

Sachverzeichnis

A

Abführmittel 139
Achylie 147
Acrylamid 128
Adipositas 147
Adsorbenzien 212
Adstringenzien 207
Akkermansia muciniphila 264
Aktivkohle 194
Alkaloidrogen 139
Alkaloidvergiftungen 208
Alkoholgehalt 115
Alkoholismus 120
Alkoholkonsum 131
Aloe vera 280
– Kräuterlax 283
Amara 90
– acria 102, 108
– aromatica 101
– tonica 101, 105
Amyloidose 227
Analgetika 89
Andorn 101, 105, 283
Angelika 107, 285
Angststörungen 158, 200
Angstzustände 172
Anthranoide 238
Anti-Ulkus-Faktor 166
Antibiotika 57, 69, 79
Antidepressiva 89
Antidiarrhoikum 213
Antriebslosigkeit 97
Aperitif 112
Appetit 96
Appetitanregung 98
Appetithemmung 100
Appetitlosigkeit 95, 103, 110
– im Alter 97
Appetitverlust 97
Aromatherapie 156
Aromatika 80
Artischocke 105, 135, 140, 288
Artischockenblätter 133
Arzneimittelabhängigkeit 150
Arzneipflanzen, sammeln 268
Ätherisch-Öl-Pflanzen 80

ätherische Öle 101, 172, 214
– Ankauf 277
– Haltbarkeit 278
– Lagerung 278
– Sicherheitshinweise 277
aufspritzen 273
Aufstoßen 152
Ausleitungskur 129
Ausleitungsverfahren 29

B

Badezusatz 143
Baldrian 158, 166, 289
Ballaststoffe 228, 234
Bauchkompressen 214
Bauchmassage 173–174, 182
Bauchschmerzen 183
Benediktenkraut 291
Bewegung 228
Bewegungsmangel 97
Bilirubin 124
Biologica 198
Bittere Schleifenblume 165
Bittergemüse 131
Bitterorange 108
Bitterstoffdrogen 242
Bitterstoffe 100, 160
Bitterstoffpflanzen 139
– Wirkungen 103
Bitterstoffrezeptor 99
Bitterwert 100
Blähungen 152, 163, 175, 183
– chronische 153
Blutungen, kleine 70
Blutwurz 293
Bockshornklee 295
Borborygmus 152
Brombeere 298

C

Calprotectin 190
Calprotectinwert 191
Campylobacter 192
Catechingerbstoff 73
Chlorhexidindigluconat 83
Cholagoga 139

Clostridium difficile 192
Colitis ulcerosa 196
Colon irritabile 199
Crema, Grundrezept 275

D

Dampfkompresse 174
Darm, Immunsystem 197
Darmentzündungen 190
Darmerkrankungen, chronisch-entzündliche 195
Darmflora, gesunde 228
Darmsanierung 83, 127, 131
Dehydratation 204
Dekokt, Grundrezept 271
Depressionen 97, 200
Destillation 112
Diabetes 227
– Typ II 123
Diabetiker 57
Diarrhö 189
– akute, Ursachen 189
– Basisdiagnostik 190
– chronische 190
– Heilpflanzen zur Behandlung 209
Diät 124
Dill 299
Diuretika 89
Divertikel 147
Divertikulitis 226
Divertikulose 225
Dreier-Ulkus-Kur 164
Druckklistier 232
Druckzahnschmerzen 66
Durchfall
– als Nebenwirkung 194
– Behandlung 193
– Maßnahmen 195
Durchfallchroniker 203
Durchfallerkrankungen 188–189
– Basisdiagnostik 190
– Säuglinge 192
Durchfallerreger, meldepflichtige 192
Dysenteria 188
Dyspepsie 176
– chronische funktionelle 166
– funktionelle 151

E

E.-coli-Stamm Nissle 1917 231
 E.-coli-Stämme 192
 Echter Eibisch 76
 Eibisch 300
 Eiche 302
 Einlauf 231–232
 Einmalklistier 232
 Eisenkraut 304
 Eisenmangelanämie 70
 Elektrolytverlust 204
 Engelwurz 107
 Entgiftung 222
 Entzündungen
 – Mund- und Rachenraum 85
 – Mundschleimhaut 69
 Enzian 306
 Erbrechen 155
 Erdrrauch 308
 Erkrankungen
 – chronisch-entzündlicher Darm 195
 – der Gallenwege 118, 124
 – der Leber 118, 120
 – Durchfall 188
 – Hämorrhoiden 251
 – Obstipation 223
 – Reizdarm 199
 – Reizdarmsyndrom 188
 – von Speiseröhre und Magen 146
 Ernährung
 – vollwertige 62
 – zahngesunde 62
 Ernährungs- und Trinktagebuch 230
 Ernährungsfehler 153
 Ernährungsprotokoll 159
 Eugenol 63

F

Fastenkur 124, 126, 129
 Fatty Liver Index 122
 Fenchel 310
 Fettleber 122
 – nicht alkoholische 122
 Fibromyalgie 158
 Flatulenz 152
 Flohkraut 313
 Flohsamen 313
 – indischer 210
 Fluorid 63
 Flüssigkeitszufuhr 228
 Fremdobstipation 252
 Fruktose 123

G

Galgant 102, 108, 140, 315
 Galle 119
 Gallenkoliken 125
 Gallensteine 101, 124–125, 132

Gallenwegsdyskinesien 125
 Gallotanningerbstoff 73
 GALT 197
 Gänsefingerkraut 318
 Gänserich 318
 Gastritis 101, 147–148, 170
 – atrophische hypoazide 148
 – Typ A 148
 – Typ B 149
 – Typ C 150
 Gastropathie, diabetische 125, 154
 Gelber Enzian 101, 105
 Gelbsucht 120, 124
 Gelenkentzündung 79
 Gerbstoffdrogen 74, 207, 256
 – pflanzliche 70
 Gerbstoffe 60, 63, 130, 208
 – hydrolysierbare 208
 – nicht hydrolysierbare 208
 Geschmacksknospen 99
 Gesundheitsregeln 30
 Gewürze 183
 Ghrelin 96
 Giftpflanzen 217
 Giftstoffe 127
 Giftung 119
 Gingivitis 66
 Glossitis 70
 Grundrezept
 – Creme 275
 – Dekokt (Abkochung) 271
 – Infus aus Ätherisch-Öl-Drogen 271
 – Infus aus Drogen 271
 – Infus aus Frischpflanzen 271
 – Infus-Mazerat 272
 – Likör 274
 – Mazerat (Wasserauszug, kalt) 271
 – Mazerations-Dekokt 272
 – Medizinalwein aus Frischpflanzen
 oder Drogen 273
 – Medizinalwein aus Tinkturen oder
 Magenbittern 273
 – Ölmazerat 274
 – Salbe 276
 – Tee (Infus/Wasserauszug, heiß) 270
 – Tinktur (Alkoholauszug) 272

H

Hafer 169, 319
 – Hafertage (Kur bei Übelkeit mit
 Brechreiz) 174
 Halitosis 82
 Halsschmerzen 79
 Hämorrhoiden 226, 250
 Heilkräuterpräparate, Verunrei-
 nigung 220
 Heiße Rolle 242
 Hepatitis 120

Hepatitis B 120
 Hepatoprotektiva 133
 Herzbeutelentzündung 79
 Herzmuskelentzündung 79
 Hiatushernie 147
 Hibiskus 77
 Honig 80
 Hopfen 158
 Humoralpathologie 24, 145
 – Diagnostik 29
 – Primärqualitäten 24
 – Terminologie 25
 – Viersäftelehre 24
 Hunger 96

I

Ikterus 124
 Immunsystem, Darm 197
 Inappetenz 152
 Infus-Mazerat, Grundrezept 272
 Ingwer 102, 110, 172, 321
 Intervallfasten 126, 161
 Irrigatorsysteme 233

J

Johanniskraut 158, 166

K

Kalmus 101, 323
 Kalmuswurzelstock 107
 Kamille 164, 325
 Kampfer 172
 Kardamom 328
 Karminativa 139
 Kartoffel 168
 Karzinom 147
 Kinderdosierungen 270
 Kinetosen 155
 Klistier 232
 Klistierspritze 232
 Klostermedizin 18
 Knoblauch 134, 136, 330
 Koagulationsmembran 73
 Kohl 332
 Kolitis, pseudomembranöse 193
 Koriander 334
 Kortisol 130
 Kortison 150
 Kosmetikprodukte 60
 Kräuterbitter 111
 Kräuterbücher 23
 Kräuterwein 115
 Kümmel 175, 336
 Kurkuma 102, 110, 134, 136

L

Labiatergerbstoffe 208
 Lactoferrin 191
 Lactulose 237
 Lakritze 169
 Lamiaceengerbstoffe 73, 208
 Lamiatergerbstoffe 208
 Lavendel 158, 339
 Laxanzien
 – Entzug 249
 – Missbrauch 245
 – Übersicht 246
 Lebensmittelvergiftung 192
 Leber 119
 Leber-Massageöl 143
 Leberentlastungskur 129
 Leberentzündung 120
 Leberinsuffizienz 120
 Leberkrebs 120
 Leberkur 143
 Leberregeneration 133
 Leberversagen 120
 Leberwickel 131, 143
 Leberzirrhose 120
 Lein 341
 Leinsamen 168
 Lendenwickel, kalter 242
 Liebstöckel 344
 Likör 111, 114
 – Grundrezept 274
 Lippenblütler 73
 Low-FODMAP-Diät 159
 Löwenzahn 106, 346
 Löwenzahnkraut 139, 348

M

Macrogole 231, 236
 Magenbeschwerden 145, 162, 171
 Magenbitter 113
 Magengeschwür 101, 151, 170
 Magenkrämpfe 171
 Magenmotilität 154
 Magenschleimhautentzündung 147
 Magenschmerzen 152
 Magenübersäuerung 101
 Magenulkus 147
 Magnesiumsalze 237
 Malve 169
 Mariendistel 134, 137, 348
 Marisken 252
 Mauretanische Malve 76
 Mazerat, Grundrezept 271
 Mazerations-Dekokt, Grundrezept 272
 MCP-Tropfen 154
 Medizin, arabische 22
 Medizinalkohle 194
 – Entgiftung 222

Medizinalwein 114, 273
 – Aufspriten 273
 – Grundrezept 273
 Medizinschule von Salerno 22
 Meerrettich
 – Milchauszug mit 67
 – Tee 66
 Melisse 158, 166, 350
 Menthol 63, 80
 Meteorismus 152
 Methylnalazinylat 83
 Metoclopramid 154
 Mikrobiota 69, 228, 261, 266
 Milch 80
 Milchprodukte 59
 Mineralsalze 231
 Minzen 353
 Minzöle 60
 Mischungskreuz 273
 Mönchsärzte 18
 Morbus Crohn 195
 Motilitätsstörungen 151, 154
 MRSA 192
 Mund- und Rachenschleimhautbeschwerden 69
 Mundflora 60, 69
 Mundgeruch 82, 85
 Mundhöhle 69
 Mundschleimhaut
 – chronische Entzündungen 70
 – Entzündungen 69
 Mundspüllösungen 83
 Mundtrockenheit 85
 Mundwässer 83
 Mundziehöle 92
 Muzilaginoso 76, 164
 Myrrhe 356

N

Nahrung, Transitzeit 238
 Nahrungsmittelintoleranzen 203
 Natriumlaurylsulfat 60
 Nelkenknospensöl 66
 Nitritpökelsalz 128
 Nitrosamine 128
 Norovirus 191
 NSAR 150
 Nüchternschmerz 171

O

Obstipation 223
 – anorektale 227
 – chronische 227
 – idiopathische 227
 – kologische 227
 – vorübergehende, kurzfristige 226
 Obsttag 242
 Ödemprotektiva 255

Öl, aromatisches 66
 Ölmazerat, Grundrezept 274
 Ölzehen 91
 – Anleitung 94
 Opioide 154

P

Parasympathomimetikum 90
 Parodontitis 56
 Passionsblume 158, 166
 Peristaltikhemmer 194
 Peyer-Plaques 197
 Pfefferminzöl 172
 Pflanzenschleime 77
 Pflanzenwirkstoffe
 – bei Aufstoßen und Blähungen 179
 – bei Beschwerden in Ösophagus, Magen und Duodenum 164
 – bei Dyspepsie und Blähungen 175
 – bei Lebererkrankungen 133
 – bei Übelkeit mit Brechreiz und Krämpfen 173
 – bei Übelkeit und Erbrechen 172
 – bei Völlegefühl, Magendruck und Krämpfen 176
 – mit antiviralem Effekt 134
 – zur symptomatischen Behandlung von Durchfall 209
 Plummer-Vinson-Syndrom 70
 Probiotika 57, 69, 79, 193, 209
 – Therapie 198
 Protonenpumpenhemmer 70, 150
 Pyrrolizidinalkaloide 219–220
 Pyrrolizidinalkaloidgehalt 221

Q

Qi Gong 90
 – Übungen zur Förderung des Speichelflusses 90
 Quellmittel 234

R

Rachenentzündungen 79
 Raumbefudung 174
 Reflux 152, 162, 170
 Refluxbeschwerden 145
 Refluxösophagitis 146
 Regimen sanitatis 30, 32
 Rehydratationslösung, WHO 193
 Reisedurchfall 193
 Reiseübelkeit 173
 Reizdarm(syndrom) 188, 199
 – Therapie 206
 Reizgallenblase 125
 Reizmagensyndrom 151
 Rizinusöl 243
 Roemheld-Syndrom 153
 Rollkur 157

Sachverzeichnis

Rom-III-Diagnosekriterien 200
Rosengewächse 208
Rosmarin 358
Rotavirus 191
Rückvergiftung 129
Ruhr 188

S

Salbe, Grundrezept 276
Salbei 101, 361
Salizylate 63
Salmonellen 192
Salmonellose 192
Sättigungsgefühl 160
Schaufgarbe 134, 138, 363
Schilddrüsenunterfunktion 227
Schlaf-Wach-Rhythmus 128
Schlafstörungen 172
Schleimhaut, trocken, gereizt 76
Schleimstoffdrogen 76, 207
Schleimstoffe 99
Schwellungen 70
Schwermetallbelastung 130
Sekretionshemmung 100
Sekretionszunahme 100
Senfölglykoside 166
Serotoninrezeptoren 201
Sex res non naturales 31, 34, 61, 127, 156
Shigellen 192
Sinusitis 66
Sodbrennen 101, 147, 162, 170–171
Sojabohne 134
Sojaphospholipidpräparate 138
Solezahncreme 60, 85
Speichel 89
Sphinkter Oddi 125
St. Galler Klosterplan 21
Staphylococcus aureus 192
Staphylokokkenenteritis 192
Stomatitis 69
Streptokokken 79

Stresshormone 150
Stuhl, blutig, eitrig 192
Stuhlanalyse 127, 231
Stuhlgang 190
– fettig 125
Stuhlsanierung 203, 265
Stuhltagebuch 230
Stuhluntersuchungen 264
Suppositorien 233
Süßholz 134, 164, 365
Süßholzwurzel 169

T

Tausendgüldenkraut 101
Tee, Grundrezept 270
Theriak 112
Titandioxid 60
Transitzeit, Nahrung 238
Tumorprophylaxe 134

U

Übelkeit 155
Urtinktur 273

V

Verdauung 56
Verdauungsbeschwerden 111
Vergiftung 214
– Erste Hilfe 221
Vergiftungssymptome 221
Verschlussikterus 124
Verstopfung
– chronische 227
– vorübergehende, kurzfristige 226
Virushepatitis 134
Vitamin
– A 70
– B₁₂ 70, 149
– C 70, 127
– E 126
– Dosierung 126

Vitaminmangel 70
Völlegefühl 152

W

Wärmflasche 181
Wegwarte 368
Weißkohl 166
Wermut 101, 107, 370
Wickel 214
Wilde Malve 76
Wunden, nässende 70

Z

Zahnbürste 58
Zahncreme mit Heilpflanzen-
auszügen 60
Zahnersatz 85
Zahnfleischbluten 85
Zahngesundheit 58
– Mineralien 63
– Vitamine 63
Zahnimplantate 66
Zahnpasta 59, 61
Zahnpasta, fluoridhaltige 85
Zahnpflege 58
Zahnpflege-Essig 88
Zahnpulver 60–61
Zahnschmerzbehandlung 66
Zahnschmerzen 57
– akute lokale 66
– chronisch anhaltende 67
– lokale 66
Zahnseide 85
Zäpfchen 233
Zitwer 102
Zuckerkonsum 59
Zunge
– Belag 69
– Entzündung 70
Zwölffingerdarmgeschwür 101, 151