5 *Mein erstes Wort
war Blume ...*

10 *Zu Risiken und
Nebenwirkungen
fragen Sie ...*

BEWEGUNGSAPPARAT

- 13 Arthrose
- 18 Exkurs: Wickel und Auflagen
- 21 Muskelkater
- 22 Rheuma
- 27 Rückenschmerzen
- 28 Exkurs: Tinkturen

ATEMWEGE, OHREN

- 31 Erkältung allgemein
- 44 Bronchitis
- 46 Fieber
- 49 Halsschmerzen, Heiserkeit
- 51 Husten
- 53 Nasennebenhöhlenentzündung
- 55 Ohrenschmerzen

HAUT, HAARE, NÄGEL

- 59 Akne, Pickel
- 61 Aphthen
- 63 Babyakne
- 66 Exkurs: Gegen vieles ist
ein Kraut gewachsen
- 72 Brüchige Nägel,
Nagelverfärbungen
- 74 Ekzeme
- 76 Fieberblasen
- 79 Haarausfall
- 81 Hämorrhoiden

- 83 Insektenstiche
- 85 Milchschorf
- 88 Neurodermitis
- 90 Rissige Lippen
- 91 Sonnenbrand
- 92 Verbrennungen

VERDAUUNG

- 97 Appetitlosigkeit
- 100 Blähungen
- 103 Durchfall
- 106 Gallensteine
- 107 Reizdarm
- 112 Sodbrennen
- 114 Übelkeit
- 117 Verstopfung

WOHLBEFINDEN

- 121 Kopfschmerzen, Migräne
- 125 Schlaflosigkeit
- 130 Stimmungsschwankungen,
Traurigkeit

ZÄHNE & CO

- 135 Zahnschmerzen, Entzündungen
des Mund- und Rachenraumes

-
- 140 Register Beschwerden
 - 141 Register Pflanzen
 - 142 Über die Autorin
 - 144 Impressum