

Was ist Anthroposophische Medizin?



Individuell, nicht pauschal 14

Nie war sie so heilsam wie heute 16

Grundlagen für die Pflege eines kranken Kindes



Die Gestaltung des Umfelds 20

Ernährung 22

Körperpflege 24

Wickel, Bäder, Einreibungen 25

■ Wickel 25

■ Bäder 27

■ Einreibungen 29

■ Öldispersionsbad nach Werner Junge 30



Rat und Hilfe in allen Krankheits- lagen



Nervensystem	34
■ Zappelkinder	34
– Äußere Anwendungen	35
– Sinnvolle Arzneimittel	36
■ Schwäche/Erschöpfung	36
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	37
– Sinnvolle Arzneimittel	37
■ Augen	37
– Bindehautreizung	37
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	39
– Sinnvolle Arzneimittel	39
Hals, Nase, Ohren	40
■ Schnupfen	40
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	41
– Sinnvolle Arzneimittel	41
■ Husten	41
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	44
– Sinnvolle Arzneimittel	44
■ Halsschmerzen/Angina	45
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	47
– Sinnvolle Arzneimittel	47
■ Scharlach	48
– Anzeichen	48
– Behandlung	48
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	49
– Sinnvolle Arzneimittel	49

■ Ohrenscherzen/Mittelohrentzündung	50
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	53
– Sinnvolle Arzneimittel	53
Haut	54
■ Hautpflege	54
– Säuglinge und Kleinkinder	54
– Der richtige Sonnenschutz	56
■ Sonnenbrand	57
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	58
– Sinnvolle Arzneimittel	58
■ Wundsein	58
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	59
– Sinnvolle Arzneimittel	59
■ Allergien	59
– Sinnvolle Arzneimittel	60
■ Neurodermitis	60
Magen/Darm	63
■ „Dreimonatskoliken“	63
– Warum das Stillen so wichtig ist	65
– Neugeborene kann man nicht verwöhnen!	66
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	67
– Sinnvolle Arzneimittel bei Dreimonatskoliken	67
■ Erbrechen, Durchfall	68
– Säuglinge	68
– Kleinkinder	68
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	69
– Sinnvolle Arzneimittel	70
■ Appetitlosigkeit	70
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	71
– Sinnvolle Arzneimittel	71
■ Verstopfung	71
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	72
– Sinnvolle Arzneimittel	72
■ Bauchweh	73
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	73
– Sinnvolle Arzneimittel	73

Fieber, Schmerzen	74
■ Fieber	74
– Ursachen	74
– Anzeichen und unterstützende Maßnahmen	75
– Behandlung	76
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	77
– Sinnvolle Arzneimittel	77
■ Fieberkrampf	78
– Behandlung	78
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	79
– Sinnvolle Arzneimittel	79
■ Dreitagefieber	80
■ Zahnungsbeschwerden	80
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	81
– Sinnvolle Arzneimittel	81
■ „Wachstumsschmerzen“	82
– Behandlung	82
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	82
– Sinnvolle Arzneimittel	82
Kinderkrankheiten	83
■ Röteln	83
■ Windpocken	84
– Behandlung	85
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	86
– Sinnvolle Arzneimittel	86
■ Mumps	86
– Behandlung	87
■ Masern	87
– Anzeichen	88
– Behandlung	89
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	90
– Sinnvolle Arzneimittel	90
■ Keuchhusten	90
– Anzeichen	91
– Behandlung	92
– Bei diesen Anzeichen zum Arzt	92
– Sinnvolle Arzneimittel	93

Gesunde Kindheit



Gesunde Nahrung – von Anfang an	96
■ Das Stillen	96
■ Flaschennahrung	98
■ Gemüsebrei – die erste Beikost	99
■ Der erste Getreidebrei	101
■ Der Übergang zur normalen festen Kost	102
■ Es heißt nicht ohne Grund Mahl-Zeit	103
Rhythmus – Stütze und Orientierung	104
■ Eurythmie – der „schöne Rhythmus“	105
Bewegungsentwicklung: Weniger ist mehr	106
■ Lassen und Zeit lassen	107
– Rücken- oder Bauchlage?	107
– Das Spielgitter	108
– Das Krabbeln	108
– Treppen	109
– Stehen und Gehen	111
– Tragetuch oder -sack	113
– Kinderwagen und Buggy	114
Ein Wort zum Abschluss	115

Anhang



Literatur	118
Adressen	119
Register	120