

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	9
<b>Einleitung</b>	11
Zubereitungen	17
<b>Von Kopf bis Fuß</b>	27
Verdauung	27
Bauchschmerzen	27
Blähungen	33
Durchfall	39
Verdauungsstörungen	46
Sodbrennen	54
Verstopfung	60
<b>Hals, Nase, Ohren</b>	67
Schnupfen	67
Trockener Husten	72
Erkältung	80
Ohrenschmerzen	87
Bronchitis	95
Fieber	103
<b>Augenleiden</b>	113
<b>Zahnschmerzen</b>	119
<b>Kopfschmerzen</b>	129
<b>Herz &amp; Kreislauf</b>	139
Blutdruck	139
Venöse Beschwerden: Krampfadern & Thrombosen	145

<b>Haut &amp; Haare</b>	153
<i>Brandwunden &amp; Sonnenbrand</i>	153
<i>Insektenstiche</i>	160
<i>Ekzeme &amp; Neurodermitis</i>	166
<i>Schwitzen &amp; Schweißfuß</i>	174
<i>Warzen &amp; Hühneraugen</i>	181
<i>Wunden</i>	187
<i>Haare</i>	195
 <b>Nerven</b>	 201
<i>Angst</i>	201
<i>Depression</i>	206
<i>Schlaf &amp; Schlafprobleme</i>	211
 <b>Blase &amp; Niere</b>	 219
 <b>Muskeln, Knochen &amp; Gelenke</b>	 229
<i>Muskelbeschwerden</i>	229
<i>Prellungen &amp; Zerrungen</i>	237
<i>Rheuma</i>	243
 <b>Geschwüre, Entzündungen &amp; Abszesse</b>	 253
 <b>Zauberpflanzen, Glaube &amp; Rituale</b>	 265
 <b>Anhang</b>	 271
<i>Glossar</i>	271
<i>Literatur</i>	272