

Heilpflanzen in der Kinderheilkunde

Das Praxis-Lehrbuch

Ursel Bühring
Helga Ell-Beiser
Michaela Girsch

2., unveränderte Auflage



 Haug

Ursel Bühring
Helga Ell-Beiser
Michaela Girsch

Heilpflanzen in der Kinderheilkunde

Das Praxis-Lehrbuch

2., unveränderte Auflage

212 Abbildungen

Karl F. Haug Verlag · Stuttgart

Bibliografische Information
der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet
diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Englische Texte (ESCOMP-Dosierungen)
Übersetzt von Christiane Rose

1. Auflage 2008 Sonntag Verlag in
MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG

© 2013 Karl F. Haug Verlag in
MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG
Oswald-Hesse-Str. 50, 70469 Stuttgart

Unsere Homepage: www.haug-verlag.de
Satz und E-Book-Produktion:
Sommer media GmbH & Co. KG, Feuchtwangen
gesetzt in: 3B2, Vers. 7.51f/W

Umschlaggestaltung: Thieme Verlagsgruppe
Umschlagfoto: Ludwig Bächle, Hausach

ISBN 978-3-8304-7711-2

Auch erhältlich als E-Book:
eISBN (PDF) 978-3-8304-7712-9
eISBN (ePub) 978-3-8304-7717-4

Wichtiger Hinweis: Wie jede Wissenschaft ist die Medizin ständigen Entwicklungen unterworfen. Forschung und klinische Erfahrung erweitern unsere Erkenntnisse, insbesondere was Behandlung und medikamentöse Therapie anbelangt. Soweit in diesem Werk eine Dosierung oder eine Applikation erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass Autoren, Herausgeber und Verlag große Sorgfalt darauf verwandt haben, dass diese Angabe dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entspricht. Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag jedoch keine Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch sorgfältige Prüfung der Beipackzettel der verwendeten Präparate und gegebenenfalls nach Konsultation eines Spezialisten festzustellen, ob die dort gegebene Empfehlung für Dosierungen oder die Beachtung von Kontraindikationen gegenüber der Angabe in diesem Buch abweicht. Eine solche Prüfung ist besonders wichtig bei selten verwendeten Präparaten oder solchen, die neu auf den Markt gebracht worden sind. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Autoren und Verlag appellieren an jeden Benutzer, ihm etwa auffallende Ungenauigkeiten dem Verlag mitzuteilen.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Geleitwort

Der Strauß der Bücher über Heilpflanzen ist bunt und groß. Das Thema Kinderheilkunde findet sich darin allerdings bisher nur in kleinen Seitentrieben. Dabei besteht gerade für Kinder eine enorme Nachfrage nach seriösen ergänzenden oder alternativen Behandlungen aus der Naturheilkunde. Insofern ist es sehr zu begrüßen, dass die drei Autorinnen, ihres Zeichens Dozentinnen an der Freiburger Heilpflanzenschule, ihre Erfahrung und ihr profundes Wissen zu einem umfassenden, praxisnahen und sehr gut recherchierten Werk über die Anwendung von Heilpflanzen in der Kinderheilkunde zusammengetragen haben.

Das Buch ist sehr übersichtlich aufgebaut und zum Nachschlagen wie auch zum Querlesen bestens geeignet. Die Praxisnähe wird durch Fallbeispiele und viele praktische Kniffe und Tipps aus der eigenen Erfahrung, die für die erfolgreiche Anwendung der Heilpflanzen häufig ganz entscheidend sind, vermittelt. Sehr wichtig gerade für die

Kinderheilkunde ist, dass auch auf die gesundheitlichen Risiken bei einigen Heilpflanzen und auf die Grenzen der Selbstmedikation klar hingewiesen wird.

Die Zeiten von Glaubenskämpfen zwischen Schul- und Komplementärmedizin sind allgemein vorbei. Wissenschaftliche Untersuchungen haben inzwischen für zahlreiche Beschwerden und Erkrankungen die Wirksamkeit von pflanzlichen Zubereitungen eindeutig erbracht. In diesem Strom steht dieses Buch. Es ist ein modernes Buch, das den Spagat zwischen Kopf und Herz, wissenschaftlicher Medizin und Erfahrungsheilkunde fein beherrscht und durchzogen ist von der Liebe zu den Pflanzen. Ich wünsche ihm eine breite Leserschaft.

Freiburg, im Oktober 2007

Dr. Roman Huber

Leiter des Uni-Zentrums Naturheilkunde Freiburg

Vorwort

Jedes Kind entdeckt die Welt auf seine Art und in seinem Tempo. Die Erforschung der Elemente mit allen Sinnen sowie Erfolge und Rückschläge gehören dazu. Das Wahrnehmen der natürlichen Umgebung – das Klettern auf Bäumen, Wühlen im Sand, das Basteln von Blumenkränzen und Kochen von Grassuppen gehört zum „Ankommen“ auf der Welt, ebenso wie Nasswerden, Frieren und Schwitzen.

Auch das Krankwerden gehört dazu: Fieberträume, Schmerzen, Müdigkeit und „Krankheitsgefühle“ tragen dazu bei, den eigenen Körper wahrzunehmen. Die mit Krankheiten verbundene Frustration und das Leiden als Empfindung auf der seelischen Ebene sind wichtige Elemente in der Entwicklung von Kindern. Das Wissen über diese Aspekte ist grundlegend für den Umgang mit Krankheiten im Kindesalter.

In der Praxis erleben wir immer wieder, dass Kinder sowohl seelisch als auch körperlich gestärkt aus einer Krankheit hervorgehen und in ihrer Entwicklung einen großen Sprung nach vorne machen.

Für Familien ist diese Zeit jedoch oft sehr belastend. Auf der anderen Seite sind Krankheitszeiten oft auch Zeiten großer Nähe zwischen Eltern und Kind. Kinder erfahren im Idealfall Zuwendung und das Gefühl von Behütetsein, und viele Erwachsene erinnern sich gerne an die Zeit zurück, in der sie als krankes Kind verwöhnt wurden. Krankheit gehört also unmittelbar zum Leben dazu, mit all seinen Aspekten.

Wir bedauern, dass es Kindern immer schwerer gemacht wird, Erkrankungen eigenständig zu durchleben und beobachten, dass selbst bei banalen Infekten häufig früh in das Krankheitsgesche-

hen eingegriffen wird und der kindliche Organismus nicht erlernen darf, Krankheiten aus eigener Kraft zu überwinden. Die Folge davon ist, und das sehen wir in der Naturheilpraxis, dass Kinder oft schon gar nicht mehr in der Lage sind, auf banale Erkrankungen immunologisch angemessen zu reagieren. Ausdruck findet dies in den immer wiederkehrenden Erkrankungen, speziell den Atemwegs- und Hauterkrankungen, sowie der großen Gruppe der Allergien. Das Durchleben von „normalen“ Krankheiten ist von zentraler Bedeutung für eine intakte Abwehr, und Krankheiten sind kein Zeichen für ein geschwächtes Immunsystem. Die Praxiserfahrung zeigt, dass viele schwer kranke Menschen in der Kindheit „nie krank“ waren.

Heute ist es so, dass der Glaube an die unfehlbare Kraft von Antibiotika nachgelassen hat und man sich wieder auf mögliche Alternativen besinnt. Schulmedizin und Naturheilkunde müssen keinesfalls unvereinbare Gegensätze sein, sie können sich im besten Falle wunderbar ergänzen! Wie in bestimmten Fällen Antibiotika oder eine Operation das Mittel der Wahl darstellen, so sind es in anderen Fällen Heilpflanzen, Wickel oder andere naturheilkundliche Therapien – alles natürlich zum richtigen Zeitpunkt.

Pflanzliche Arzneimittel sind in der Regel gut bis sehr gut verträglich und deshalb geradezu prädestiniert für die Anwendung im Kindesalter. Der warme, duftende Tee, der lindernde Umschlag oder das wohltuende Bad – all dies sind positive Sinnesreize, welche die Heilung unterstützen.

Wir möchten Therapeuten und Eltern ermutigen, Kinder in ihrem natürlichen Heilungsprozess zu unterstützen. Das bedeutet, aufmerksam zu sein

und sich Zeit zu nehmen. Das bedeutet aber auch, die Verantwortung für die Gesundheit wieder in die eigenen Hände zu nehmen und, damit verbunden, von der Natur und ihren vielfältigen Heilweisen zu lernen. Das Interesse daran ist groß, wie wir durch die rege Nachfrage nach unseren Ausbildungen erfahren, und schlussendlich hat uns das bewogen, dieses Buch zu schreiben.

Wir danken darum den vielen Teilnehmern unserer Ausbildungen, die durch ihr großes Interesse und fachlichen Austausch viele Anregungen für dieses Buch geliefert haben. Danken möchten wir dem Verlag und vor allem unserer Lektorin Silvia Mensing, die sich voller Vertrauen in ein solches Projekt begeben und uns mit viel Feingefühl unterstützt hat, sowie Christian Zehenter, der unsere Texte fachkundig bearbeitet hat und der Giftnotrufzentrale Freiburg, die den Giftpflanzen-Beitrag Korrektur gelesen hat. Danke auch an Bernadette Bächle und Andreas Kühne, die Lust hatten, mit ihren kompetenten Beiträgen am Buch mitzuarbeiten. Danken möchten wir schließlich unseren Männern, Rudi Beiser und Andreas Kirchgäßner, unseren Töchtern Lena, Samira und Laura und dem schon erwachsenen Sohn Christian, die ihre Mütter oft nur noch am Bildschirm sitzen sahen.

Kostbar war für uns drei, wie gut unsere Zusammenarbeit war, und dass es trotz der vielen Arbeit so richtig Spaß gemacht hat – können sich Autorinnen gegenseitig danken?

Freiburg, im Oktober 2007

*Ursel Bühring
Helga Ell-Beiser
Michaela Girsch*

Inhalt

Geleitwort	V	4.1.4	Bezeichnungen der Pflanzenteile	18
Vorwort	V	4.1.5	Zur richtigen Einnahme von Tees	19
Zur Arbeit mit dem Buch	XII	4.2	Frischpflanzenpresssäfte	21
 Teil 1		4.3	Alkoholische Auszüge	21
Grundlagen der Therapie	1	4.3.1	Mazeration	21
1 Einführung	2	4.3.2	Digestion	21
Helga Ell-Beiser		4.3.3	Perkolation	21
1.1 Eltern – oft Teil von Ursache und Lösung	2	4.3.4	Ansatzverhältnis	22
1.2 Praxisbesuche angstfrei und reibungslos gestalten	3	4.3.5	Alkohol in der Kinderheilkunde	22
2 Anamnese und Untersuchung ..	5	4.4	Sirup	22
Helga Ell-Beiser		4.4.1	Kamillensirup	22
2.1 Wichtige Anamnesefragen	5	4.4.2	Erdkammersirup	23
2.2 Körperliche Untersuchung	7	4.4.3	Meerrettichsirup	23
2.3 Gesprächsführung	8	4.4.4	Zwiebelsirup 1	23
2.3.1 Säuglinge	8	4.4.5	Zwiebelsirup 2	23
2.3.2 Kleinkinder	8	4.4.6	Rettich-Honig	23
2.3.3 Ältere Kinder und Jugendliche	9	4.5	Tabletten	24
3 Praxis-Grundlagen	10	4.6	Zäpfchen	24
Michaela Girsch		4.7	Wickel	24
3.1 Grundsätzliches zur Behandlung von Kindern	10	4.7.1	Wadenwickel	25
3.1.1 Der Krankheitsbegriff in der Kinderheilkunde	10	4.7.2	Kalter Halswickel	25
3.1.2 „Durchtherapierung“	10	4.7.3	Warmer Halswickel	26
3.1.3 Selbstbehandlung – Eltern als Therapeuten	11	4.7.4	Pulswickel	26
3.1.4 Therapie	11	4.7.5	Bienenwachs-Wickel	26
3.1.5 Kinderdosierungen	13	4.7.6	Quarkwickel	27
3.1.6 Unbedenklichkeit von Heilpflanzen ..	14	4.7.7	Zwiebel-Brustwickel	27
3.1.7 Dosierung von Heilpflanzen und Phytopharmaka in der Kinderheilkunde	14	4.7.8	Zwiebel-Ohrwickel	27
4 Heilpflanzenanwendungen in der Kinderheilkunde	16	4.8	Auflagen und Kompressen	28
Michaela Girsch		4.8.1	Kamillen-Bauchwickel	28
4.1 Tee	16	4.8.2	Eukalyptusöl-Blasenkomresse	28
4.1.1 Teezubereitung	16	4.8.3	Kümmelöl-Komresse	29
4.1.2 Im Handel erhältliche Teedrogen ..	17	4.8.4	Zwiebelsocken	29
4.1.3 Das Teerezept	17	4.8.5	Meerrettich-Auflage	29
		4.8.6	Eichenrindentee-Auflage	30
		4.8.7	Schachtelhalm-Umschlag	30
		4.8.8	Leinsamen-Auflage	30
		4.9	Bäder	30
		4.9.1	Vollbad	31
		4.9.2	Sitzbad	31
		4.9.3	Fußbad	32
		4.10	Waschungen	33
		4.10.1	Fiebersenkende Waschung	33
		4.10.2	Pfefferminzwaschung	33
		4.10.3	Walnuss-Stiefmütterchen-Waschung	34
		4.11	Gurgeln und Mundspülungen	34
		4.11.1	Blutwurz-Spülung	34

4.12	Inhalationen	34
4.12.1	Inhalation mit Kamillenextrakt	35
4.12.2	Inhalation mit ätherischen Ölen	35
4.13	Einlauf	35
4.13.1	Grundrezept: Einlauf	36
4.13.2	Knoblaucheinlauf	36
4.14	Salben	36
4.14.1	Grundrezept für alle Salben	36
4.14.2	Majoransalbe	37
4.14.3	Engelwurz-Salbe	37
4.15	Cremes	37
4.15.1	Hautcreme	38
4.16	Gele	38
4.17	Lotionen und Schüttelmixturen ...	38
4.18	Auszugsöle	38
4.18.1	Johanniskrautöl	38
4.18.2	Bauchöl gegen Blähungen	39
4.18.3	Rotes Sanddornöl	39
4.19	Aromaöle	40
4.19.1	Basisöle	40
4.19.2	Ätherische Öle	40
4.19.3	Kümmelöl	41
4.19.4	Rotes Lavendelöl	41
4.19.5	Sportliches Minz-Rotöl	42
4.20	Kräuterkissen	42
4.20.1	Schlafkissen	43
4.20.2	Dillkissen für Kinder	43
4.20.3	Kamillenkissen	43
5	Wirkstoffe	44
	Michaela Girsch	
5.1	Ätherische Öle	44
5.2	Alkaloide	44
5.3	Bitterstoffe	45
5.4	Gerbstoffe	45
5.5	Glykoside	46
5.5.1	Anthozyanglykoside	46
5.5.2	Anthranoidglykoside	46
5.5.3	Arbutin	46
5.5.4	Cumaringlykoside	46
5.5.5	Digitalisglykoside	46
5.5.6	Flavonoidglykoside	46
5.5.7	Salicin	47
5.5.8	Saponine	47
5.5.9	Senfölglykoside	47
5.5.10	Pflanzenschleime	47

6	Sammeln, Trocknen, Aufbewahren	48
	Helga Ell-Beiser	
6.1	Regeln für das Sammeln	48
6.2	Wo wird gesammelt?	49
6.3	Wann wird gesammelt?	49
6.4	Erntewetter	50
6.5	Trocknen der Pflanzen	50
6.5.1	Trocknungszeiten	50
6.5.2	Methoden der Trocknung	50
6.6	Aufbewahrung	52



Teil 2	Bewährte Heilpflanzen für Kinder	53
	Ursel Bühring	

Pflanzenporträts	Ursel Bühring
Heidelbeere	127
Fenchel	141
Kamille	163
Engelwurz	176
Melisse	191
Lavendel	193
Bärlauch	208
Holunder	219
Spitzwegerich	238
Thymian	242
Efeu	244
Zwiebel	248
Beinwell	271
Ringelblume	277
Hamamelis	283
Stiefmütterchen	299
Gänseblümchen	310
Löwenzahn	337
Kürbis	338
Pfefferminze	357



Teil 3	Heilen nach Indikationen	123
7	Darmerkrankungen	124
	Helga Ell-Beiser	
7.1	Durchfall (Diarrhöe)	124
7.1.1	Pathologie	124
7.1.2	Ganzheitliche Therapie	125
7.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	126

7.2	Verstopfung (Obstipation)	132	8.4.3	Behandlung mit Heilpflanzen	171
7.2.1	Pathologie	132	8.5	Magersucht (Anorexia nervosa)	177
7.2.2	Ganzheitliche Therapien	132	8.5.1	Pathologie	178
7.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	135	8.5.2	Ganzheitliche Therapien	178
7.3	Blähungen (Flatulenz, Meteorismus), Dreimonatskoliken	137	8.5.3	Behandlung mit Heilpflanzen	179
7.3.1	Pathologie	137	9	Psychosomatische Störungen ..	180
7.3.2	Ganzheitliche Therapien	138		Helga Ell-Beiser	
7.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	139	9.1	Angststörungen	180
7.4	Bauchschmerzen, Nabelkoliken ..	142	9.1.1	Pathologie	180
7.4.1	Pathologie	142	9.1.2	Ganzheitliche Therapien	182
7.4.2	Ganzheitliche Therapien	143	9.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	183
7.4.3	Behandlung mit Heilpflanzen	145	9.2	Depressionen	184
7.5	Madenwürmer (Enterobiasis, Oxyuriasis)	146	9.2.1	Pathologie	184
7.5.1	Pathologie	146	9.2.2	Ganzheitliche Therapien	186
7.5.2	Ganzheitliche Therapien	147	9.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	186
7.5.3	Behandlung mit Heilpflanzen	147	9.3	Schlafstörungen	187
7.6	Dysbiose (Fehlbesiedelung des Darms)	151	9.3.1	Pathologie	187
7.6.1	Pathologie	152	9.3.2	Ganzheitliche Therapien	189
7.6.2	Ganzheitliche Therapien	153	9.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	189
7.6.3	Behandlung mit Heilpflanzen	153	9.4	Unruhezustände, Nervosität, Stress	197
7.7	Darmmykosen (Candida albicans)	155	9.4.1	Pathologie	197
7.7.1	Pathologie	155	9.4.2	Ganzheitliche Therapien	198
7.7.2	Ganzheitliche Therapien	156	9.4.3	Behandlung mit Heilpflanzen	198
7.7.3	Behandlung mit Heilpflanzen	158	9.5	Aufmerksamkeits- / Hyperaktivitätsstörung (ADHS)	198
7.8	Physiologischer Neugeborenen-Ikterus (Icterus neonatorum)	159	9.5.1	Pathologie	198
7.8.1	Pathologie	159	9.5.2	Ganzheitliche Therapien	199
7.8.2	Ganzheitliche Therapien	160	9.5.3	Behandlung mit Heilpflanzen	200
7.8.3	Behandlung mit Heilpflanzen	160	10	Lymphatische Diathese – „ständig krank“	201
8	Magenbeschwerden	161		Helga Ell-Beiser	
	Michaela Girsch		10.1	Lymphatische Diathese alias Skrofulose	201
8.1	Magenbeschwerden im Alltag	161	10.1.1	Ganzheitliche Therapien	201
8.1.1	Pathologie	161	10.1.2	Behandlung mit Heilpflanzen	203
8.1.2	Ganzheitliche Therapien	161	11	Atemwegserkrankungen	214
8.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	162		Helga Ell-Beiser	
8.2	Pylorusstenose	166	11.1	Erkältung, Grippler Infekt	214
8.2.1	Pathologie	166	11.1.1	Pathologie	214
8.2.2	Ganzheitliche Therapien	166	11.1.2	Ganzheitliche Therapien	214
8.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	167	11.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	215
8.3	Reisekrankheit (Kinetose)	168	11.2	Fieber	216
8.3.1	Pathologie	168	11.2.1	Pathologie	216
8.3.2	Ganzheitliche Therapie	168	11.2.2	Ganzheitliche Therapien	217
8.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	169	11.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	218
8.4	Appetitlosigkeit (Anorexie)	169			
8.4.1	Pathologie	169			
8.4.2	Ganzheitliche Therapien	171			

11.3 Schnupfen (Rhinitis)	221	11.14.2 Ganzheitliche Therapien	256
11.3.1 Pathologie	221	11.15 Akute Mittelohrentzündung (Otitis media acuta)	257
11.3.2 Ganzheitliche Therapien	221	11.15.1 Pathologie	257
11.3.3 Behandlung mit Heilpflanzen	223	11.15.2 Ganzheitliche Therapien	257
11.4 Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis)	224	11.15.3 Behandlung mit Heilpflanzen	258
11.4.1 Pathologie	224	11.16 Augenbindehautentzündung (Konjunktivitis)	259
11.4.2 Ganzheitliche Therapien	224	11.16.1 Pathologie	259
11.4.3 Behandlung mit Heilpflanzen	224	11.16.2 Ganzheitliche Therapien	260
11.5 Angina tonsillaris (Tonsillitis, Mandelentzündung)	226	11.16.3 Behandlung mit Heilpflanzen	260
11.5.1 Pathologie	226	11.17 Herpes labialis (Lippen-Herpes)	261
11.5.2 Ganzheitliche Therapien	226	11.17.1 Pathologie	262
11.5.3 Behandlung mit Heilpflanzen	227	11.17.2 Ganzheitliche Therapie	262
11.6 Pfeiffersches Drüsenfieber (Mononukleose, Mononucleosis infectiosa)	230	11.17.3 Behandlung mit Heilpflanzen	262
11.6.1 Pathologie	230	11.18 Exkurs: Synthetische und Pflanzliche Antibiotika	263
11.6.2 Ganzheitliche Therapien	231	11.18.1 Anwendung und Folgen Synthetischer Antibiotika	264
11.6.3 Behandlung mit Heilpflanzen	231	11.18.2 Pflanzliche Antibiotika: Kaum Nebenwirkungen – keine Resistenzen	265
11.7 Scharlach	231	12 Hauterkrankungen	269
11.7.1 Pathologie	231	Michaela Girsch	
11.7.2 Ganzheitliche Therapien	232	12.1 Stumpfe Verletzungen	269
11.8 Infektanfälligkeit	232	12.1.1 Pathologie	269
11.8.1 Pathologie	233	12.1.2 Ganzheitliche Therapien	269
11.8.2 Ganzheitliche Therapien	233	12.1.3 Behandlung mit Heilpflanzen	270
11.8.3 Behandlung mit Heilpflanzen	234	12.2 Offene Wunden	274
11.9 Husten	236	12.2.1 Pathologie	274
11.9.1 Pathologie	236	12.2.2 Ganzheitliche Therapien	274
11.9.2 Ganzheitliche Therapien	236	12.2.3 Behandlung mit Heilpflanzen	274
11.9.3 Behandlung mit Heilpflanzen	237	12.3 Windeldermatitis	279
11.10 Bronchitis	247	12.3.1 Pathologie	279
11.10.1 Akute Bronchitis	247	12.3.2 Ganzheitliche Therapien	280
11.10.2 Chronische Bronchitis	247	12.3.3 Behandlung mit Heilpflanzen	280
11.10.3 Ganzheitliche Therapien	249	12.4 Windelsoor	282
11.10.4 Behandlung mit Heilpflanzen	249	12.4.1 Pathologie	284
11.11 Keuchhusten (Pertussis)	250	12.4.2 Ganzheitliche Therapien	284
11.11.1 Pathologie	250	12.4.3 Behandlung mit Heilpflanzen	284
11.11.2 Ganzheitliche Therapien	250	12.5 Mundsoor	287
11.11.3 Behandlung mit Heilpflanzen	251	12.5.1 Pathologie	287
11.12 Asthma bronchiale	251	12.5.2 Ganzheitliche Therapien	287
11.12.1 Pathologie	251	12.5.3 Behandlung mit Heilpflanzen	288
11.12.2 Ganzheitliche Therapien	252	12.6 Verbrennungen, Verbrühungen	288
11.12.3 Behandlung mit Heilpflanzen	252	12.6.1 Pathologie	288
11.13 Pseudokrupp	253	12.6.2 Erste-Hilfe-Maßnahmen	289
11.13.1 Pathologie	254	12.6.3 Behandlung mit Heilpflanzen	289
11.13.2 Ganzheitliche Therapien	254	12.7 Insektenstiche	292
11.13.3 Behandlung mit Heilpflanzen	255	12.7.1 Pathologie	292
11.14 Mumps (Parotitis epidemica)	255		
11.14.1 Pathologie	255		

12.7.2	Ganzheitliche Therapien	293			
12.7.3	Behandlung mit Heilpflanzen	294			
12.8	Warzen	294			
12.8.1	Pathologie	294			
12.8.2	Ganzheitliche Therapien	295			
12.8.3	Behandlung mit Heilpflanzen	295			
12.9	Akne	296			
12.9.1	Pathologie	297			
12.9.2	Ganzheitliche Therapien	297			
12.9.3	Behandlung mit Heilpflanzen	298			
12.10	Kopfläule (Pedikulose)	301			
12.10.1	Pathologie	302			
12.10.2	Ganzheitliche Therapien	302			
12.10.3	Behandlung mit Heilpflanzen	302			
12.11	Akute und chronische Ekzeme, unspezifische Hautkrankheiten ..	304			
12.11.1	Pathologie	304			
12.11.2	Ganzheitliche Therapien	304			
12.11.3	Behandlung mit Heilpflanzen	306			
12.12	Milchschorf	311			
12.12.1	Pathologie	311			
12.12.2	Ganzheitliche Therapien	312			
12.12.3	Behandlung mit Heilpflanzen	312			
12.13	Neurodermitis	312			
12.13.1	Pathologie	312			
12.13.2	Ganzheitliche Therapien	314			
12.13.3	Behandlung mit Heilpflanzen	315			
12.14	Kinderkrankheiten mit Hauterscheinungen	320			
12.14.1	Windpocken (Varizella zoster)	320			
12.14.2	Röteln	321			
12.14.3	Masern	321			
13	Erkrankungen des Urogenitaltraktes	323			
	Michaela Girsch				
13.1	Harnwegsinfekte	323			
13.1.1	Pathologie	323			
13.1.2	Ganzheitliche Therapien	325			
13.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	325			
13.2	Reizblase	332			
13.2.1	Pathologie	332			
13.2.2	Ganzheitliche Therapien	332			
13.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	332			
13.3	Bettnässen	332			
13.3.1	Pathologie	332			
13.3.2	Ganzheitliche Therapien	334			
13.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	334			
14	Menstruationsbeschwerden – vom Mädchen zur Frau	340			
	Helga Ell-Beiser				
14.1	Prämenstruelles Syndrom (PMS)	342			
14.1.1	Pathologie	342			
14.1.2	Ganzheitliche Therapien	343			
14.1.3	Behandlung mit Heilpflanzen	343			
14.2	Schmerzhafte Regelblutung (Dysmenorrhöe)	345			
14.2.1	Pathologie	345			
14.2.2	Ganzheitliche Therapien	346			
14.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	347			
15	Schmerzbehandlung	350			
	Michaela Girsch				
15.1	Kopfschmerzen und Migräne	350			
15.1.1	Spannungskopfschmerzen	351			
15.1.2	Migräne	351			
15.1.3	Sonstige Kopfschmerzen	352			
15.1.4	Ganzheitliche Therapien	352			
15.1.5	Behandlung mit Heilpflanzen	353			
15.2	Zahnungsbeschwerden	358			
15.2.1	Pathologie	358			
15.2.2	Ganzheitliche Therapien	358			
15.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	358			
15.3	Wachstumsschmerzen	360			
15.3.1	Pathologie	360			
15.3.2	Ganzheitliche Therapien	361			
15.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	361			
16	Allergie und Autoimmun-erkrankungen	362			
	Andreas Kühne				
16.1	Allergische Erkrankungen	362			
16.1.1	Exkurs: Einblicke in die Immunologie	362			
16.1.2	Pathologie	364			
16.1.3	Ganzheitliche Therapien	366			
16.1.4	Behandlung mit Heilpflanzen	369			
16.2	Juvenile Arthritis („Rheuma“)	371			
16.2.1	Pathologie	371			
16.2.2	Ganzheitliche Therapie	372			
16.2.3	Behandlung mit Heilpflanzen	372			
16.3	Diabetes mellitus	373			
16.3.1	Pathologie	373			
16.3.2	Ganzheitliche Therapien	374			
16.3.3	Behandlung mit Heilpflanzen	375			

17 Linderung, Begleitung und Pflege 378
Bernadette Bächle

17.1 Pädiatrische Onkologie 378

17.1.1 Pathologie 378

17.1.2 Ganzheitliche Therapien 378

17.1.3 Behandlung mit Heilpflanzen 381

17.2 Anwendung von Heilpflanzen in der Kinderkrankenpflege 382

17.2.1 Ganzheitliche Therapien 383

17.2.2 Behandlung mit Heilpflanzen 386

 **Teil 4 Anhang** 387

18 Was gehört in die Hausapotheke? 388
Michaela Girsch

19 Reiseapotheke für unterwegs . 391
Michaela Girsch

20 Impfungen 394
Helga Ell-Beiser

21 Achtung, giftig: Giftpflanzen .. 396
Ursel Bühring

21.1 Information statt Angst 396

21.2 Erste Hilfe bei Vergiftungen 397

21.3 Giftpflanzen von A–Z 398

21.4 Vergiftungsberatungsstellen in Deutschland, Österreich und der Schweiz 410

Über die Autorinnen 411

Weiterführende Adressen 413

Abbildungsnachweis 417

Literatur 418

Pflanzenverzeichnis 422

Sachverzeichnis 425

Zur Arbeit mit dem Buch

Liebe Leserinnen und Leser,

damit Sie mit diesem Buch möglichst effektiv arbeiten können und auch genüssliches Schmökern nicht zu kurz kommt, wollen wir Ihnen Aufbau und Struktur erläutern.

Das Buch ist in drei Teile und den Anhang gegliedert.

Im Teil 1

- stellen wir die **Grundlagen der Therapie** vor, Umgang und Zusammenarbeit mit dem Kind, Anamnese und Gesprächsführung,
- die **Praxis-Grundlagen**, in denen wir Regeln für die Behandlung von Kindern mit Heilpflanzen und Dosierungsfragen erläutern,
- und ausführlich und praxisnah stellen wir Ihnen die **Heilpflanzenanwendungen in der Kinderheilkunde** vor: Wie werden Tees, Salben, Sirupe, Wickel etc. zubereitet bzw. angewendet?
- Zudem gibt es einen Einstieg in die wichtigen **Wirkstoffgruppen** zum besseren Verständnis der Arzneiwirkung.
- Um es noch praxisnäher zu machen, führen wir Sie ein ins **Sammeln, Trocknen und Aufbewahren**.

Der Teil 2 enthält die wichtigsten **bewährten Kinder-Heilpflanzen, 81 Pflanzensteckbriefe** (mit Bild), in denen Sie auf einen Blick die wichtigsten „facts“ erkennen können: Inhaltsstoffe, Wirkung, Indikationen, Darreichungsformen und Tagesdosis, inklusive (soweit vorhanden) Dosierungsempfehlungen für Kinder, Nebenwirkungen und Gegenanzeigen, aktuelle Präparate und den Text der Kommission E. Die von der Kommission E mit einer positiven Monografie versehenen Arzneidroge sind in den Pflanzensteckbriefen durch ein (M) hinter dem Namen gekennzeichnet.

Der 3. Teil ist das größte Kapitel, in dem es um Therapie und Anwendung bei den einzelnen Indikationen geht: Verdauungs- und psychosomatische Beschwerden, Lymphatische Diathese, Atemwegs- und Hauterkrankungen, Erkrankungen des Urogenitaltraktes, Menstruationsbeschwerden, Schmerzbehandlung, Kopf-, Zahn- und Wachstumsschmerzen. Ein spezielles Kapitel beschäftigt sich mit Allergien, Diabetes und Rheumatischen Erkran-

kungen im Kindesalter (HP Andreas Kühne) und ein weiteres mit dem Kind im Krankenhaus und unterstützenden Behandlungsmöglichkeiten in der Onkologie (Bernadette Bächle).

Wir gehen in diesen Kapiteln auf Ursachen, Symptome und Grenzen der (Selbst-)Behandlung ein, geben Hinweise auf konstitutionelle Aspekte, Tipps für Eltern sowie für bewährte Anwendungen wie Wickel oder Bäder. Außerdem stellen wir einzelne Fallgeschichten vor. Bewährte Rezepturen finden Sie im Text eingestreut, sodass Sie mit diesem Fundus ausgestattet Ihr Wissen verantwortungsbewusst in die therapeutische Praxis umsetzen können. Die Heilpflanzen in den Indikationskapiteln sind nicht alphabetisch, sondern nach Bedeutung geordnet.

In den Text integriert sind **20 spezifische Kinder-Pflanzenporträts** (bebildert). Damit wollen wir Sie ein bisschen unterstützen, Kindern Heilpflanzen näher zu bringen, denn jede Therapie ist nur so gut, wie sie auch angenommen wird! Das gemeinsame Herstellen eines Löwenzahngelees oder das Blütenkandieren auf dem nächsten Kindergeburtstag ermöglicht ganz neue Formen der Begegnung mit Heilpflanzen.

Im **Anhang** finden Sie die **Haus-** und die **Reiseapotheke** vorgestellt, ein kurzes Statement zu **Impfungen** und die wichtigsten **Giftpflanzen**.

Natürlich stellen wir uns auch als **Autorinnen** vor und haben für Sie einen ausführlichen **Adressteil** mit Bezugsquellen, Ausbildungsmöglichkeiten und Internetadressen zusammengestellt. Das **Literatur-, Pflanzen- und Sachverzeichnis** kompletieren das Buch – auf dass Sie mit Freude darin blättern, Ihren Wissensdurst stillen und vor allem fachgerecht und kompetent die kleinen Patienten betreuen können.

Aus Gründen der Lesbarkeit haben wir uns für die männliche Form der Ansprache entschieden, wohlwissend, dass in diesem Fachbereich die Therapeutinnen absolut in der Überzahl sind!

Wir wünschen Ihnen viele Anregungen beim Lesen!

