

CHRISTOPHER VASEY

SANFT HEILEN  
MIT WICKELN UND  
KOMPRESSEN

Naturmedizin mit Tradition

MIDENA

# INHALT

Zum Geleit	11		
<b>Einführung</b>	<b>13</b>		
Die Heilkraft	14		
Krankheit, was ist das?	14		
Die Haut, ein vielseitiges Organ	15		
Kompressen	17		
Wickel	19		
Die Wirkung von Wickeln und Kompressen	19		
<b>PRAKTISCHER TEIL</b>	<b>27</b>		
<b>Kopf und Nacken</b>	<b>27</b>		
Kreislaufbedingte Kopfschmerzen	27		
Kopfschmerzen durch Muskelspannung	28		
Beule am Kopf	28		
Migräne	29		
<b>Gesicht</b>	<b>30</b>		
Akne, fettige Haut	30		
Neuralgische Schmerzen	31		
Sinusitis	31		
Gesichtspflege	33		
<b>Mund</b>	<b>35</b>		
Zahnschmerzen	35		
Zahnabszeß	36		
Geschwollene Lippe	37		
<b>Augen</b>	<b>38</b>		
Entzündung, Reizung, Juckreiz	38		
Blaues Auge	38		
<b>Ohren</b>	<b>39</b>		
Ohrenschmerzen	39		
<b>Hals</b>	<b>40</b>		
Akute Halsschmerzen	40		
Heiserkeit, Halsreizungen	41		
Lymphdrüenschwellung am Hals	41		
		<b>Nacken</b>	<b>43</b>
		Steifer Hals	43
		Gelenkbedingte Nackenschmerzen (Arthritis und Arthrose)	44
		<b>Brust</b>	<b>45</b>
		Akute Bronchitis und Husten	45
		Chronische Bronchitis, Katarrh der Atemwege	46
		Asthma	48
		Rippen- und Schlüsselbeinbruch	49
		Brustzyste	50
		Ungenügende Milchbildung	50
		Milchbildung stoppen	51
		Brustdrüsenentzündung	51
		Rissige Brustwarzen	51
		<b>Unterleib</b>	<b>52</b>
		Magenschwäche	52
		Nervöser Magen / Verdauungsbeschwerden	53
		Magenschleimhautentzündung und Magengeschwür	53
		Leber- und Gallenblasenleiden	55
		<b>Darm</b>	<b>56</b>
		Verstopfung	56
		Darmbedingte Verdauungsbeschwerden	56
		Durchfall, Darmgrippe	57
		<b>Blase</b>	<b>58</b>
		Schmerzhaftes Harnlassen, Harndrang, Harnverhalten	58
		Entzündung der Harnblase	59
		<b>Frauenleiden</b>	<b>60</b>
		Ausbleibende oder schwache Menstruation	60
		Schmerzhafte Menstruation	60
		<b>Rücken</b>	<b>61</b>
		Schmerzen in der Wirbelsäule	61
		Muskuläre Rückenschmerzen (Hexenschuß)	62
		Ischiasschmerzen	63
		<b>Nieren</b>	<b>66</b>
		Nierenschwäche	66

---

<p><b>After</b> 67</p> <p>Hämorrhoiden 67</p> <p><b>Schulter und obere Glieder</b> 68</p> <p>Muskel- und Gelenkschmerzen in der Schulter 68</p> <p>Ellenbogenentzündung 69</p> <p>Entzündung im Handgelenk (Arthritis) 70</p> <p>Arthrose im Handgelenk 72</p> <p><b>Hände</b> 73</p> <p>Entzündung in den Fingergelenken (Arthritis) 73</p> <p>Eingeklemmter Finger oder Schlag</p> <p style="padding-left: 20px;">auf den Finger 74</p> <p>Nagelbettentzündung 74</p> <p>Nagel- und Nagelfalzentzündung (Umlauf) 75</p> <p><b>Untere Glieder</b> 76</p> <p>Entzündung im Hüftgelenk 76</p> <p>Schlechte Blutzirkulation oder Muskelkrampf</p> <p style="padding-left: 20px;">im Oberschenkel 77</p> <p>Entzündung im Kniegelenk (Arthritis) 78</p> <p>Arthrose im Kniegelenk 78</p> <p>Gelenkerguß im Knie 79</p> <p>Wadenkrampf 80</p> <p>Krampfadern 80</p> <p>Venenentzündung 81</p> <p>Verstauchung des Fußknöchels 81</p> <p>Entzündung im Fußgelenk (Arthritis) 82</p> <p>Arthrose im Fußgelenk 82</p> <p><b>Füße</b> 83</p> <p>Kalte Füße und schlechte Blutzirkulation 83</p> <p>Warzen, Hühneraugen 84</p> <p>Gicht in den Zehen 84</p> <p>Entzündung in den Zehengelenken 85</p> <p>Arthrose in den Zehengelenken 85</p> <p><b>Haut</b> 86</p> <p>Ekzem 86</p> <p>Juckreiz 86</p> <p>Sonnenbrand 87</p> <p>Verbrennung 88</p> <p>Insektenstich 89</p> <p>Abszeß, Furunkel (Eiterbeule), Pustel 89</p> <p>Gürtelrose 90</p> <p>Pilzkrankheiten 91</p>	<p><b>Allgemeine Beschwerden</b> 92</p> <p>Ängste, nervöse Spannungen 92</p> <p>Fieber 94</p> <p>Grippe 94</p> <p>Schlaflosigkeit 95</p> <p><b>Stichwortverzeichnis</b> 96</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

---