

Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe	20
------------------------	----

Erkrankungen im Kindesalter und ihre Symptome

Schmerzzustände	24	Eitrig-e Mandelentzündung	37
Kopfschmerzen	26	Mandelabszess	38
Beim Fieberanstieg	26	Halslymphknotenentzündung	38
Bei Hirnhautreizung		Muskelhartspann	39
und -entzündung	26	Brustschmerzen	39
Beim Lesen	28	Schmerzen beim Atmen	
Kopfschmerzen ohne Fieber	29	und Husten	39
Spannungskopfschmerz		Schmerzen in der Brustwand	40
und Migräne	29	Linksseitige Brustschmerzen	40
Zahnungsschmerzen	30	Vom Herzen ausgehende	
		Schmerzen	40
Ohrenschmerzen		Rippenfellentzündung	40
(Otitis media)	31	Seitenstechen	41
Augenschmerzen	34	Bauchschmerzen	41
Die Bindegauentzündung	34	Blähungen und	
Halsschmerzen	35	Dreimonatskoliken	41
Entzündungen im Mund- und		»Blinddarmentzündung«	43
Rachenraum	35	Würmer	43
Virusbedingte Mandel-		Harnwegsinfekte	44
entzündung	36	Der Leistenbruch	45
		»Akuter Bauch«	46



Bauchschmerzen bei grippalen Infekten	46	Die kleineren Verletzungen, Unfälle und Überraschungen	64
Bauchschmerzen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten	47	Seelische Schmerzen	67
Bauchschmerzen anderer Ursachen	48	Fieber und seine Behandlung	70
Seelisch bedingte oder psychosomatische Bauchschmerzen	48	Typische Fieberverläufe	71
Schmerzen bei Bewegungen	49	Wann tritt Fieber auf?	72
Der Schlüsselbeinbruch des Neugeborenen	50	Fiebermessen	72
Der muskuläre Schiefhals	50	Fieberzeichen und die Behandlung je nach Fieberverlauf	73
Hinkende Kleinkinder	50	Der Fieberanstieg	73
Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen	51	Das Fieber	74
Phimose – Wasserbruch – Hodenhochstand	51	Die Entfieberung und Rekonvaleszenz	76
Vorhautenge (Phimose)	51	Der Fieberkrampf	76
Wasserbruch (Hydrocele testis)	52	Der unkomplizierte Fieberkrampf	78
Der Hodenhochstand	52	Der komplizierte Fieberkrampf	79
Einiges aus dem Bereich von Erster Hilfe und Unfallverhütung	54	Vom Sinn des Fiebers	79
Maßnahmen zur Wiederbelebung – Reanimation im Kindesalter	54	Behinderungen der Atmung	84
Plötzliche Leblosigkeit und plötzlicher Kindstod (SIDS)	56	Schnupfen	85
Plötzliche Luftnot, drohendes Ersticken	58	Erkältungskrankheiten – katarrhalische und grippale Infekte	87
Ertrinkungsunfall	60	Infektanfälligkeit im Kleinkindalter	89
Verhalten bei Verkehrsunfällen	60	»Polypen« (adenoide Vegetationen), Paukenergüsse und große Mandeln	90
Allergische Schocksymptome	61	Zu den Operationen	91
Kollapszustände	61		
Wegschreien/Affektkrämpfe	62		
Vergiftungen und Verätzungen	62		
Verbrühungen und Verbrennungen	63		



Heuschnupfen, allergische Rhinitis (Schnupfen) und Konjunktivitis (Bindegauatzündung)	92	Hauterscheinungen und Hautkrankheiten	118
Krankhafte Atemgeräusche und Husten	93	Hauterscheinungen	119
Der Pseudokrupp, akute Kehlkopfentzündung	95	Feuermale	119
Bronchitis, obstruktive Bronchitis und Asthma bronchiale	97	Blutschwämme (Hämangiome)	119
Lungenentzündung (Pneumonie)	102	Pigmentflecken	119
Atmung als Ausdruck seelischer Regsamkeit	104	Gelbfärbung (Ikterus)/ »Gelbsucht«	120
Erbrechen, Durchfall und Verstopfung	106	Marmorierte Haut und Blaufärbung der Haut	120
Erbrechen und Durchfall	107	Wangenrötungen	121
Gelegentliches Erbrechen im Säuglingsalter	107	Blässe	122
Der Magenpfortnerkrampf (Pylorushypertrophie)	107	Sonnenbrand und Sonnenstich	122
im ersten Vierteljahr	108	Schuppen	124
Häufiges Erbrechen im Schwall (Reflux) im ersten Vierteljahr	108	Hautveränderungen bei Neu- geborenen und Säuglingen	124
Einfache Magen-Darm-Infekte/ Durchfall	109	Neugeborenen-Akne	124
Flüssigkeitsersatz und Nahrungsaufbau	110	Neugeborenen-Ausschlag (Erythema toxicum neonatorum)	125
Das acetonämische Erbrechen	111	Milien (Milia neonatorum)	125
Erbrechen mit neurologischer Ursache	112	Wangenpickel in den ersten Lebenswochen	125
Akute und chronische Verstopfung	113	Eiterpusteln und Bläschen beim jungen Säugling (Staphylodermie)	126
Verdauen lernen	114	Neugeborenen-Ikterus	127
		Nabelentzündung und Nabelgranulom	127
		Was tun bei Wundsein?	127
		Geeignete Waschmittel	128
		Pilzerkrankungen	129
		Soor in Mund- und Windelbereich	129
		Der Fußpilz (Tinea pedis)	130
		Nagelpilz	131



Bakterielle Hauterkrankungen	131	Chronisches endogenes Ekzem, atopische Dermatitis oder Neurodermitis	145
Wundrose (Erysipel)	131	Das Hand- und Fußekzem/ dyshidrotisches Ekzem	151
Ansteckende Hautvereiterung (Impetigo contagiosa)	132	Schuppenflechte (Psoriasis)	152
Haarbalgrentzündungen (Follikulitis)	133		
Furunkel und Karbunkel	133		
Phlegmone	134	Allergische Reaktionsbereitschaft – eine pädagogisch-medizinische Herausforderung	154
Entzündungen der Zehen und Finger (Panaritien und Paronychien)	134	Immunreaktion als Lernprozess	155
Die sogenannte »Blutvergiftung« (Lymphangitis)	135	Lernfähigkeit als Gesundheitsvorsorge	156
Virale Hauterkrankungen	136		
Herpes labialis (Fieberbläschen)	136		
Warzen	137		
Virusexantheme	137		
Insektenstiche und Hautparasiten	138		
Bienen- und Wespenstiche	138	Die sogenannten Kinderkrankheiten	161
Mückenstiche	138	Masern	162
Krätsche (Scabies)	138	Zu den Komplikationen	165
Flohbisse	139	Röteln	167
Kopfläuse	139	Röteln in der Schwangerschaft	167
Zeckenbiss	141	Scharlach	168
Akute allergische und toxische Hautreaktionen	141	Fragen zur Therapie	171
Kontaktekzeme	141	Entwicklungen nach Scharlach	171
Allergische Reaktionen	141	Zu den Nacherkrankungen	171
Nesselsucht (Urtikaria)	142	Dreitagefieber	173
Wiesendermatitis	143	Ringelröteln	174
Strophulus infantum (Prurigo simplex acuta)	143	Andere Infekte mit Hauausschlägen	175
Chronische allergische Hauterkrankungen	144	Diphtherie	175
Seborrhoisches Ekzem und Kopfgneis	144	Pfeiffer'sches Drüsenvirus	177
Milchschorf	144	Windpocken	178
		Nach den Windpocken	180



Mundfäule	181	Krebskrankungen im Kindesalter	208
Mumps	182	Wie erkennt man eine Krebs- erkrankung bei einem Kind?	209
Keuchhusten Wie sieht ein typischer Keuchhustenanfall aus?	184		
	186	AIDS – Krankheit und Aufgabe unserer Zeit	211
		Zum Umgang mit AIDS	212
Infektiöse Gelbsucht Typ A (Hepatitis A)	188	Sinnfindung – Krankheit als unbewusste spirituelle Erfahrung und Initiation	213
Infektiöse Gelbsucht Typ B (Hepatitis B)	189	Wie real ist die Idee der Wiederverkörperung?	214
Borreliose (Lyme-Borreliose)	191	Wiederverkörperung als Gnade?	217
		Welchen Sinn haben die »Kinderkrankheiten«?	219
Behinderungen, akute Ausnahmesituationen und besondere Krankheitsprobleme	194	Ethische Fragen	227
Das Kind im Krankenhaus	195	Vorgeburtliche Diagnostik und	
Begleitung	195	Schwangerschaftsabbruch	229
Gespräch über die Krankheit	195	Zu spät geboren? Von der Realität	
Beschäftigung	196	des vorgeburtlichen Lebens	232
Vom Umgang mit behinderten und			
chronisch kranken Kindern	196	Was ist eine Konstitutions- behandlung?	234
Die Entwicklungschance			
sehen lernen	196		
Aus Erfahrung lernen	198		
Gesellschaftliche Aufgabe	199		
Krankheitsvorbeugung und Gesundheitsförderung – Aufgaben von Präventiv- medizin und Salutogenese			
Diabetes mellitus im Kindesalter –			
»Ich bin nicht krank!			
Ich habe nur Diabetes.«	201	Salutogenese – Wie entsteht und erhält sich Gesundheit?	240
Insulinpflichtiger Typ-1- Diabetes	201	Gesundheitsförderung auf seelischer und geistiger Ebene	241
Kinder mit Diabetes können heute wie andere Kinder aufwachsen	204	Motivation und Meditation	241
Diabetes mellitus Typ 2, Metabolisches Syndrom und Übergewicht (Adipositas)	205	Gesundheitsförderung durch Kunst	243



Allergische Reaktionsbereitschaft	245	RSV-»Impfung«	274
Hygienische Maßnahmen	245	Tuberkulose-Impfung	274
Abhärtung, Klimawechsel, Sauna	246	(BCG-Impfung)	274
Ist Abhärtung durch Kälte- anwendung sinnvoll?	246	Hepatitis-A-Impfung	275
Beachtung und Pflege der Rhythmen	247	Hepatitis-B-Impfung	276
Was ist Rhythmus?	247	Pneumokokken-Impfung	276
Der Tagesrhythmus	249	Meningokokken-Impfung	276
Der Wochenrhythmus	250	HPV-Impfung	278
Der Monatsrhythmus	251	(Humanes Papilloma-Virus)	278
Der Jahresrhythmus	252	Grippe-(Influenza-)Impfung	278
Zecken-Enzephalitis-Impfung	279	Zahnkaries-Vorbeugung	280
Die Impfungen	252	Einflussfaktoren auf die Zahngesundheit	280
Was geschieht durch eine Impfung?	256	Entstehung von Karies	280
Mögliche Nachteile für das Immunsystem	256	Fluorid	281
Gesichtspunkte zu einer individuellen Impfentscheidung	257	Empfehlungen zur Prophylaxe	282
Die Impfstoffe – das Wichtigste über ihre Herstellung, Zusammensetzung und Zusatzstoffe	260	Zahnpflege	283
Mögliche Nebenwirkungen	263	Rachitis-Vorbeugung	284
Wundstarrkrampf-(Tetanus-) Impfung	263	Vitamin-D-Mangel-Rachitis	285
Diphtherie-Impfung	265	Zur Geschichte der Rachitis- Vorsorge	289
Die Impfung gegen Haemophilus-influenzae- Typ-b-Bakterien	266	Vorbeugung schwerer Gerinnungsstörungen im frühen Säuglingsalter	290
Keuchhusten-Impfung	266	(Vitamin-K-Prophylaxe)	290
Poliomyelitis-(Kinderlähmungs-) Impfung	267	Wirkung und Funktion von Vitamin K	290
Windpocken-Impfung	268	Vitamin-K-Mangel-Blutungen	291
Röteln-Impfung	269	Allgemeine Empfehlung zur Vitamin-K-Prophylaxe in Deutschland	291
Mumps-Impfung	269	Modifizierte Formen der Vitamin-K-Prophylaxe	292
Masern-Impfung	271	Fragen zur Vitamin-K-Gabe	292
Rotavirus-Impfung	272		



Äußere Anwendungen in der häuslichen Krankenpflege

Allgemeines	294	Brustwickel mit Magerquark	304
Wahl des Wickeltuchs	295	Herzsalbenlappen	304
Kamillensäckchen	295	Bauchkompressen	305
auf das Ohr	295	Leberkompressen	306
Zwiebelsäckchen/		Nierenkompressen	306
Zwiebelwatte für das Ohr	296	Blaseneinreibung mit	
Halswickel mit Eukalyptuspaste	296	Dampfkompressen	306
Halswickel mit Salben	297	Blasenkompressen	306
Halswickel mit Zitronensaft,	296	Heiße Pulswickel mit	
kühl	297	Arnika-Essenz	307
Halswickel mit Zitronensaft,	297	Wadenwickel	307
heiß	297	Körperwarme Abwaschungen	308
Halswickel mit Zitronen-	298	Senfmehl-Fußbad	308
scheiben	298	Senfmehl-Kompressen	
Halswickel mit Magerquark	298	unter den Fußsohlen	309
Brustwickel mit Senfmehl	299	Ingwer-Salz-Fußbad	309
Brustwickel mit Ingwer	299	Kühle Kompressen	309
Brustkompresse mit	301	Kompressen mit Magerquark	310
Bienenwachs	301	Warme Ölkompressen	311
Brustwickel mit ätherischen	302	Kompresse mit	
Ölen	302	Schachtelhalmtee	311
Brusteinreibung mit	302	Abwaschungen	311
ätherischen Ölen	302	Schwitzpackung	312
Brusteinreibung mit	303	Dampf-Inhalation	312
Dampfkompressen	303	Bäder mit Zusätzen	313
Brustwickel mit	303	Bäder mit Essenzen	314
Schachtelhalmtee	304	Bäder mit Meersalz	314
		Einlauf	314

Grundbedingungen einer gesunden Entwicklung

Die ersten Lebensmonate	318	Das Aufstoßen nach dem Trinken	
Rund um die Geburt	319	»Bäuerchen«	335
Wo soll entbunden werden?	319	Der Schluckauf	336
Erste Maßnahmen	320	Beschaffenheit und Frequenz	
Zu früh Geborene und kranke		des Stuhlgangs	336
Neugeborene	320	Die Urinausscheidung	337
Eindrücke nach der Entbindung	322	Schwitzen	337
		Rund um den Wickeltisch	338
Die Vorsorgeuntersuchungen		Wickeltechniken	338
U1 bis J2	324	Waschen, Baden, Pflegemittel	339
Zur Pflege der ersten Sinnes-		Spaß auf dem Wickeltisch	341
wahrnehmungen	328		
Geräusche und Töne	328	Wiege, Kinderbett und Schleier	342
Atemluft, Luftfeuchtigkeit		Geeignete Transportmittel	342
und Gerüche	329	Zum Autofahren	343
Sonnenlicht	330		
Wärme und Kälte	331	Vom Säugling zum Kleinkind	344
Schwerkraft: Zur Lagerung		Ausscheidungen und Sauberkeits-	
des Säuglings	333	erziehung	346
Spontane Bewegungsentwicklung		Verdauungsprobleme im	
des Kindes	334	zweiten Lebensjahr	346
Beobachtungen und Unterstützung		Sauberkeitserziehung	346
beim Trinken und Ausscheiden des			
jungen Säuglings	335	Kleidung und erste Schuhe	347
		Schuhe	347
		Kleidung	348



Laufstall und Gitterbett	349	Qualitätsfragen	394
Zur Gestaltung des Kinderzimmers	351	Komposition der Ernährung	394
Wohin in den Ferien?	352	Lebensbedingungen und Verarbeitungsprozesse	396
Zum Thema Sonnenbrille	353	Einzelne Nahrungsmittel ab dem Kleinkindalter	397
Altersentsprechendes Spiel und Spielzeug	354	Geeignete Tees und Getränke	397
Sinnestätigkeit – das Fundament für Welt- und Selbsterleben	357	Milch	398
Der Tastsinn	358	Fette	399
Der Lebenssinn	359	Getreide	400
Der Eigenbewegungssinn	360	Kartoffeln	401
Der Gleichgewichtssinn	361	Gemüse und Salate	402
Der Geruchssinn	361	Obst	403
Der Geschmackssinn	362	Zucker, Honig und andere Süßungsmittel	404
Der Sehsinn	363	Eier, Fleisch und Fisch	406
Der Wärmesinn	364	Salz und Mineralwasser	408
Der Hörsinn	365	Ernährung und Denktätigkeit	408
Der Wortsinn	366	Qualität der Nahrung und biologisch-dynamische Landwirtschaft	411
Der Gedankensinn	367		
Der Ich-Sinn	367		
Sinnespflege durch Achtsamkeit und Selbstschulung beim Erwachsenen	368	Kindliche Entwicklung und soziales Umfeld	414
Ernährung im Säuglings- und Kindesalter	372	Wie »normal« entwickelt ist mein Kind? – Die Frage nach den Meilensteinen	415
Stillen	373	Die Meilensteine gesunder Entwicklung	415
Praktische Fragen	375	Etappen der kindlichen Entwicklung	418
Beikost des gestillten Kindes	380	Das Sehenlernen	419
Ernährung nicht gestillter Kinder	384	Bewegungsentwicklung und Gehenlernen	424
Milchzubereitungen	389	Das Sprechenlernen	435
Zufüttern von Gemüse, Obst und Brei	392	Das Denkenlernen	440
Übergang zum zweiten Lebensjahr	394		



»Leben« ist »intelligent« –		Zum Rollentausch	461
Die Metamorphose von		Allein erziehen	462
Lebenstätigkeit in		Wenn die Mutter arbeiten will	462
reine Gedankentätigkeit	445	Adoptiv- und Pflegekinder	465
Gehen-, Sprechen-,		Wie kommt es zum	
Denkenlernen – Entwicklungsschritte in der Kindheit und im		»harmonischen Familienleben«?	467
Erwachsenenalter	446	Muttersein ist ein vollgültiger	
Kindliche Phantasie und		Beruf	468
Märchen	448	Wenn Kinder zeitweise	
Von der Familie ins		weggegeben werden müssen	469
soziale Umfeld	450	Vererbung, Milieu, Individualität	
		und helfende Erziehung	470
»Familie werden« und »zu Hause sein« – Worauf kommt es an?	458	Wohnprojekte	473
Mutter und Vater werden:			
Rollenverständnis und			
Lebensrealität	459		
Erziehungszeit, Elternzeit	460		

Gesundheit durch Erziehung

Förderung der Entwicklung im ersten Lebensjahr	477	Erkennen und Pflegen des kindlichen Temperaments	506
Förderung durch Spiel und Eigentätigkeit in der Kindergartenzeit	479	Die vier Temperamente	507
Was hemmt eine gesunde Entwicklung in den ersten Jahren?	484	Das cholerische Temperament	508
Was fördert die Entwicklung im Vorschulalter und den ersten Schuljahren?	484	Das sanguinische Temperament	509
Was fördert die Entwicklung im Schulalter bis zur Pubertät?	492	Das phlegmatische Temperament	509
Altersgerechtes Lernen in der Waldorfschule	492	Das melancholische Temperament	510
Das Rubikon-Erleben in der Mitte der Kindheit	496	Zum pädagogischen Umgang mit den Temperaturen	511
Förderung im Jugendalter	497	Selbstschulung des Erwachsenen	513
Drei bestimmende Faktoren Lebensvorgänge und Denktätigkeit	499	Warum brauchen Kinder eine religiöse Erziehung?	514
	500	Das kleine Kind <i>ist</i> religiös	515
		Wie kann der Erwachsene wieder zu einem Verstehen und Erleben der geistigen Welt kommen?	516

Religiöse Erziehung in der Praxis	519	Auf dem Weg zu bewusster Selbsterziehung im Jugendalter	543
Die Jahresfeste	520	Beispiele positiver Verstärkung, Bestätigung und »Belohnung«	544
Das Abendgebet	521		
Der Schutzengel	522		
Vom Umgang mit dem Tod	523	Aufklärung	548
Wenn ein Kind mit dem eigenen Tod konfrontiert wird	524	Wann ist der richtige Zeitpunkt?	549
Motivation und Willens- erziehung	526	Im Gespräch mit Kindern und Jugendlichen	550
Drei Beispiele für Erziehungsstile	527	Blick in eine große Familie	550
Wie erlangen wir Sicherheit im Erziehungsalltag?	529	Doktorspiele im Kindergartenalter	551
Beispiele aus dem Erziehungs- alltag	530	Pubertätszeit	551
Wie kann man den Willen erziehen?	533	Zur Verhütungspraxis	552
Hilfen für den Erwachsenen zur Unterstützung der Willens- entwicklung	534	Gibt es die kindliche Sexualität?	553
Die drei Etappen der Willens- entwicklung in Kindheit und Jugend	536	Zur Homosexualität	554
Schulung von Konzentration und		Sexueller Missbrauch	555
Aufmerksamkeit	537	Wie können Eltern auf einen eventuellen Missbrauch aufmerksam werden?	556
Ruhe und Besonnenheit	538	- Mögliche Symptome bei betroffenen Kindern	557
Aggressivität	538	Wenn der Verdacht gegeben ist	558
Freude am Tun	539	Zur Vorbeugung	558
Erziehung im Spannungsfeld von »Nein« und »Ja« – von »Strafe« und »Belohnung«	540	Missbrauch als gesellschaftliches Phänomen und die Frage nach einer primären Prävention	560
»Nonverbale Erziehung« im Vorschulalter	541	Individuelle Freiheit und soziale Verantwortung	561
»Verbale Erziehung« im Schulalter	542	Sexualität als Gestaltungselement in der menschlichen Beziehung	562
		Körperliche und seelische Unterschiede bei Mann und Frau	563

Multimedia und die Kinder	566	Schlafstörungen, Essprobleme und andere Sorgen	582
Natürliche vor technischen Eindrücken!	567	Schlafstörungen	583
Zur technischen Entwicklung vor dem Internet	568	Durchschlafstörungen	583
Wenn Kinder medienmündig werden – Gesundheitsrisiken bleiben	569	Einschlafstörungen – wenn Kinder nicht zur Ruhe kommen	587
Warum ist Fernsehen »nichts für Kinder«?	570	Was tun bei Schlafstörungen im Schulalter?	588
Unphysiologischer Sehvorgang und Desintegration der Sinnes-tätigkeiten	571	Nachtwandeln (Somnambulismus)	588
Förderung aggressiv-unruhigen Verhaltens	572	»Mein Kind isst nichts«	589
Weitere Symptome und Erfahrungen in der Kindersprechstunde	572	Bettnässen (Enuresis nocturna)	591
Fernsehfrei erzogene Kinder sind beliebte Spielkameraden	573	Psychische Ursachen	591
Wie sag ich's meinem Kind? – Hilfen für einen menschen-würdigen Umgang mit der Multimedia-Kultur	573	Konstitutionelle Ursachen und physiologisch verzögerte Reifung	591
Auch Computerspiele sind nicht harmlos	575	Einkoten (Enkopresis) und Stuhlschmieren	595
Comics und die Welt der Bilder	577	Daumenlutschen, Schnuller	595
Warum sind Zeichentrickfilme und Comics so beliebt?	578	Nägelkauen und -knibbeln	598
Hilfen bei der Überforderung der Sinne	579	Harmlose Zwänge	598
Intellektuelles Frühtraining und Früheinschulung	580	Kissenklopfen und Schaukeln	599
	581	Kindliche Tics und Bewegungs-unruhe	599
		Onanieren	601
		Frechheit	602
		Fettsucht (Adipositas)	604
		Magersucht (Anorexia nervosa)	605
		Angst	606



Schulprobleme	610	Sucht verstehen – Drogen meiden	636
Aufmerksamkeitsstörung (ADS) und konstitutionelle Bewegungs-unruhe (hyperkinetisches Syndrom)	611	Drogen- und Suchtprobleme als Teil unserer Lebenswelt	637
Ursachen	611	Sucht verstehen	637
Zur Therapie	612	Wie kommt es zum Griff nach der Drogen?	638
Therapie mit den Mitteln der Pädagogik und Heilpädagogik	613	Erfahrungen und Folgeschäden der wichtigsten Drogen	638
Die Lese- und Rechtschreib-schwierigkeit (LRS)	620	Alkohol	638
Symptome erkennen	620	Nikotin	639
Individuell fördern: mit Optimismus, Geduld und langem Atem	621	Opium und sein wichtigster Bestandteil Morphinum sowie Heroin und andere Opiate	639
Zur Vorbeugung	622	Cannabis und seine Verarbeitungsprodukte	
Hilfen in der Schule	623	Marihuana und Haschisch	639
Zur Wirkungsweise der Heileurythmie	625	LSD (Lysergsäurediethylamid/ Mutterkorn-Alkaloide)	640
Heileurythmie bei Lese-Rechtschreibschwierigkeit	626	Kokain und Amphetamine (Speed)	640
Zum Umgang mit der Linkshändigkeit	626	Ecstasy (XTC) und psychoaktive Substanzen (»Designer-Drogen«)	640
Schreibenlernen und das Sprachzentrum	627	Vorbeugung und Therapie	640
Die Qualitäten von rechts und links	628		
Regelmäßiges Üben stärkt den Willen	629		
Der Schicksalsaspekt	630		
Empfehlung zur individuellen Entscheidung	631		
Praktische Hilfen	632		

Umweltschadstoffe, Umwelt- Krankheiten, Umweltschutz		Anhang
Was sind umweltbedingte Krankheiten?	644	Bündnisse für die Zukunft – das notwendige Engagement der Zivilgesellschaft
Umweltschutz »von innen«	645	Haus- und Reiseapotheke – Arzneimittel für die Selbst- medikation
Schadstoffe im Boden, im Wasser und in der Luft	645	Sind Nebenwirkungen möglich?
Schadstoffe im Boden	646	Allgemeine Gesichtspunkte zur Dosierung
Schadstoffe im Wasser	646	Streukügelchen/Globuli
Schadstoffe in der Luft	646	Tabletten auf Milchzucker- basis von Weleda
Zur radioaktiven Umwelt- belastung	648	Tropfen (Dilution)
Möglichkeiten, den Schädi- gungen durch Radioaktivität entgegenzuwirken	649	Verreibung (Trituration)
Mobilfunk und Elektrosmog: ein dauerhaft aktuelles Thema!	650	Zäpfchen (Suppositorium)
Gesundheitliche Auswirkungen	651	Augentropfen
Was können wir tun?	654	Salben, Gelees
		Arzneimittel-Liste zur Selbstmedikation
		Gewichtstabelle
		»Overall« für Ekzemkinder
		Adressen und Bezugsquellen
		Anmerkungen
		Literatur
		Verzeichnis der Arznei- und Pflegemittel
		Register