

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 5

1. Kapitel
Hausmittel bei Erkältungen 9

Schnupfen 10 Fieber 17
Husten 13

2. Kapitel
Hausmittel bei Rheuma und Gicht 21

Kräutertees 22 Homöopathie bei Rheuma 33
Einreibungen 25 Weitere Hausmittel bei Rheuma
Diätempfehlungen 27 (auch zur Vorbeugung) 34
Rheumabäder 29
Auflagen, Kompressen, Pack-
ungen, Wasseranwendungen ... 31

3. Kapitel
Hausmittel gegen Nervosität, Streß, Ein- und Durchschlafstörungen 35

Beruhigende Kräuterbäder und Kleine Ein- und Durchschlaf-
Schlafkissen 36 hilfen 41
Beruhigende Heilkräutertees Nützliche Verhaltensweisen bei
oder Tropfen 38 Nervosität und Schlafstörungen . 42
Homöopathische Hausmittel bei
Schlafstörungen und nervöser
Unruhe 40

4. Kapitel**Hausmittel bei Verdauungsstörungen sowie Magen- und Darmerkrankungen**

43

Appetitlosigkeit	44	Ulcus ventriculi und Ulcus
Verdauungsbeschwerden	48	duodeni
		53

5. Kapitel**Hausmittel bei Leber- und Gallebeschwerden und bei Diabetes mellitus**

57

Leberbeschwerden	57	Hausmittel bei Diabetes
Gallensteine	60	mellitus
Andere Gallestörungen	61	62

6. Kapitel**Hausmittel gegen Nieren- und Blasenbeschwerden, Erkrankungen der ableitenden Harnwege und der Prostata**

63

Heilpflanzen bei Nieren- und Blasenkatarrhen	65	Benignes Prostataadenom, Reizblase und Blasenkatarrhe ...
Sackhüpfen bei Blasen- und Nierensteinen	67	Johanniskraut gegen Bettässen
		68
		69

7. Kapitel**Hausmittel bei Hautschäden**

71

Offene Beine - Gürtelrose	72	Hühneraugen
Dekubitus	73	Warzen
Wunde Füße	74	Geschwüre, Geschwülste und eiternde Wunden, Sonnenbrand ...
Nagelbettentzündungen	75	85
Insektenstiche	76	Teer in der
Akne	77	Hausmittelmedizin
Sommersprossen	79	Tees bei chronischen
Schuppenflechte	80	Hautschäden
Schöne Haut	81	Frostbeulen
		88

8. Kapitel**Kleine Hinweise zur Linderung verschiedener Alltagsbeschwerden**

89

Stichwortverzeichnis	95
----------------------------	----