

KONVENTIONELLE UND PFLANZLICHE ANTIBIOTIKA 6

Antibiotika in der Medizin	8
Pflanzliche Antibiotika	10
Konventionelle Therapie oder Eigenbehandlung?	12
Die wichtigsten Inhaltsstoffe	16
Qualität ist das A und O	20
Antibiotika aus Gewürzen herstellen	24
Die wichtigsten Erreger im Überblick	30

**BESCHWERDEN MIT
PFLANZEN BEHANDELN 38**

**INDIKATIONEN
UND REZEPTE 40**

- Bronchitis 40
- Candida*-Infektion 44
- Durchfall 47
- Furunkel und Abszesse 50
- Fußpilz 52
- Grippaler Infekt und Influenza 55
- Harnwegsinfekte 60
- Herpes-Entzündungen 64
- Husten 66
- Lungenentzündung 70
- Magenschleimhaut-Entzündung 73
- Mandelentzündung 75
- Mittelohrentzündung 78
- Nasennebenhöhlen-Entzündung 80
- Schnupfen 84
- Zahnschmerzen und Mundgeruch 87

VORBEUGEN

- Schutz vor Hepatitis 90
- Schutz vor Reisedurchfall und
Lebensmittelvergiftungen 92
- Schutz vor widerstandsfähigen
(multiresistenten) Keimen 95

**KURZPORTRÄTS DER
GEWÜRZE UND KRÄUTER 98**

SERVICE 138

- Literatur 140
- Register 141
- Bildquellen 143