

Einleitung	1
 Teil 1: Die gesunde Haut	 3
Der Aufbau der Haut	3
Die Oberhaut – Epidermis	4
Lederhaut – Dermis	5
Unterhaut – Subkutis.....	6
Die Funktion der Haut	7
Schutzfunktion.....	7
Weitere Funktionen.....	9
Schutz und Pflege der Haut.....	12
Hautpflege von außen	12
Hautpflege von innen	13
 Teil 2: Erkrankungen der Haut	 15
Basismaßnahmen	16
Entgiftung über die Leber	16
Symbioselenkung.....	18
Ernährungsmedizin.....	20
Homöopathie und anthroposophische	
Medizin	23

Neurodermitis.....	24
Krankheitsbild	24
Entstehung und Ursachen	24
Symptome und Diagnosestellung.....	26
Die konventionelle Therapie.....	28
Die naturheilkundliche Sichtweise und Behandlung der Neurodermitis	30
Konstitution und Umweltfaktoren	30
Ordnungstherapie.....	31
Hautpflege mit Heilpflanzen.....	33
Stärkung der Barrierefunktion mit Heilpflanzen	34
Vermeiden von Auslösern	35
Homöopathie und Schüßler-Salze	36
Anthroposophische Medizin.....	38
Entgiftung über den Darm	38
Juckreiz und nässende Ekzeme.....	39
Hohe Empfindsamkeit und nervlich- seelische Krisen	41
Akute Ekzeme	41
Rosazea.....	44
Krankheitsbild	44
Entstehung und Ursachen	45
Symptome und Diagnosestellung.....	45
Die konventionelle Therapie.....	46
Zusätzliche Pflegehinweise	47

Die naturheilkundliche Sichtweise und	
Behandlung der Rosazea	48
Unverträglichkeiten erkennen.....	48
Heilpflanzen für die Haut.....	49
Vermeiden von Triggern.....	51
Homöopathie.....	51
Anthroposophische Medizin.....	53
Entgiftung über die Leber	53
Die seelische Geschlossenheit fördern.....	54
Schuppenflechte (Psoriasis).....	56
Krankheitsbild	56
Entstehung und Ursachen	56
Symptome und Diagnosestellung.....	58
Die konventionelle Therapie	60
Die naturheilkundliche Sichtweise und	
Behandlung der Schuppenflechte	62
Triggerfaktoren erkennen	62
Umstimmende Therapie mit Heilpflanzen	63
Behandlung von Schuppenbildung,	
Entzündung und Juckreiz	64
Täglicher Hautschutz	65
Entlastung des Darms.....	67
Homöopathie.....	69
Anthroposophische Medizin.....	70
Entgiftung über Leber und Galle	70
Salbentherapie	70
Spritzentherapie	71

Die Rolle der Psychosomatik bei	
Hauterkrankungen	72
Eine heilende Botschaft	73
Grenzen erkennen und ziehen	74
Die eigene Mitte finden	76
Biographiearbeit	77
 Fallbeispiele und Erfahrungen	 79
Neurodermitis.....	79
Rosazea.....	83
Psoriasis.....	86
 Die Autorin	 89
Hilfreiche Adressen	90