

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 5

Teil 1 Therapieformen

1	Therapieformen 13
1.1	Grundlagen der Aromatherapie 13
1.1.1	Geschichte 13
1.1.2	Chemische Betrachtung ätherischer Öle 13
1.1.3	Wirkung ätherischer Öle 15
1.1.4	Mischen von ätherischen Ölen 17
1.1.5	Gewinnungsverfahren 18
1.1.6	Qualität ätherischer Öle 19
1.1.7	Qualitätsbeurteilung 21
1.1.8	Ätherische Öle im Arzneibuch 24
1.1.9	Aufbewahrung und Haltbarkeit 25
1.1.10	Anwendung und Dosierung von ätherischen Ölen 27
1.1.11	Fette Pflanzenöle 29
1.1.12	Aromatherapeutische Anwendungen 30
1.1.13	Rechtliche Grundlagen 35
1.2	Grundlagen der Therapie mit Bach-Blüten 38
1.2.1	Allgemeines 38
1.2.2	Die 38 Bach-Blüten und Rescue-Tropfen 38
1.2.3	Wahl der Blüten in der Therapie 41
1.2.4	Dosierung 42
1.2.5	Nebenwirkungen und Wechselwirkungen 43
1.3	Grundlagen der Homöopathie 44
1.3.1	Ähnlichkeitsregel 44
1.3.2	Arzneimittelbilder 45
1.3.3	Arzneiwirkung 45
1.3.4	Arzneiherstellung, Potenzierungsverfahren 46
1.3.5	Arzneiformen und Haltbarkeit 47
1.3.6	Einnahme 47
1.3.7	Homöopathische Komplexmittel 49
1.3.8	Wechselwirkungen mit Homöopathika 49

Inhaltsverzeichnis

1.3.9	Ätherische Öle und homöopathische Arzneien	50
1.4	Grundlagen der Phytotherapie	50
1.4.1	Allgemeines	50
1.4.2	Phytotherapie im Arzneimittelgesetz	51
1.4.3	Einteilung der Phytopharmaka	52
1.4.4	Kritische Betrachtung von Phytopharmaka	53
1.4.5	Vielfalt pflanzlicher Zubereitungen	53
1.4.6	Teedrogen und Teemischungen	57
1.4.7	Heilpflanzen in der Geburtshilfe	59
1.5	Weitere Therapieempfehlungen	60
1.5.1	Grundlagen der Allopathie	60

Teil 2 Allgemeine Hinweise für Schwangerschaft, Wochenbett, Stillzeit und Neugeborene

2	Schwangerschaft, allgemeine Hinweise	67
3	Wochenbett, allgemeine Hinweise	83
4	Das Neugeborene, allgemeine Hinweise	92
5	Stillzeit, allgemeine Hinweise	98

Teil 3 Indikationen

6	Anämie	107
7	Ängste in der Schwangerschaft	111
8	Bauchnabelempfindlichkeit in der Schwangerschaft	117
9	Blähungen in der Schwangerschaft	121
10	Blähungen bei Säuglingen	125
11	Blutungen in der Schwangerschaft	133
12	Brustentwöhnung	138
13	Brustspannen, Empfindlichkeit der Brustwarzen in der Schwangerschaft	144
14	Brustwarzenpflege in der Schwangerschaft	148
15	Brustwarzen, wunde; Rhagaden in der Stillzeit	151
16	Dammpflege und Geburtsvorbereitung	159
17	Diarröh in der Schwangerschaft	164
18	Erkältungskrankheiten in der Schwangerschaft	167
19	Erkältungskrankheiten in der Stillzeit	174

Inhaltsverzeichnis

- 20 Erkältungskrankheiten bei Säuglingen 175
- 21 Fieber in der Schwangerschaft 183
- 22 Fieber in der Stillzeit 188
- 23 Haarausfall in der Stillzeit 189
- 24 Hämorrhoiden 195
- 25 Harnwegbeschwerden in der Schwangerschaft 200
- 26 Harnwegbeschwerden im Wochenbett 207
- 27 Hautpflege bei Säuglingen 211
- 28 Hypertonie in der Schwangerschaft 218
- 29 Hypotonie in der Schwangerschaft 225
- 30 Ikterus bei Säuglingen 231
- 31 Ischias in der Schwangerschaft 235
- 32 Juckreiz der Haut in der Schwangerschaft 240
- 33 Juckreiz der Haut in der Stillzeit 246
- 34 Kindsbewegungen, schmerzhafte 247
- 35 Milchstau, Mastitis 252
- 36 Mund- und Windelsoor bei Säuglingen 261
- 37 Mutterbandschmerzen 266
- 38 Muttermilchmenge, zu geringe 271
- 39 Muttermilchmenge, zu reichliche 277
- 40 Nabelversorgung 282
- 41 Obstipation in der Schwangerschaft 286
- 42 Obstipation in der Stillzeit 292
- 43 Obstipation bei Säuglingen 293
- 44 Ödeme in der Schwangerschaft 298
- 45 Rückbildung, physiologische 303
- 46 Rückbildung, pathologische 309
- 47 Schlafstörungen in der Schwangerschaft 318
- 48 Schlafstörungen bei Säuglingen, Schreikinder 325
- 49 Schmerzen in der Schwangerschaft 333
- 50 Schmerzen in der Stillzeit 338
- 51 Schmierauge beim Säugling 339
- 52 Schwäche in der Stillzeit 342
- 53 Schwangerschaftsstreifen, Striae 350
- 54 Senkungsbeschwerden, Senkwehen 355
- 55 Sodbrennen in der Schwangerschaft 360
- 56 Steißlage, Beckenendlage 364

Inhaltsverzeichnis

- 57 Stimmungstief, Baby-Blues im Wochenbett 367**
 - 58 Übelkeit, Erbrechen in der Schwangerschaft 376**
 - 59 Vaginalmykose 384**
 - 60 Venenbeschwerden in der Schwangerschaft 390**
 - 61 Wadenkrämpfe 397**
 - 62 Wehenförderung, Überschreitung des Geburtstermins 402**
 - 63 Wehentätigkeit, frühzeitige 408**
 - 64 Wundheilung im Wochenbett 414**
 - 65 Wundsein bei Säuglingen 420**
 - 66 Zähnen bei Säuglingen 426**
 - 67 Zahnfleischbluten 431**
- Literatur 435**
- Sachregister 443**
- Die Autoren 453**