

INHALT

Vorwort	7
1. Ein längst vergessenes Wundermittel	1
2. Was ist Wasserstoffperoxid?	3
3. H ₂ O ₂ : Das sagt die Wissenschaft	6
4. Was kann Wasserstoffperoxid?	13
4.1 Das kann Wasserstoffperoxid	13
4.2 Die Vor- und Nachteile von Wasserstoffperoxid	16
5. Die Anwendungsbereiche von Wasserstoffperoxid – so hilft es Ihnen im Alltag!	20
5.1 Behandlung von Krankheiten	20
Erkältungen	20
Reinigung und Desinfektion von Wunden	23
Angina, Mandelentzündungen, Halsentzündungen	24
Schnupfen, Nebenhöhlenentzündungen	25
Husten, Bronchitis, Entzündungen im Rachenraum	26
Lippenherpes	28
Ohreninfektionen und -schmerzen	30
Verbrennungen (darunter auch Sonnenbrand)	32
Nagelpilz	35
Windpocken	38
Zeckenbisse	39
Wasserstoffperoxid wirkt desodorierend	41
Neutralisierung von Giften	43
Durchblutungsstörungen	44
Vaginalinfektionen	45
Herpes an den Geschlechtsorganen	48

Venenerkrankungen in der Schwangerschaft oder im Wochenbett.....	50
Nasenbluten	52
Insektenstiche	54
Schnittwunden	55
Fußpilz	57
Zahnschmerzen	58
Zahnfleischentzündungen	60
Hautbehandlung.....	61
Akne und unreine Haut	63
Hautalterung	65
Ekzeme und juckende Ausschläge	67
5.2 Einsatz im Haushalt.....	69
Wasserstoffperoxid als Reiniger	69
Arbeitsflächen und Küchenwerkzeug	70
Obst und Gemüse.....	71
Spülschwamm	72
Zahnbürste	72
Toilette	73
Kühlschrank.....	73
Waschmaschine	74
Fenster	74
Fleckenentfernung mit Wasserstoffperoxid	75
Rotweinflecken.....	75
Deoflecken	76
Blutflecken	76
Schimmel entfernen.....	77
Besteck polieren	78
5.3 Anwendung im Garten	79

Wachstum von Pflanzen	79
Unkraut abtöten	79
Vermeiden von Infektionen bei zurückgeschnittenen Pflanzen und Bäumen	80
Beschleunigung der Keimung	81
Fernhalten von Schädlingen und Insekten	81
Pilzinfektionen behandeln	82
Wasserstoffperoxid als Bewurzelungshilfe	82
Versorgung der Erde mit Sauerstoff	83
Desinfektionsmittel für Gartenwerkzeuge	83
Wasser für Hydrokulturen keimfrei machen	84
Gesünderes Wasser	84
Düngen	85
Bakterielle Fäule bekämpfen	85
5.4 Gebrauch im Alltag	86
Verfärbte Nägel behandeln	86
Weißere Zähne	87
Zähne putzen mit Wasserstoffperoxid-Zahnpasta	88
Mundgeruch	89
Deodoranersatz	90
Lippenpflege	90
Hornhaut und Hühneraugen	91
Ohrenschmalz entfernen	91
6. Wasserstoffperoxid kaufen: Darauf sollten Sie achten!	93
7. Wasserstoffperoxid: Hinweise zur Anwendung	96
8. Die häufigsten Fragen rund um Wasserstoffperoxid	99
9. Zu guter Letzt	103
Literatur	104