

Inhalt

Vorwort	5
Sanfte Heilkunde – Homöopathie	10
Homöopathie – was sie ist, was sie kann	12
Das Wirkprinzip der sanften Heilkunde	13
Die Ähnlichkeitsregel	13
Die Arzneimittelprüfung und das Arzneimittelbild	14
Die Leitsymptome und das individuelle Krankheitsbild	16
Die Potenzierung	16
Sicher: Wirksamkeit und Qualität	19
Die Selbstbehandlung	20
Die homöopathischen Mittel	20
Dosierung und Einnahme	21
Dauer der Behandlung	22
Schwangerschaft und Babyzeit – eine spannende Lebensphase für Mann und Frau	22
Schwangerschaft	26
Beschwerden von A bis Z	28
Ausfluss, Scheidenentzündung	28
Blasenschwäche, Reizblase	31
Hoher Blutdruck	32
Niedriger Blutdruck, Schwindel	34
Durchfall, Brechdurchfall	37
Erkältungskrankheiten	39
Fieberhafter Infekt	41
Schnupfen	42
Halsschmerzen und Heiserkeit	43
Husten	44
Erschöpfung, Müdigkeit	45
Drohende Frühgeburt	47





Hämorrhoiden	49
Harnwegsinfekt	51
Juckreiz der Haut	52
Schmerzhafte Kindsbewegungen	54
Präeklampsie (Gestose)	56
Rücken- und Ischiasschmerzen	58
Schlafstörungen, innere Unruhe	60
Schwangerschaftsstreifen	62
Sodbrennen	63
Übelkeit, Erbrechen	65
Venenbeschwerden, Krampfadern	67
Verstopfung, Verdauungsstörungen	69
Wadenkrämpfe, Muskelschmerzen	71
Zahnprobleme	72



Geburt	74
Hilfreiches rund um die Geburt	76
Vorbereitungszeit	76
Dampfpflege	77
Nervosität, Unruhe	78
Natürliche Geburtseinleitung	80
Vorzeitige Wehen	81
Die Geburt	83
Probleme mit der Nachgeburt (Plazentaretention)	85





Plazenta-Nosoden – maßgeschneiderte Arznei für Mutter und Kind	87
Die Geburtsstunde der Nosodentherapie	87
Plazenta-Nosoden – wissenschaftlich beobachtet	89
Anwendungsgebiete für Plazenta-Nosoden	92
Der Weg zur eigenen Nosode	96
Die 10 am häufigsten gestellten Fragen	98

Wochenbett 102

Hilfreiches nach der Geburt 104

Folgebeschwerden nach Narkose oder Rückenmarksanästhesie	105
Dammriss, Dammschnitt	107
Gebärmutterrückbildung	108
Nachwehen	110
Babyblues	112
Infektion der Geburtswege	115
Blasenbeschwerden (Harnverhalten, Harninkontinenz)	117
Kaiserschnittwunde	118
Schambein- und Steißbeinschmerzen	121
Wochenfluss	122
Erschöpfung, Schwäche	124

Stillzeit 126

Hilfreiches in der Stillzeit 128

Die Milchbildung anregen	129
Milchstau	130
Brustdrüsenentzündung (Entzündungsstadium)	132
Brustdrüsenentzündung (Eiterungsstadium)	133





Wunde Brustwarzen (Schmerzen, Risse)	134
Den Milchfluss reduzieren, abstillen	136
Haarausfall	137
Veränderte sexuelle Erlebnisfähigkeit	139

Babyzeit 142

Babys erste Beschwerden 144

Wenn's dem Baby nicht gut geht	144
Geburtstrauma	145
Neugeborenenengelbsucht	146
Augenentzündung	147
Nabelentzündung	148
Verstopfte Nase, Schnupfen	149
Milchschorf	151
Wunder Po, Windeldermatitis, Soor	152
Verdauungsbeschwerden, Blähungen	153
Spucken	154
Schreibabys	155
Babys Entwicklung	157



Abbildungsverzeichnis 162

Stichwortverzeichnis 165

Impressum 168

