

INHALT

Vorwort der Autorin	15
Vorwort von Friedemann Garvelmann	16
Zum Gebrauch des Buches	18

TEIL 1

Die Entwicklung einer stabilen Grundgesundheit – die ersten zwei Lebensjahre.	20
Wie es sein könnte – die Kurzversion	20
Der Blick geht ins Detail – die lange Version.	21
Fazit	25
Grundsätzliches zu Gesundheit und Krankheit	26
Strategien zur Überwindung von Krankheiten – die Kurzversion	33
Strategien zur Überwindung von Krankheiten – Entzündung	34
Was versteht man unter einer Entzündung?	35
Funktionszentrale „Bindegewebe“	37
Entzündung – die einzig mögliche Abwehrreaktion des Bindegewebes	39
„Ent-Zündung“ – eine naturheilkundliche Betrachtung	40
Entzündliche Prozesse – der Einsatz schulmedizinischer Medikamente	42
Was geschieht, wenn entzündliche Prozesse unterdrückt werden?	43
Ortswechsel	43
Strategiewechsel	45
Strategien zur Überwindung von Krankheit – Fieber	47
Was versteht man unter Fieber?	47
Wie wirkt Fieber einer Infektion entgegen?	48
Der Verlauf fieberhafter Krankheiten	49
Spezielle Fieberkrankheiten und Fieberkomplikationen	49
Grundsätzliches zu Viren, Bakterien und Co.	51
Krankheitserreger	53
Die naturheilkundliche Sicht – Mikroben als Begleiterscheinungen einer Infektion	53

Das Lymphsystem – Infektabwehr und Müllabfuhr	55
Die Lymphorgane	57
Lymphatischer Rachenring	57
Thymusdrüse	57
Peyersche Plaques	57
Milz	58
Das Lymphsystem des Darms	58
Die Dreierkombination „Schleimhaut-Flora-Lymphsystem“	59
Schleimhautflora	62
Das Milieu	63
Das Immunsystem – Zusammenarbeit von Flora und Lymphsystem	64
Die Fehlbesiedelung der Schleimhäute	67
Stuhldiagnostik	68
 Lymphatismus – Skrofulose	72
Lymphatismus – das belastete Lymphsystem	72
Das Wichtigste zur Vier-Säfte-Lehre – Grundprinzipien	74
Skrofulose – das überlastete Lymphsystem	79
Was versteht man unter Skrofulose und wie zeigt sie sich?	79
Allgemeine Behandlungsvorschläge	80
Medikamentöse Behandlung mit naturgemäßen Mitteln	82
 Ernährung	91
Verdauungskraft	93
Nahrungsmittelgruppen und ihre Wirkung	95
Getreide	95
Gemüse	97
Obst	97
Milchprodukte	97
Fleisch	98
Hülsenfrüchte	98
Fette/Öle	99
Zucker und andere Süßungsmittel	99
Industriell bearbeitete Lebensmittel	100
Tiefkühlkost/Mikrowelle	101
Lebensmittelzusatzstoffe/Geschmacksverstärker	101
Nahrungsmittelergänzungstoffe (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente)	102

Naturheilkundliche Betrachtung	104
Ernährung bis zum 2. Lebensjahr	105
Ernährung vom 2. Lebensjahr bis Einschulung	108
Ernährung des Schulkindes	109
Ernährungsauffälligkeiten/Einseitige Ernährung	110
Die Ernährung des akut kranken Kindes	111
Die Ernährung des lymphatisch-skrofulösen Kindes	112
Die Ernährung bei speziellen Verdauungsproblemen	113
Blähungen	113
Durchfall	115
Verstopfung	116
Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten	116
 Die Konstitutionstherapie	 121
Konstitutionstherapie – wann braucht es das?	121
Die Durchführung einer Konstitutionsbehandlung	122
Behandlungskonzept	122
Wie lange dauert das denn?	123
Und was, wenn sich nichts tut?	124
 Impfungen – ein kritischer Blick	 126
Was bewirkt eine Impfung?	127
Erstes grundsätzliches Problem von Impfungen	128
Zweites grundsätzliches Problem von Impfungen	129
Kombinationsimpfungen	131
Zusatzstoffe	131
Zeitpunkt der Impfung	133
Injektion als Anwendungsform	133
Genbasierte Impfungen	134
Impf-Immunität	136
Impfungen gegen spezifische Krankheiten	137
Kinderlähmung (Poliomyelitis)	138
Diphtherie	138
Wundstarrkrampf (Tetanus)	139
Hepatitis B	140
Haemophilus influenzae Typ b (Hib)	140
Pneumokokken	141
Masern	141

Mumps	142
Röteln	143
Windpocken	144
Keuchhusten	144
Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME)	145
Rotaviren	147
Impfung gegen Gebärmutterhalskarzinom/ HPV (Humane Papillomaviren)	148
Impfschaden – Meldepflicht	151
Was ist ein Impfschaden?	151
Meldepflicht	153
Diagnose von Impfbelastungen	155
Behandlung von Impfbelastungen	157
Fazit	161

TEIL 2

Häufige Krankheiten im Kindesalter und ihre Behandlung	164
Abwehrschwäche – Hilfe, mein Kind ist ständig krank	164
Der Formenkreis der Allergie	165
Allergie-Diagnostik	167
Typische allergische Krankheiten	172
Heuschnupfen (Pollinose)	172
Nesselsucht (Urtikaria)	173
Neurodermitis (Endogenes Ekzem)	175
Bronchialasthma (Asthma bronchiale)	182
Erkältungskrankheiten	186
Schnupfen	186
Kopf- und Gliederschmerzen	189
Halsschmerzen	190
Heiserkeit	191
Husten	191
Ohrenschmerzen	195
Fieber	200
Die Vergrößerung des Mandelgewebes (Lymphatische Hyperplasie, Adenoide Wucherungen, „Polypen“)	202
Komplikationen dauerhaft vergrößerter Mandeln	204
Operative Eingriffe wie Mandelentfernungen und Paukenröhrchen	205

Mandelentzündung (Tonsillitis, Angina tonsillaris)	207
Akute Mandelentzündung	207
Chronische Mandelentzündung	209
Mittelohrentzündung (Otitis media)	213
Akute Mittelohrentzündung	213
Chronisch-rezidivierende Mittelohrentzündung	217
Das „Laufohr“	217
Bronchitis	218
Pseudokrupp	220
Entzündung der Nasennebenhöhlen (Sinusitis)	222
Bindehautentzündung (Konjunktivitis)	226
Das „Triefauge“	228
Bauchschmerzen – seelisch oder körperlich?	229
Lymphbedingte Bauchschmerzen	231
Bauchschmerzen bei Säuglingen – Dreimonatskoliken	233
Blinddarmentzündung (Appendizitis)	235
Magen-Darm-Infekt	236
Verstopfung (Obstipation)	239
Madenwürmer (Oxyuren)	242
Blasenerkrankungen	244
Akute Blasenentzündung (Zystitis)	244
Chronische/chronisch-rezidivierende Blasenentzündung	249
Reizblase	253
Bettnässen (Enuresis nocturna)	255
Hautausschläge	258
Kopfschmerzen	260
Zahnungsbeschwerden	269
Der Zappelphilipp und das Träumerchen – ADHS und ADS	271
Entwicklungsprobleme in der Pubertät	281
Pubertätsakne	281
Juveniles Übergewicht	283
Knochenskrofulose	284
Spezifische Mädchenthemen	287
Verklebte Schamlippen (Labiosynechie)	287
Hormonelle Ausreifungsschwäche	287
Spezifische Jungsthemen	289
Vorhautverengung (Phimose)	289
Hodenhochstand (Maldeszensus testis oder Kryptorchismus)	290

Übertragbare Kinderkrankheiten	292
Masern (Morbilli)	293
Mumps (Parotitis epidemica)	297
Röteln (Rubeola)	299
Windpocken (Varizellen)	300
Drei-Tage-Fieber (Exanthema subitum, Roseola infantum)	301
Hand-Mund-Fuß-Erkrankung	303
Keuchhusten (Pertussis)	304
Scharlach (Scarlatina)	307
Pfeiffer'sches Drüsenfieber (Infektiöse Mononukleose)	310
Borreliose	313
 Einlauf, Wickel und Co. – äußerliche Anwendungen.	315
Abwaschungen	315
Ansteigendes Fußbad	317
Brustwickel	317
Quark-Brustwickel	318
Thymian-Brustwickel	319
Bienenwachs-Brustwickel	319
Bauchwickel	320
Schafgarben-Bauchwickel	320
Ölwickel	321
Halswickel	322
Einlauf	322
Essigsöckchen	324
Kopfdampfbad/Dampfinhalation	324
Schwitzbad	325
Schwitzpackung	326
Senfmehlfußbad	327
Wadenwickel	328
Zwiebelsaft-Anwendung	329
Kräuterkissen	330

Anhang	331
Allgemeine Informationen zur Anwendung	
von pflanzlichen und homöopathischen Mitteln	331
Heilpflanzenkunde (Phytotherapie)	331
Heilkräutermischungen	332
Behandlungsdauer	332
Behandlung mit Tinkturen	332
Dosierung pflanzlicher Mittel	333
Homöopathie	334
Klassische Homöopathie	334
Funktionelle Homöopathie	335
Komplex-Homöopathie	335
Herstellung homöopathischer Mittel	335
Dosierung homöopathischer Mittel	338
Komplexmittel und Spezialitäten	339
Durchführung einer Thuja-Trinkkur	340
 Literaturempfehlungen	 343
 Danksagung	 346
 Die Autorin	 348
 Stichwortverzeichnis	 349