

- 7 Schnellzugriff
- 17 Liebe Leserin, lieber Leser,
- 18 Homöopathisch selbst behandeln
- 20 Die Homöopathie
- 20 Gesundheits- und Krankheitsverständnis
- 20 Wie kann man die Homöopathie verstehen?
- 23 Special: Die wichtigsten Begriffe
- 25 Die Selbstbehandlung
- 25 Selbstbehandlung oder Arztbesuch?
- 26 Wie finde ich zum richtigen Mittel?
- 27 Special: Wo liegen die Grenzen der Selbstbehandlung?
- 28 Allgemeine Regeln zur Dosierung der Mittel
- 30 Special: Welches Mittel bei komplexen Krankheitsbildern?
- 33 Die 20 wichtigsten homöopathischen Mittel
- 34 Aconitum napellus (Der Blaue Eisenhut – Sturmhut)

36	Allium cepa (Die Küchenzwiebel)	54	Dulcamara (Der Bittersüß)
38	Apis mellifica (Die Honigbiene)	56	Eupatorium perfoliatum (Der Wasserhanf)
40	Arnica montana (Der Bergwohlverleih)	58	Ferrum phosphoricum (Das Eisenphosphat)
42	Arsenicum album (Die Arsenige Säure)	60	Gelsemium (Der Wilde Jasmin)
44	Belladonna (Die Tollkirsche)	62	Hypericum perforatum (Das Johanniskraut)
46	Cantharis (Die Spanische Fliege)	64	Lachesis muta (Die Buschmeisterschlange)
48	Carbo vegetabilis (Die Holzkohle)	66	Nux vomica (Die Brechnuss)
50	Chamomilla (Die Kamille)	68	Rhus toxicodendron (Der Giftsumach)
52	Cocculus (Die Kockelskörner)	70	Staphisagria (Die Stephanskörner)
		72	Veratrum album (Die Weiße Nieswurz)
		75	Die Beschwerdebilder
		76	Erkältungskrankheiten
		76	Vorbeugung in der kalten Jahreszeit
		77	Erkältungen
		80	Fieber
		84	Fieberkrampf
		85	Halsweh/Mandelentzündung
		87	Kehlkopfentzündung
		89	Bronchitis/Akuter Infekt der Atemwege
		91	Schnupfen/Sinusitis
		94	Ohrenschmerzen
		96	Von Kopf bis Fuß
		96	Augenbeschwerden
		98	Nasenbluten
		99	Heuschnupfen
		100	Mundtrockenheit
		101	Aphthen
		102	Schwindel
		103	Kreislaufstörungen
		104	Herzbeschwerden

106	Blasenbeschwerden	150	Hauterkrankungen
109	Periodenbeschwerden	150	Ekzeme
111	Hilfe bei besonderen seelischen Zuständen	151	Special: Was tun bei trockener, juckender Haut?
112	Schlafstörungen	153	Fußpilz
114	Sonnenstich	154	Unfälle
115	Reiseübelkeit	154	Verbrennung
116	Reisedurchfall	155	Verletzung
116	Moskitostiche	158	Vergiftungen
118	Verdauungssystem	159	Operation
118	Bauchkrämpfe	160	Special: Was tun bei Vergiftungen?
119	Blähungen	162	Kinderkrankheiten
121	Magenprobleme: Sodbrennen und Reizmagen	163	Scharlach
123	Durchfall	165	Masern
125	Special: Was tun bei Durchfall?	166	Windpocken
127	Erbrechen und Übelkeit	168	Röteln
129	Verstopfung	169	Keuchhusten
131	Blinddarmreizung (Blinddarmverdacht)	171	Akute Kehlkopfentzündung/ Pseudokrupp
132	Nahrungsmittelunverträglichkeit/ -allergie	172	Kinderschlag
133	Schmerzen	174	Bauchkrämpfe/Bauchweh
133	Allgemeine Schmerzen	176	Schule
134	Kopfschmerzen	178	Service
136	Migräne	179	Rezepte
137	Special: Was tun bei Migräne und Spannungskopfschmerzen?	179	Rezepte zur äußerlichen Anwendung
139	Spannungskopfschmerzen	183	Rezepte zur inneren Anwendung
140	Medikamentenkopfschmerz	187	Hausapotheke
140	Zahnschmerzen	188	Informationszentren für Vergiftungsfälle
142	Nervenschmerzen	190	Register
146	Rheumatische Schmerzen	191	Weiterführende Literatur
148	Wirbelsäulenbeschwerden		