

Inhalt

Einleitung	1
------------------	---

Der Heuschnupfen (Pollinosis)

Definition	3
------------------	---

Symptome.....	4
---------------	---

Die allergische Reaktion	6
--------------------------------	---

Das Immunsystem	6
-----------------------	---

Histamin.....	10
---------------	----

Typ I-Allergien.....	11
----------------------	----

Verbreitung und Ursachen	12
--------------------------------	----

Verstärkende Faktoren	13
-----------------------------	----

Komplikationen: Der Etagenwechsel.....	15
--	----

Kreuzallergien	15
----------------------	----

Diagnoseverfahren	18
-------------------------	----

Die konventionelle Therapie	19
-----------------------------------	----

Vermeidung der Pollen	19
-----------------------------	----

Medikamente	19
-------------------	----

Hyposensibilisierung.....	20
---------------------------	----

Vorbeugung bei Säuglingen und Kindern	21
---	----

Der Tipp aus der Wissenschaft für die Praxis

<i>Galphimia glauca</i> bei Heuschnupfen.....	23
Homöopathische Einzelmittel, Pflanzen- heilkunde und Pollenhonig	28

Die Homöopathie

Grundprinzipien	33
Ähnlichkeitsregel und Arzneimittelprüfung	33
Potenzierung	35
Darreichungsformen	36
Literaturhinweise	37
Homöopathische Arzneimittel bei Heuschnupfen	39
Beispiele Zwiebel und Senf	39
Die Modalitäten	40
Die homöopathische Behandlung.....	40
Die einzelnen Arzneimittel (von A–Z)	42
Homöopathische Kombinationsmittel	53
Homöopathische Arzneimittel bei Heuschnupfen – Übersicht.....	56
Zur Anwendung und Dosierung homöopathischer Arzneien.....	62
Fragen und Antworten zur homöopathischen Selbsthilfe	64

Allergien aus naturheilkundlicher Sicht

Stärkung der Abwehr	69
Säulen der Gesundheit	69
Ernährung	70
Bewegung	72
Das psychische Gleichgewicht	73
Sauna	74

Was Sie noch tun können

Allgemeinmaßnahmen	77
Vitamine und Spurenelemente	78
Nasenspülungen und Nasenpflege	79
Salzwasserspülungen	79
Nasenpflege mit Öl	81
Heuschnupfenspray	82
Hyposensibilisierung durch Honig	83
Heilpflanzen bei Heuschnupfen	84
Malventinktur	84
Schwarzkümmelöl	85
Zedernöl	86
Brennnessel	87
Grüner Tee	88

Pollenflugkalender	90
Literatur und Quellen	93
Informationen und Adressen.....	96
Die Autoren.....	97