecacuanha hom. .... 172, 273,  
  289  
Isländisch Moos ..... 60, 171,  
  193, 196  
Joghurt ..... 37, 139, 142,  
  152, 164, 232, 275  
  - -Maske ..... 221
- Johannisbeeren ..... 218  
Johanniskraut ..... 257  
  - hom.  
  siehe Hypericum hom.  
  - öl ..... 82, 105, 118, 119,  
  129, 187, 203, 206, 208,  
  217, 318, 324,  
  - sp. .... 215  
  - tee ..... 252  
Jojobaöl ..... 241  
Juckreiz ..... 63, 298, 302  
  - und Allergie ..... 145, 148  
  - und Insektenstich ..... 225
- K**
- Kadmium ..... 33  
Kalium bichromicum hom. .... 200  
Kaliumbichromat hom.  
  siehe Kalium bichromicum  
  hom.  
Kalkschwefelleber hom.  
  siehe Hepar sulfuris hom.  
Kaltes Armbad ..... 46, **65**, 256  
Kamille ..... 60, 73, 129, 193, 196,  
  199, 203, 221, 249, 260,  
  264, 272, 298, 303  
  - sp. .... 130  
  - tee ..... 16, 62, 67, 71,  
  167, 171, 177, 179, 181, 193,  
  195, 205, 207, 211, 221, 230,  
  232, 267, 269, 274, 275,  
  276, 286, 305, 309  
  - und Allergie ..... 17, 67  
Kapland-Pelargonie ..... 46, 168,  
  171, 172, 194, 199, 206  
  - sp. .... 200, 287, 300  
Kapuzinerkresse ..... 194, 199,  
  206, 218  
  - sp. .... 178

Karies ..... 36, 37, 38  
 Kartoffelwickel ..... 74, 167,  
 171, 189, 193, 217, 293, 300  
 Käslikraut  
 siehe Malve  
 Kava Kava sp. .... 92, 215, 249  
 Kehlkopfdeckel-  
 Entzündung ..... 47 (Impfen),  
 51, 192, 195  
 siehe auch Epiglottitis  
 Kehlkopfentzündung ..... 290  
 siehe auch Pseudokrapp  
 Kermesbeere hom.  
 siehe Phytolacca hom.  
 Keuchhusten .. 113, 170, 174, **288**  
 – und Impfen ..... 47, 51  
 – und Mittelohrentzündung .. 201  
 Kieselsäure hom.  
 siehe Silicea hom.  
 Kinderarzt ..... 23, **52**  
 Kinderhaut ..... **240**  
 Kinderkrankheiten .... 26, 88, **282**  
 Kinderlähmung..... 47, 48, 50  
 Kirschholz ..... 128  
 Klatschmohn sp..... 172, 261  
 Kneippsche  
 Wassertherapie..... 46, **58**  
 Knoblauch ..... 234  
 Knochenentzündung ..... 202  
 Knolliger Hahnenfuss sp. .... 126  
 Kochsalzlösung, isotonische .. **59**,  
 60, 61, 67, 139, 142,  
 179, 193, 205, 326  
 Kockelsamen hom.  
 siehe Cocculus hom.  
 Kohl..... 225  
 – und Stillen..... 11  
 – Wickel ..... 74, 187, 190, 203  
 Koliken ..... 104, 113  
 Koloquinte hom.  
 siehe Colocynthis hom.  
 Komplexmittel,  
 homöopathisches ..... 90  
 Komplikationen  
 – Angina..... 192  
 – Keuchhusten..... 288  
 – Masern ..... 290  
 – Mittelohrentzündung .. 201, 202  
 – Mumps ..... 292  
 – Pfeiffersches  
 Drüsenfieber..... 296  
 – Scharlach ..... 301  
 Kompressen  
 siehe Wickel  
 Konjunktivitis  
 siehe Bindehautentzündung  
 Kontaktallergie ..... **146**  
 – ätherische Öle ..... 79  
 Konzentration .... 36, 66, 96, 247  
 Kopfdampfbad  
 siehe Inhalieren  
 Kopfläuse ..... **227**  
 Kopfmassage ..... 122  
 Kopfpilz ..... 224  
 Kopfschmerzen ..... 64, 65, 66,  
 248, 252, **254**  
 – und Angina ..... 192  
 – und Gehirnerschütterung.... 316  
 – und Mumps..... 294  
 – und Nasennebenhöhlen-  
 Entzündung..... 198  
 – psychosomatische ..... 27, 244  
 – und Zeckenstich ..... 238  
 Kopfverletzungen (Baby)..... 317  
 Koriander ..... 265  
 Krampfanfall ..... 136, 233, 317  
 siehe auch Fieberkrämpfe  
 – und Kopfweh..... 259  
 Krämpfe ..... 72, 94 (Baby), 292  
 Krankheit, chronische ..... 24, 76,  
 87, 96, 138  
 – und Impfen ..... 49  
 Krebs..... 32, 33, 90  
 Kreuzallergie ..... 149, 160  
 Küchenschelle hom.  
 siehe Pulsatilla hom.  
 Küchenzwiebel hom.  
 siehe Allium cepa hom.  
 Kuhmilch  
 – und Allergie ..... 148, 159  
 – und Neurodermitis ..... 150  
 Kümmel  
 – -Milch ..... 264  
 – -öl ..... 114, 124, 264, 275  
 – -tee ..... 114, 264, 266, 275  
 – -Zäpfchen anthro ..... 115, 265  
 Kupfer hom.  
 siehe Cuprum met hom.  
 Kürbiskerne ..... 265  
 Kutschersitz..... 166

## L

Lähmung  
 – und Kopfweh..... 259  
 – und Zeckenstich ..... 238  
 Laktose-Intoleranz ..... 149  
 Laktose-Puder ..... 123  
 Lavendel ..... 73, 257  
 – -blütentee..... 147, 152, 260,  
 267, 298, 304  
 – -öl ..... 62, 169, 173, 195,  
 201, 237, 248, 256, 260  
 Lebensbaum  
 – hom.  
 siehe Thuja hom.  
 – sp. .... 235  
 Lebensmittelallergie..... 159

Lebensmittelzusatzstoffe .....	247	Majoran.....	60	Milch .....	34, 35
Lebertee.....	119	- salbe.....	82 (selber machen),	- -allergie .....	121
Leberwickel .....	118, 296		205, 326	- -produkte .....	139
Ledum palustre hom.....	226	- tee .....	205	- -unverträglichkeit .....	114
Leinsamen		Malve.....	60, 193	Milchsäurebakterien.....	37, 164
- -komresse .....	183, 199	- öl .....	105, 187, 208	Milchschorf .....	121
- -wickel .....	74, 167, 171, 300	- tee.....	62, 120, 155,	Milchzucker .....	128, 277
Leistenbruch .....	288		171, 177, 195, 206, 289	Milchzucker-Puder	
Liebstöckel sp. ....	204	Mandelentzündung .....	192,	siehe Laktose-Puder	
Lindenblütentee ....	113, 169, 173,		196, 296	Milien.....	120
	195, 206, 207, 211,	siehe auch Angina		Milzriss .....	297
	308, 309	- und Scharlach .....	301	Mineralsalze .....	267, 271, 308
Lippenbremse .....	165	Mandelöl.....	105, 118, 121,	siehe auch Salze	
Lippenherpes			124, 241, 264, 270, 275	Missbildung (Ungeborenes) ....	48
siehe Fieberblasen		Masern.....	192, 195, 290	Mistel .....	90
Lobelia sp. ....	164	- und Bindehautentzündung ..	178	Mittelohrentzündung.....	26, 55,
Löwenzahn		- und Dreitagefieber .....	284		61, 201, 288, 290
- -Milch .....	226	- und Impfen .....	47	- und Angina .....	192
- -tee .....	199, 221, 276	- und Mittelohrentzündung ..	201	- und Scharlach .....	301
Lungenentzündung.....	51, 170,	- und Schnupfen .....	205	MMR .....	49, 50, 291, 292
	174, 288, 290	Massage .....	26, 104, 118 (Baby),	Molkebad .....	62, 223 (Fussbad),
Lyme-Borreliose .....	236, 238		124, 189, 208, 246		241, 298, 303
Lymphknoten		Massageöl .....	105	Mönchspfeffer sp. ....	222
(geschwollen).....	192, 285,	Mastoiditis		Mononukleose	
	294, 295, 296, 299, 326	siehe Knochenentzündung		siehe Pfeiffersches Drüsenfieber	
<b>M</b>		Meerrettich-Honig .....	206	Multiple Sklerose.....	49
Mädesüss sp.....	191	Meerträubchen sp. ....	144, 164	Mumps .....	47 (Impfen),
Magen-Darm-Grippe .....	267,	Melanin .....	242		192, 195, 292
	270, 271	Melisse .....	60, 226, 257, 264	Mundfäule .....	176, 294
Magen-Darm-Störungen ..	11, 220	- -bad.....	114	- und Fieberblasen.....	181
Magenpfortner .....	12	- öl .....	114, 124, 264, 275	Mundgeruch .....	126, 177,
- -verengung .....	271, 274	- -salbe .....	181		192, 294, 301
Magnesium .....	139, 142, 261	- -tee .....	62, 124, 147, 152,	Mundsoor .....	125
Magnesium phosphoricum			177, 252, 260, 266,	Muskelkater.....	188
hom. ....	187		276, 286, 298, 304	Muskelkrampf.....	186, 187
Magnesiumphosphat hom.		Meningokokken .....	47	Muskelschmerzen .....	186
siehe Magnesium		Mercurius solubilis hom. ....	126,	Mütterberaterin.....	52, 103,
phosphoricum hom.			177, 287		116, 117, 119, 122, 126,
		Migräne.....	65, 254		216, 241, 277, 327

Mutterkrauttee .....	256	Nasentropfen.....	200	Okoubaka sp.....	268
Muttermilch .....	25, 35, 49,	Natrium muriaticum hom. ....	253	Olivenöl .....	105, 118, 121,
	113, 120, 123, 125,	Natriumchlorid hom.			124, 205, 228, 241,
	128, 180, 208, 266	siehe Natrium muriaticum hom.			264, 270, 275
--bad .....	155, 241	Nebenwirkungen ..	16, 54, 77, 92	Oolongtee .....	267
Myrtilin .....	268	- Efeu .....	168	Orangenblütentee .....	77, 147,
		- Impfen .....	48, 49		152, 249, 260, 298, 304
<b>N</b>		Neembaumöl .....	228	Organismus, kindlicher .....	14, 17
Nabel		Nervosität .....	66, 265	Organversagen .....	319
--entzündung .....	122	Nesselfieber ..	145, 148, 156, 159		
--granulom .....	122	Nestschutz .....	25, 48	<b>P</b>	
--pflege .....	122	Neugeborenenakne .....	120	Parotitis epidemica	
Nachtkerzenöl .....	121, 139,	Neurodermitis.....	24, 25, 87, 96,	siehe Mumps	
	142, 149, 150, 152		121, 146, 148, 150, 159,	Passionsblumentee .....	147, 152,
Nachtschreck .....	263		234, 236, 244, 305		260, 298, 304
Nacken, steifer .....	136, 213,	- Badetemperatur .....	62	Passivrauchen .....	33, 127,
	238, 259, 292, 294	- und Fieberblasen .....	181		159 (Allergie), 174, 196
Nagelbett-Entzündung .....	230	Nickelallergie .....	146	Pavor nocturnus	
Nägelkauen .....	96	Nieren-Blasen-Tee .....	218	siehe Nachtschreck	
Nahrungsmittel		Nierenbecken-Entzündung ....	217	Peeling .....	222
--Allergie .....	25, 148,	Nieren		Perubalsam .....	146
	247 (ADHS), 267	--entzündung .....	192 (Angina),	Petersilie .....	225
--Intoleranz.....	149		301 (Scharlach)	Pfefferminz .....	60, 77, 150,
--Unverträglichkeit.....	149, 220,	--erkrankungen .....	36, 296		256, 264, 272
	247 (ADHS) 267	--fehlbildung .....	217	- öl .....	79 (Baby), 256
Narben .....	326	--steine .....	36	- tee .....	71, 124, 211, 232,
Nasenbluten .....	197	Niesen.....	138, 141, 158		257, 276, 298
Nasendusche .....	61, 138	Nissen.....	227, 228, 229	Pfeiffersches	
Nasennebenhöhlen-		Noro-Viren .....	270, 271	Drüsenfieber .....	192, 195, 295
Entzündung ..	61, 196, 198, 208	Nothelferkurs .....	312	Photoallergisches	
- und Allergie.....	144	Notruf 144 .....	312	Kontaktexzem .....	147, 157
- und Angina .....	192	Nux vomica hom. ....	150, 272	Phytolacca hom. ....	194
- und Scharlach.....	301	<b>O</b>		Pilz.....	125, 230
- und Schnupfen .....	205	Ohnmacht .....	145 (Allergie)	Platzwunde .....	325
Nasenpolypen		siehe auch Bewusstlosigkeit		Plötzlicher	
- und Mittelohrentzündung ..	201	Ohrenschmerzen.....	103, 202,	Säuglingstod .....	33, 127, 208
- und Nasennebenhöhlen-			292, 294 (Mumps)	Pneumokokken .....	47
Entzündung .....	198	siehe auch Mittelohrentzündung		Pollinose	
Nasenspray.....	61, 142, 205			siehe Heuschnupfen	

Polyarthritiden ..... 49  
 siehe auch Arthritis

Polymorphe Lichtdermatose  
 siehe Sonnenallergie

Pomeranzenschalen ..... 77

Potenzierung ..... 84, 86

Präbiotika ..... 37

Preiselbeersaft ..... 218

Prellung ..... 71, **318**

Probiotika ..... 37, 139, 142,  
 164, 276

Progressive  
 Muskelrelaxation ..... **99**, 165,  
 247, 251, 258, 262

Propolis sp. .... 126

Prüfungsangst ..... **248**, 250, 265

Pseudokrupp ..... 26, 170, **174**, 196

Psyche ..... 45, 63  
 – Beschwerden ..... **244**

Psychosomatische  
 Beschwerden ..... 27, 96, **244**

Pubertät ..... 187, 188, 220  
 – und Haut ..... 242  
 – und Kopfschmerzen ..... 255

Pulsatilla hom. .... 129, 179, 200,  
 206, 253, 265, 291

Pupillen, verschieden gross .. 317

Pyrolus-Stenose ..... 123

## Q/R

Quarkwickel ..... 71, 189,  
 193, 232, 286, 293, 303

Quecksilber hom.  
 siehe Mercurius solubilis hom.

Refluxkrankheit ..... 124,  
 201 (Mittelohrentzündung), 271

Reiseübelkeit ..... 271, 272, 273

Reissblei hom.  
 siehe Graphites hom.

Reisschleimsuppe ..... 269

Rettich-Sirup ..... 82, 172

Rhabarber ..... 181

Rheumatisches Fieber ..... 192,  
 195, 301

Rhizinusöl ..... 234

Rhus tox hom. .... 189, 191, 294,  
 302, 304, 320, 324

Ringelblume ..... 60, 62, 73,  
 82, 129, 183  
 – anthro. .... 326  
 – -creme ..... 125  
 – öl ..... 82, 121, 129, 326  
 – -salbe ..... 187, 189, 223,  
 270, 326  
 – sp. .... 204  
 – -tee ..... 71, 114, 120, 125,  
 126, 177, 179, 193, 232, 267  
 – -tinktur ..... 60, 71, 73, 81, 123,  
 126, 177, 221, 232,  
 234, 286, 326

Ringelröteln ..... 26, **297**

Rittersporn hom.  
 siehe Staphysagria hom.

Rituale ..... 155, 262 (Baby)

Rosen  
 – -blüten ..... 252, 260  
 – öl ..... 119

Rosmarin ..... 257, 265  
 – anthro. .... 126, 268

Röteln ..... 47, **299**  
 – und Dreitagefieber ..... 284  
 – und Impfen ..... 47  
 – und Mittelohrentzündung .. 201

Roter Sonnenhut ..... 46

Rötung (ganzer Körper) ..... 141,  
 145, 150

Rubella  
 siehe Röteln

Rücken ..... 39, **41**, 217

Rüebliisuppe ..... 269, 270, 280

Ruta hom. .... 318

## S

Salbei ..... 60, 129, 181, 193, 196  
 – -blatt ..... 193, 225  
 – öl ..... 223  
 – sp. .... 126, 177, 194, 196  
 – -tee ..... 62, 125, 164, 177,  
 181, 221, 230, 286

Salbenwickel ..... 73

Salpetersäure hom.  
 siehe Acidum nitricum hom.

Salz ..... 35, 269, 272, 308  
 siehe auch Mineralsalze

– -verlust ..... 267, 271, 273, 307

Salzwasser ..... 60 (konzentriert),  
 138, 167, 171, 19, 230,  
 267, 272, 275, 309

Sambucus hom. .... 207

Sanddornöl ..... 150

Sauberkeitsentwicklung ..... 216

Sauerkraut ..... 139, 142, 152,  
 164, 276

Säuglings-Ekzem  
 siehe Milchschorf

Sauna ..... 46, **66**, 163, 167,  
 201, 252, 260

Schachtelhalm anthro. .... 219

Schäden, bleibende ..... 48  
 – Gehirnerschütterung ..... 316  
 – Impfen ..... 50  
 – Röteln ..... 299  
 – Zeckenstich ..... 236

Schafgarbe ..... 73, 296  
 – anthro. .... 219  
 – -tee ..... 118, 267, 275  
 – und Allergie ..... 17

Scharlach ..... 26, 192, 195, **301**  
 – und Mittelohrentzündung .. 201  
 – und Schnupfen ..... 205  
 Schimmelpilz..... 161, 165  
 – -allergie ..... **142**  
 – und Asthma..... 162  
 – und Neurodermitis ..... 150  
 Schlafen ..... 18, 45, 52, 64, **102**,  
 104, 190, 259, 261  
 – und Migräne ..... 255, 258  
 Schlafapnoe ..... 260  
 Schläfrigkeit..... 307, 316  
 Schlafstörungen .... 66, 244, 248,  
 251, 252, **259**  
 – und ADHS..... 247  
 – und depressive  
 Verstimmung ..... 254  
 Schlafterror  
 siehe Nachtschreck  
 Schlafwandeln ..... 259  
 Schlehdornblüten  
 – -öl ..... 105, 208  
 – -tee ..... 113, 169, 173, 195,  
 206, 211, 308, 309  
 Schlehenblütenöl ..... 187  
 Schlemmkreide ..... 181  
 Schluckweh ..... 192, 322  
 Schlüsselblume ..... 196, 257  
 – -tee..... 168, 171, 199, 289  
 Schnarchen ..... 201, 263  
 Schnittwunde ..... 325  
 Schnupfen..... **205**  
 – und Allergie ..... 158, 201  
 – und Halsweh ..... 192  
 – und Masern..... 290  
 – und Mittelohrentzündung .. 201  
 – und Nasenbluten ..... 197  
 Schock ..... 319, 145 (Allergie)  
 siehe auch Anaphylaxie  
 Schöllkraut ..... 92, 235  
 – sp..... 115, 235  
 Schonung..... 23, 201, 212,  
 290, 292, 297  
 Schule, Probleme .... 27, 52, 103,  
 244, 252, 258  
 Schulmedizin ..... 16  
 Schürfungen ..... **324**  
 Schütteln (Baby)..... 117  
 Schwalbwurz sp. .... 182, 268,  
 287, 300  
 Schwangerschaft  
 – und Allergie..... 159  
 – und Ringelröteln ..... 297  
 – und Röteln ..... 48  
 Schwarzer Holunder sp. .... 207  
 Schwarzkümmelöl ..... 139, 142,  
 149, 152  
 Schwarztee ..... 62, 71, 73, 126,  
 139, 142, 147, 150, 155,  
 179, 232, 267  
 Schwefel hom.  
 siehe Sulfur hom.  
 Schwefelblüte hom.  
 siehe Sulfur hom.  
 Schwellung  
 – Gelenk ..... 323  
 – Gesicht ..... 145, 146  
 – Haut ..... 145  
 – Kopf ..... 317  
 – Lippen..... 17  
 – Lymphknoten ..... 192, 285,  
 294, 295, 296, 299, 326  
 – Mund ..... 148  
 Schwerhörigkeit.... 202, 292, 299  
 Schwindel..... 17, 166, 248  
 – und Allergie..... 145  
 – und Erbrechen..... 271  
 – und Insektenstich ..... 227  
 – und Kopfschmerzen ..... 255  
 – und Migräne ..... 255  
 Sehnenscheiden-  
 Entzündung..... **190**  
 Sehstörung (Migräne) ..... 255  
 Seitenlagerung,  
 stabile ..... 313, **314**  
 Selbstbewusstsein ..... 34, 39,  
 96, 154, 216, 244  
 Selbstheilungskräfte ..... 201  
 Selbsttötungsgedanken ..... 252,  
 254  
 Sensibilitätsstörung..... 255  
 Silbernitrat..... 122  
 – hom.  
 siehe Argentum nitricum  
 Silicea  
 – anthro. .... 200, 203  
 – hom. .... 153  
 Silikonöl ..... 228  
 Sinusitis  
 siehe Nasennebenhöhlen-  
 Entzündung  
 Sole-Zahnpasta ..... 77, 181  
 Sonnenallergie ..... 147, **157**  
 Sonnenblumenkerne ..... 265  
 Sonnenbrand ..... **231**, 319  
 Sonnenbrille..... 180, 242  
 Sonnencreme ..... 242  
 Sonnenlicht ..... 180  
 Sonnenschutz ..... 242, 326  
 Sonnenstich ..... **233**, 271  
 Sonnentau hom.  
 siehe Drosera hom.  
 Spagyrik ..... **92**  
 – Baby ..... 94  
 – Essenzen ..... 93  
 – und Kinderkrankheiten..... 287,  
 300

Spanische Fliege hom.  
 siehe Cantharis hom.

Spannungs-  
 kopfschmerzen ..... 254, 255

Spitzwegerich  
 - -blatt ..... 226  
 - -salbe ..... 73, 167, 171, 173  
 - -sirup ..... 172  
 - -tee ..... 163, 171

Sport ..... 40, 187, 191, 253,  
 262, 266, 277

Spreissel ..... 230, **324**, 325

Spucken ..... 123, 127, 266

Staphysagria hom. .... 184

Starrkrampf ..... 47, 48,  
 50 (Impfen), 327

Stephanskorn hom.  
 siehe Staphysagria hom.

Stiefmütterchen  
 - -sp. .... 153, 222  
 - -tee ..... 62, 71, 120, 122,  
 147, 125, 150, 155, 221

Stillen..... 32, 35, 112, 113,  
 116, 124, 126, 127, 155, 173,  
 213, 269, 274, 277

Stimmritzenkrampf ..... 79

Stomatitis aphthosa  
 siehe Mundfäule

Storchenschnabel sp. .... 130,  
 287, 300

Streptokokken ..... 37  
 - und Angina ..... 192  
 - und Scharlach ..... 301

Stress..... 138, 142, 150, 154,  
 159, 163, 181, 182, 220, 244,  
 254, 255, 264, 267, 295

Sulfur hom. .. 147, 224, 276, 304

Sumpfporst hom.  
 siehe Ledum palustre hom.

## T

Tagesablauf ..... 253  
 - Baby ..... 115, 262

Tannenspitzensirup ..... 172

Tee  
 - äusserliche Anwendungen.... 78  
 - Grundrezept ..... 76  
 - -kur..... 76, 246, 253, 260  
 - -mischungen ..... 77

Teebaumöl ..... 220, 223

Teilbad ..... 61, 62

Teilnahmslosigkeit .... 110 (Baby),  
 307  
 siehe auch Apathie

Testosteron ..... 220

Thrombozytopenie ..... 49

Thuja hom. .... 235

Thymian ..... 60, 73, 193, 265  
 - -bad ..... 288  
 - -sirup ..... 172  
 - -tee ..... 62, 163, 167, 168,  
 171, 173, 177, 181, 199, 206,  
 211, 217, 218, 221, 223,  
 286, 289

Tierhaare  
 - -allergie ..... 156  
 - und Asthma..... 162

Tinkturen ..... 16, **78**

Tollkirsche hom.  
 siehe Belladonna hom.

Toxisches Erythem ..... 120

Trennung der Eltern ..... 34, 103,  
 214, 244, 248, 251

Trennungsangst ..... 248, 250

Trigger  
 siehe Auslöser

Trinken ..... **306**  
 - und Kopfweh..... 258  
 - und Vergiftung ..... 321

Trinktechnik (Baby)..... 116

Trommelfell,  
 geplatzt ..... 202, 203

## U

Übelkeit ..... 17  
 - und Allergie..... 148  
 - und Gehirnerschütterung.... 316  
 - und Kopfschmerzen ..... 255  
 - und Migräne ..... 255

Überdosierung ..... 16

Übergewicht ..... 32, 39

Umckaloabo  
 siehe Kapland-Pelargonie

Umlauf  
 siehe Nagelbett-Entzündung

Unfälle ..... 26, **310**, **316**  
 - verhüten..... **330**

Ungeborenes  
 - und Ringelröteln ..... 297  
 - und Röteln ..... 299

Urin ..... 213 (Baby), 214, 307

Urseli  
 siehe Gerstenkorn

UV-Filter, chemische ..... 242

UV-Schutz ..... 242

UV-Strahlung ..... 180, 182, 231,  
 240, 242

## V/W

Varizellen  
 siehe Windpocken

Veilchenwurzel ..... 128

Veratrum album hom. .... 268

Verbrennung .... 71, 136, 231, **319**  
 - Baby ..... 110  
 - verhüten ..... 331

Verdauungstrakt ..... 264

Vergiftung ..... 136, 321, 331



Verhaltensauffälligkeiten..... 52,  
244, 316

Verschlucken eines  
Fremdkörpers ..... 110 (Baby),  
136, 195, 322

Verstauchungen ..... 323

Verstopfung..... 66, 274

Vitamin C ..... 45, 139, 142, 273

Vitamin D ..... 242

Vollbad..... 62, 63 (ansteigendes)

Vorsorge-  
untersuchungen ..... 32, 52

Wachstumsschmerzen .. 186, 188

Wadenwickel ..... 72, 211,  
213 (Baby), 256

Wallwurzsalbe ..... 190  
siehe auch Beinwellsalbe

Walnussbaum sp. .... 184, 222

Wanderröte ..... 236

Warme Bäder..... 61

Warme Wickel ..... 72

Warzen ..... 234

Wasserhanf hom.  
siehe Eupatorium hom.

Wechselwarmes Fussbad ..... 46,  
64, 201, 224, 252, 256, 260

Weihrauch sp. .... 196

Weinraute hom.  
siehe Ruta hom.

Weisser Germer hom.  
siehe Veratrum album

Weisses Arsen hom.  
siehe Arsenicum album

Weizenkleiebad ..... 63, 150,  
221, 241, 298, 303

Wickel ..... 68  
- kalte..... 70  
- kühle ..... 70  
- -zusätze ..... 68

Wiederbelebung ..... 313

Wilde Blättern  
siehe Windpocken

Windeldermatitis ..... 125

Windelekezem  
siehe Windeldermatitis

Windelsoor..... 125

Windpocken ..... 26,  
47 (Impfen), 302

Wirbelsäule, verletzte ..... 316

Wirkung, unerwünschte ..... 17,  
79 (Tinkturen), 86

Wunde..... 324  
- am Kopf..... 317  
- offene..... 69

Wutanfälle ..... 245

**Y/Z**

Yoga ..... 100, 154, 247, 251,  
254, 258

Zähne ..... 38

Zähneknirschen ..... 96

Zahnen ..... 128  
- und Spagyrik..... 94

Zahnverletzungen ..... 328

Zaubernuss  
siehe Hamamelis

Zaunrübe hom.  
siehe Bryonia alba hom.

Zeckenstich..... 236

Zimt..... 257

Zink-Calendula ..... 298, 303

Zinkoxid..... 270

Zinkoxidhaltige Creme ..... 125

Zinksalbe ..... 181, 298, 303

Zinnkraut ..... 147, 150  
- sp..... 215  
- -tee ..... 62, 181, 217, 221, 223

Zistrose ..... 46, 60, 150, 193

Zitronen..... 234  
- -schale ..... 272  
- -socken ..... 72, 211  
- -wasser ..... 72, 211, 286,  
298, 303

Zitronellöl ..... 237

Zitronenscheibenwickel  
- kalt ..... 71, 189, 193, 293  
- warm ..... 74, 167, 189, 193

Zitronen-Zwiebel-Sirup .... 82, 172

Zitronenmelisse sp. .... 182

Zittern  
- und Allergie..... 145  
- und Insektenstich ..... 227

Zöliakie ..... 149

Zucker ..... 35, 171

Zugsalbe ..... 230, 325

Zusätze  
- Bad..... 62  
- Gurgeln..... 60  
- Inhalieren ..... 60  
- Wickel..... 68

Zusatzstoffe ..... 37,  
49 (in Impfstoffen), 247

Zwiebel ..... 60, 199, 205, 234  
- -Komresse ..... 256  
- -Pflaster ..... 225  
- und Stillen ..... 116  
- -wickel..... 74, 167, 171,  
193, 203, 293

Zwiebel-Honig-Paste ..... 230

Zwiebelsäckchen ..... 205, 207

Zystitis  
siehe Blasenentzündung