

Inhalt

04_Vorwort

TEIL 1: Basics einer ganzheitlichen Gesundheit

- 08_Was hält uns gesund von Anfang an?
- 15_Das Immunsystem, unser natürlicher Schutzschild
- 22_Die Basis der Gesundheit – die fünf Säulen
- 40_Natürlich heilen – wirksame und sichere Methoden

TEIL 2: Gesund von Kopf bis Fuß

GEBURT BIS DREI MONATE

- 65_Regulationsstörung, exzessives Schreien
- 71_Schlafprobleme
- 72_Fieber
- 74_Impfreaktionen
- 77_Die beste Pflege für Babys Haut
- 83_Hautmale
- 85_Hautschuppung
- 88_Kopfgneis
- 89_Tränendes Auge, Bindegauzentzündung
- 91_Schnupfen
- 94_Husten
- 97_Spucken
- 98_Schluckauf
- 100_Blähungen und Bauchweh
- 104_Nabelpflege
- 106_Nabelgranulom
- 107_Windeldermatitis
- 111_Windelpilz/Windelsoor

- 113_ Stuhlgang und Verstopfung**
- 116_ Vorhautentzündung**
- 118_ Vulva- und Vagina-Entzündung**
- 120_ Eingewachsener,
entzündeter Nagel**

VIER MONATE BIS EIN JAHR

- 123_ Schlaf**
- 124_ Fieber**
- 132_ Neurodermitis**
- 141_ Insektenstiche**
- 145_ Sonnenschutz und
Sonnenbrand**
- 147_ Sonnenreizung und
Sonnenbrand**
- 149_ Verbrennungen und
Verbrühungen**
- 151_ Verletzungen**
- 154_ Milchschorf**
- 155_ Bindeg hautentzündung**
- 157_ Ohrenschmerzen**
- 161_ Schnupfen**
- 162_ Mundkrankheiten**
- 164_ Zahnen**
- 168_ Husten, Bronchitis**
- 172_ Pseudokrupp**
- 174_ Magen-Darm-Infekt,
Erbrechen, Durchfall**
- 179_ Bauchschmerzen**
- 180_ Verstopfung**
- 184_ Vulvalippenverklebung**
- 186_ Akupressur- und
Fußreflexzonenpunkte**
- 188_ Stichwortregister**
- 190_ Über mich**