

Das große t11  
Kneippbuch'

Handbuch der naturgemäßen  
Lebens- und Heilweise

Ehrenwirth

# Inhalt

Vorwort

15

## Erster Teil

Sebastian Kneipp und seine Lehre

*Dr. med. Kaiser*

Sebastian Kneipp	19	Sebastian Kneipp 51 • Die Physiotherapie nach Kneipp 55 • Die aktive Gesundheitspflege 60
Geschichte der Naturheilkunde	28	
Entwicklung und Überblick 28 • Die wissenschaftliche Naturheilkunde 29 • Von der originalen Kneippkur zur modernen Physiotherapie nach Kneipp 45 • Die Weiterentwicklung der originalen Kneippkur nach dem Tod von		Die Kneippsche Lehre vom gesunden Leben und naturgemäßen Heilen in den drei Lebensabschnitten: Jugend und Reife. Lebenshöhe. Alter 62 Jugend und Reife 62 Die Lebenshöhe 67 Das Alter 80

## Zweiter Teil

Bau und Leistungen des menschlichen Körpers

*Dr. med. E. Heinrich*

<b>Bau des menschlichen Körpers</b>	91	und ableitende Harnwege 102 • Die Geschlechtsorgane 103 • Das Nervensystem 105
Die Gewebsstrukturen 91 • Das Epithel- Deck- oder Oberhautgewebe 91 • Das Bindegewebe 91 • Das Muskelgewebe 91 • Das Nervengewebe 91 • Das Drüsengewebe 92 • Das Organgewebe 92 • Das Knochen- oder Skelettsystem 92 • Der Schädel 94 • Die Wirbelsäule 95 • Der Brustkorb 95 • Der Schultergürtel 96 • Die Armknochen 96 • Die Handknochen 96 • Das Becken 96 • Die Beinknochen 97 • Die Fußknochen 97 • Die Gelenke 98		Die Sinnesorgane 107 Das Auge 107 • Das Ohr 108 • Die Haut 109 • Hautanhangsgebilde 110 • Die Haare 111 • Die Nägel 111 Die Zelle 111
Die Skelettmuskulatur	98	
Das Eingeweidesystem	99	
Die Verdauungsorgane 99 • Die Atmungsorgane 100 • Das Herz 101 • Die Gefäße 102 • Die Lymphgefäße oder Saugadern 102 • Niere		<b>Die Funktionen des menschlichen Körpers</b> 113 Allgemeines 113 Der Bewegungsapparat 113 Die Muskulatur 114 Das Nervensystem 114 Das Rückenmark 115 • Das Gehirn 115 • Das Kleinhirn 115 • Die Großhirnrinde 115 • Das selbständige Nervensystem 115

## Inhalt

Die Atmung	116	Die Nieren	126
Der Blutkreislauf	118	Die Haut	127
Das Herz	118	Die Sinnesorgane	127
Der Blutdruck	119	Der Gesichtssinn 128 • Der Gehör- sinn 129 • Der Gleichgewichtssinn 130 • Der Geschmackssinn 131	
Das Blut	120	Stimme und Sprache	131
Rote Blutkörperchen 120 • Weiße Blutkörperchen 121 • Die Blut- plättchen 121 • Das Blutplasma 121 • Die Blutgruppen 122 • Die Blutgerinnung 122		Die Hormone	131
Die Lymphe	123	Die Schilddrüse 132 • Die Neben- schilddrüsen 135 • Die Nebennie- ren 136 • Nebennierenrinden-Hor- mone 136 • Hormone des Neben- nierenmarkes 137 • Die Inselzellen der Bauchspeicheldrüse 138 • Die Hirnanhangdrüse 139 • Die Thy- musdrüse 140 • Die Zirbeldrüse 140 • Die Keimdrüsen 140 • örtli- che Wirkstoffe 141	
Der Stoffwechsel	123	Der Wasserhaushalt	142
Die Verdauung	123	Zusammenfassung	143
Die Leber	124		
Der Zwischenstoffwechsel 125 • Mineralstoffe und Spurelemente 125 • Wasser 125 • Vitamine 125 • Der Nahrungsbedarf 125			

## Dritter Teil:

### Praktische Gesundheitslehre

*Dr. med. J. Kaiser*

Möglichkeiten <b>und</b> Mittel aktiver Gesundheitspflege	147	Das Kneippsche Wasserheilverfahren	156
Die Haut als Spiegel für Gesundheit, Schönheit und Leistungsfähigkeit	147	Das Verhalten des Organismus	157
Regulierung der Körperwärme 147 • Bildungsstätte für Abwehrstoffe ge- gen Krankheitserreger 147 • Aus- scheidungsorgan für Schlacken des Organismus 147 • Schaltstelle für den Blutkreislauf 148 • Schaltstelle für das Nervensystem 148 • Natur- gemäße Mittel der aktiven Gesund- heitspflege 148 • Luft und Sonne 149 • Die Technik des Luftbades 150 • Das Sonnenbad 151 • Die Ge- fahren falscher Sonnenbehandlung 153 • Die Technik der Sonnenbäder 154 • Die Verbindung von Luft- und Sonnenbad 154 • Das Trocken- bürsten der Haut 155 • Einölen 155		Schaltssysteme im arteriellen Kreis- lauf	159
		Wann Kneippsche Wasserkur - wann nicht?	164
		Die Arten der Wasser- anwendungen	165
		Die Waschungen (Heilwaschungen)	165
		Die Ganzwaschungen 166 • Die Teilwaschungen 167 • Die Ober- körperwaschung 167 • Die Unter- körperwaschung 167 • Die Leib- waschung 168	
		Die Bäder	168
		Die einfachen Bäder 168 • Die kal- ten Bäder 168 • Die temperierten Bäder 169 • Die warmen Bäder	

169 • Die heißen Bäder 169 • Das Vollbad 170 • Die Teilbäder 170 • Das Halbbad 170 • Das Sitzbad 171 • Das Armbad 172 • Das Fußbad 172 • Das Augenbad 173 • Die Wechselbäder 173 • Das Wechselarmbad 173 • Das Wechselsitzbad 174 • Das Wechselsitzbad 174 • Die temperaturansteigenden Bäder 174 • Das ansteigende Armbad 175 • Das ansteigende Fußbad 175 • Das ansteigende Sitzbad 176 • Das ansteigende Halbbad 176 • Absteigende Bäder 176 • Die Tauchbäder 176 • Das modifizierte Japanbad 176

Die Badezusätze 177

Die Heublumen 177 • Das Haferstroh 177 • Der Fichtenextrakt 177 • Das Zinnkraut 178 • Die Kamille 178 • Die Kalmuswurzel 178 • Die Walnußblätter 178 • Die Eichenrinde 178 • Pfefferminz- und Eukalyptusöl 178 • Das Salz 178 • Senfmehl 178 • Die Asche 178 • Die Kleie 178 • Die Moorlauge 179 • Gemischte Badezusätze 179

Die Güsse 179

Die einfachen Güsse 179 • Der Knieguß 180 • Der Schenkelguß 181 • Der Unterguß 182 • Der Rückenguß 183 • Der Vollguß 184 • Der Armguß 185 • Der verlängerte Armguß 185 • Der Brustguß 185 • Der Oberguß 186 • Der Kopfguß 186 • Der Gesichtsguß 186 • Der Augenguß 187 • Der Ohrenguß 187 • Der heiße Nackenguß 187 • Die Abgießung 187 • Die Wechselgüsse 187 • Die Blitzgüsse 188 • Der Knieblitz 189 • Der Schenkelblitz 189 • Der Rückenblitz 190 •

Der Vollblitz 190 • Das Segment- oder Blitzgußmassagebad 191

Das Barfußgehen, Taulaufen und Wassertreten 192

Die Wickel 193

Dauer eines Wickels 193 • Temperierte Wickel 194 • Warme Wickel 194 • Allgemeine Vorbereitungen 195 • Die allgemeine Technik der Wickel 195 • Das Verhalten in und nach dem Wickel 197 • Die gebräuchlichsten Zusätze zu den Wickeln 198 • Die kleineren Wickel 199 • Die mittelgroßen Wickel 202 • Die größeren Wickel 203

Die Auflagen 205

Die größeren Auflagen 206 • Die kleineren Auflagen 206 • Die Dampfkompresen 206 • Die Pakkungen 208

Die Dämpfe 210

Vorbedingungen für die Dämpfe 210 • Vorbereitungen und allgemeine Technik 210 • Der Kopfdampf 211 • Der Gesichtsdampf 212 • Der Ohrendampf 212 • Der Fußdampf und Beindampf 212 • Der Unterleibsdampf 213 • Der Volldampf 213 • Der Dampfstrahl 213 • Die anderen kleineren Dämpfe 213

Die Sauna 214

**Aktive und passive Bewegung** 216

Aktive Bewegung: Leibesübungen 217

Passive Bewegung 221

**Ruhe und Schlaf als Lebensreiz und Heilfaktor** 224

Einige praktische Wohnungsfragen 225

## Inhalt

### **Zeitgemäße Ernährung** *Dr. med. H. Anemueller*

Sebastian Kneipp und die Forderung nach gesunder Ernährung	228	hydrate 240 • Kalorien 241 • Vitamine 243 • Mineralstoffe und mineralische Spurenelemente 246 • Farbstoffe 248 • Nahrungsmittelqualität 248	
Stoffwechselfgeschehen und Abhängigkeit des Organismus von der Ernährung	230	Empfehlungen für eine zeitgemäße Ernährung	250
Einfluß der Ernährung auf die Grundleistungen des Organismus	234	Einstellung des Bekömmlichkeitsgrades	225
Nähr- und Wirkstoffe der Nahrung	235		
Eiweiß 235 • Fett 237 • Kohlen-			

### **Heilpflanzen** *Dr. med. R. F. Weiß*

Einleitung	257	vendel 291 • Leinsamen 292 • Lindenblüten 293 • Löwenzahn 294 • Lungenkraut 295 • Mistel 295 • Pfefferminze 297 • Raute 298 • Rettich 299 • Ringelblume 299 • Rosmarin 299 • Salbei 301 • Sauerkraut 302 • Schafgarbe 303 • Schlüsselblume 304 • Spitzwegerich 304 • Stockrose 305 • Tanne und Fichte 306 • Tausendguldenkraut 307 • Thymian 308 • Veilchen 309 • Vogelknöterich 309 • Wacholder 310 • Wegwarte 311 • Wermut 311 • Wollkraut 312 • Zinnkraut oder Ackerschachtelhalm 314	
Aloe 259 • Angelika oder Engelwurz 260 • Anis 261 • Arnika 262 • Anserine oder Gänsefingerkraut 264 • Attich oder Zwergholunder 265 • Augentrost 265 • Baldrian 267 • Bitter- oder Sumpfklee 269 • Blutwurz 270 • Bockshorn-Klee 271 • Brennessel 271 • Brunnenkresse 272 • Dornschlehe, Schlehe oder Schwarzdorn 274 • Eibisch 274 • Eichenrinde 275 • Enzian 276 • Erdbeere 277 • Fenchel 277 • Hafer 279 • Hagebutten 280 • Heidelbeere 280 • Heublumen 282 • Holunder 283 • Huflattich 284 • Johanniskraut 285 • Kamille 287 • Kampfer 290 • Kümmel 291 • La-			
		Honig	315
		Mineralische Arzneistoffe	316
		Lehm	317

### **Vierter Teil** **Krankheiten und Leiden** *Dr. med. J. Kaiser*

Allgemeine Vorbemerkungen	321	<b>Infektionskrankheiten</b>	324
Krankheit und Leiden	321	Auf welchen Wegen gelangen die Krankheitskeime in den Körper?	324
Die Ursache der Krankheit	321	• Die Art der Übertragung	325
Akute und chronische Krankheiten		• Die gesetzlichen Bestimmungen - Meldepflicht	326
322 • Leiden 322 • Die Behandlungsmöglichkeiten	322		

Die Diagnose	i	327	Erkrankungen der Herzklappen	
Die spezifische Behandlung		327	346 • Die Herzbeutelentzündung	
Die unspezifische Allgemein-			348 • Der Herzinfarkt	349
behandlung		327	Die kranken Blutgefäße	352
Akute Infektionskrankheiten mit			Die Arterienverkalkung Arterio-	
vorwiegender Hautbeteiligung		329	sklerose 352 • Blutdruck 353 • Die	
Furunkel 329 • Furunkulose 329 •			Arterienentzündung 354 • Die	
Karbunkel 329 • Wundrose 329 •			Bürgersche Krankheit 354	
Rotlauf 329 • Zellgewebsentzün-			Die Erkrankungen der Venen	354
dung 330 • Hautmilzbrand 330 •			Krampfadern 354 • Die Venen-	
Gasbrand 330			entzündung 355 • Das Krampfader-	
Infektionskrankheiten mit vorherrschen-			geschwür 356 • Die Hämorrhoiden	
dem allgemeinem Hautausschlag		331	356 • Die Erkrankung der Lymph-	
Masern 331 Röteln 331 • Schar-			gefäße 357	
lach 332 • Fleckfieber 332 • Wind-			Die Erkrankung des Blutes	358
pocken 333 • Pocken 333			Die Blutarmut 358 • Die perniciöse	
Akute Infektionskrankheiten mit vorwie-			Anämie 358 • Die Vollblütigkeit	
gender Lokalisation im Mund und Ra-			359 • Leukämien 359 • Die Lym-	
chenraum		334	phogranulomatose 360 • Die Agra-	
Diphtherie 334 • Die Entzündung			nulozytose 360 • Erkrankungen der	
der Mandeln 335			Blutplättchen 360 • Verminderte	
Allgemeine Infektionskrankheiten	ohne		Blutplättchen 361 • Die Werlhof-	
typische Lokalisation		337	sche Krankheit 361 • Vermehrte	
Sepsis 337 • Malaria 338			Blutplättchen 361 • Blutgerin-	
Geschlechtskrankheiten		338	nungsstörungen 361 • Die Bluter-	
Der Tripper 338 • Die Syphilis			krankheit 361	
339 • Der weiche Schanker 340 •			<b>Erkrankungen der Atmungsorgane</b>	363
Die Vierte Geschlechtskrank-			Die Erkältung 363 • Der Katarrh	
heit 340			364 • Der Schnupfen 365 • Der	
Die Tuberkulose		340	chronische Schnupfen 365 • Die	
<b>Herz- und Kreislaufferkrankungen</b>		344	Erkrankung der Nasen-Nebenhö-	
Die funktionellen Herz- und			hlen 366 • Erkrankungen des Kehl-	
Gefäßerkrankungen		345	kopfes 366 • Die akute Kehlkopf-	
Das nervöse Herz oder die Herz-			entzündung 366 • Die Stimmband-	
neurose 345 • Die funktionellen			lähmung 367 • Der Luftröhrenka-	
Blutgefäßstörungen 345 • Die			tarrh 367 • Bronchitis 367 • Der	
Raynaudsche Krankheit 346			chronische Bronchialkatarrh 367 •	
Die organischen Herz- und			Die Erweiterung der Bronchien	
Gefäßerkrankungen		346	368 • Die Grippe 369 • Der Keuch-	
			husten 369 • Die Lungenentzün-	
			dung 370 • Die Lappenlungenent-	
			zündung 370 • Die Bronchopneu-	
			monie 370	

## Inhalt

Die allergischen Erkrankungen der Atemwege	371	390 • Die Ruhr 390 • Wurmkrankheiten 391 • Der Madenwurm 391 • Der Spulwurm 391 • Die Trichine 392 • Die Bandwürmer 392 • Der Rinderbandwurm 393 • Der Schweinebandwurm 393 • Der Hundebandwurm 393 • Der Fischbandwurm 393
Der Heuschnupfen 371 • Das Bronchialasthma 371 • Die spastische Bronchitis 372 • Die Erkrankungen des Rippen- oder Brustfelles 372		
<b>Erkrankungen der Verdauungsorgane</b>	374	
Krankheiten der Mundhöhle	374	
Die Zahnkaries 374 • Die Zahnfleisch- bzw. Zahnbettenentzündung 374 • Die chronische Zahnfleischentzündung, die Parodontose 375 • Krankheitserscheinungen an Zunge, Lippe und Gaumen 375 • Die Erkrankungen der Speiseröhre 375 • Speiseröhren-Divertikel 375		
Die Erkrankungen des Magen-Darmkanales	376	
Die nervösen Störungen des Magens und des Darmes 376 • Die Appetitlosigkeit 376 • Die Magenübersäuerung 378 • Zu wenig oder ganz fehlender Magensaft 378 • Die Stuhlverstopfung 379 • Die Darmgärung und Darmfäulnis 381		
Die Katarrhe des Magens und des Darmes	382	
Der Magenkatarrh 382 • Der Darmkatarrh 384 • Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür 384 • Das Magengeschwür 384 • Das Zwölffingerdarmgeschwür 385 • Der Magenkrebs 387 • Der Darmkrebs 387 • Die Dickdarmentzündung 387 • Die Colitismucosa 387 • Die Colitis ulcerosa 388 • Der Darmverschluß 388 • Die Blinddarmentzündung 388		
Infektiös entzündliche Darm-erkrankungen	389	
Typhus abdominalis 389 • Paratyphuserkrankungen 390 • Darm-entzündungen durch Salmonellen		
<b>Erkrankungen der Leber und Gallenblase</b>	395	
Die katarrhalische Gelbsucht 396 • Virushepatitis 396 • Hepatitis epidemica 396 • Die Weilsche Krankheit 397 • Die Leberschädigung durch Medikamente und Gifte 397 • Die Fettleber 397 • Akute gelbe Leber-Atrophie 397 • Die Leberschrumpfung 398		
Erkrankungen der Gallenwege	398	
Die Gallenblasen- und Gallengang-entzündung 399 • Die chronische Gallenblasenentzündung 400 • Die Gallensteinkrankheit 400		
Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse	401	
<b>Erkrankungen der Niere und Harnwege</b>	403	
Erkrankungen der Niere	406	
Die akute allgemeine Nierenentzündung 406 • Die akute Herdnephritis 407 • Die chronische Nierenentzündung 407 • Die Schwangerschaftsnieren 407 • Eklampsie 408 • Die Schrumpfnieren 408 • Die Nierenbeckenentzündung 409 • Steinerkrankungen der Nieren und Harnwege 410 • Die Blasenentzündung - der Blasenkatarrh 411 • Die Reizblase 412 • Blasenschwäche 412 • Das Bettnässen 412 • Erkrankungen der Vorsteherdrüse 413 • Die Vorsteherdrüsenentzündung 414		

<b>Stoffwechselstörungen</b>	415	Weitere Spezielle Erkrankungen des Bewegungsapparates	446
Die Fettsucht 416 • Die Mastfettsucht 416 • Die innersekretorische Fettsucht 416 • Abnorme Magerkeit und Magersucht 419 • Die Zuckerkrankheit 421 • Die schwere Säurevergiftung 423 • Der hypoglykaemische Schock 423 • Die Gicht 425		Knochenmarksentzündung 446 • Knochenhautentzündung 447 • Die Rachitis oder englische Krankheit 447 • Die Knochenerweichung 447	
<b>Erkrankungen des Bewegungsapparates</b>	432	Der Fuß und seine Erkrankungen	448
Der rheumatische Formenkreis	433	Der Senkfuß 448 • Der Spreizfuß 448 • Der Plattfuß 448 • Der Knickfuß 449 • Der Hohlfuß 449 • Andere Fußdeformitäten 449 • Die Ursachen der Fußdeformitäten 449	
Der entzündliche Rheumatismus	434	Häufige andere Veränderungen an den Füßen	449
Das rheumatische Fieber 434 • Der chronische Gelenkrheumatismus 435 • Die Bechterewsche Krankheit 436 • Degenerativer Rheumatismus 437 • Die Arthrosen 437 • Die Bandscheibenschäden 437 • Der Weichteilrheumatismus 439 • Der Muskelrheumatismus 439 • Der akute Muskelrheumatismus 439 • Der chronische Muskelrheumatismus 440 • Die Entzündung des Unterhaut-, Binde- und Fettgewebes 441 • Die schmerzhafte Schultersteife 441 • Die Sudeck'sche Dystrophie 441 • Das Schulter-Arm-Syndrom 442 • Der nächtliche Armschmerz 442 • Der Tennisarm 442 • Die Sehnenscheidenentzündung 442 • Die Schrumpfung der Hohlhandsehne 443		Der Schweißfuß 449 • Das Hühnerauge 450 • Fußschwielen 450	
Nicht-rheumatische Erkrankungen des Bewegungsapparates	443	<b>Die Steuerungsorgane und ihre Erkrankungen</b>	451
Die Haltungsfehler 443 • Der Rundrücken 444 • Das Hohlkreuz 444 • Die Skoliose 444 • Die Scheuermannsche Krankheit 444 • Die Knochen- und Gelenktuberkulose 445 • Die Wirbeltuberkulose 445 • Die Gelenktuberkulose 446 • Die Sehnenscheidentuberkulose 446		Das Zentralnervensystem	451
		Die Erkrankungen des Zentralnervensystems	452
		Nervöse und seelische Störungen	453
		Der nervöse Kopfschmerz 454 • Die Migräne 454 • Seelische Gleichgewichtsstörungen 455 • Das Unbewußtsein oder Unterbewußtsein 455 • Minderwertigkeitskomplexe 458 • Depressionen 458 • Hysterie 458 • Die Störungen vom Bewußtsein her	459
		Die Ursachen der Nervosität	459
		Die Behandlung des nervösen Menschen	460
		Die vorwiegend seelische Behandlung 462 • Die Psychoanalyse 463 • Die Suggestionmethoden 463 • Die Hypnose 464 • Das autogene Training 465 • Die nervösen und seelischen Störungen im Rahmen der Kneippkur 465	



## Inhalt

<b>Die organischen Erkrankungen des Zentralnervensystems</b>	467	<b>Das vegetative oder autonome Nervensystem</b>	486
Die infektiös-entzündlichen Erkrankungen des Nervensystems	467	Die vegetative Dystonie 486 • Das innersekretorische Drüsensystem 487 • Krankheiten der Drüsen mit innerer Sekretion 487	
Die Hirnentzündung 467 • Die Schüttellähmung 467 • Die Tollwut 467 • Die Hirnhautentzündung 468 • Die spinale Kinderlähmung 469 • Der Wundstarrkrampf 470 • Die Rückenmarksschwindsucht 470 • Die fortschreitende Gehirnerweichung 470		Wechselbeziehungen zwischen Leib und Seele	488
Nicht-infektiöse Erkrankungen des Zentralnervensystems	471	<b>Hautkrankheiten</b>	489
Der Schlaganfall 471 • Die Fallsucht 471 • Der Veitstanz 472 • Die multiple Sklerose 472 • Die Neuralgie - der Nervenschmerz 473 • Die Gesichtsnervenlähmung 473 • Die Polyneuritis- die Entzündung vieler Nerven 474		Die Krätze 489 • Hautpilzkrankheiten 489 • Die Kleienflechte 490 • Die geränderte Flechte 490 • Die Haarpilzflechte 490 • Die Bartflechte 490 • Erbgrind 490 • Die Epidermophytien 490 • Das Ekzem 491 • Die Fetthaut 492 • Die Schuppenflechte 492 • Die übermäßige Schweißbildung 493 • Kupferrose - rote Nase 493 • Die Fischschuppenkrankheit 494 • Die Frostbeulen 494	
<b>Geisteskrankheiten - seelische Krankheiten</b>	475	<b>Augenkrankheiten</b>	495
Der Schwachsinn 476 • Kretinismus 476 • Der Mongolismus 477 • Die Schizophrenie 477 • Die Hebephrenie 478 • Die Katatonie 478 • Die paranoide Schizophrenie 478 • Die Manie 479 • Die Melancholie 479 • Mischzustände 479 • Die Psychopathie 480		Das Gerstenkorn 495 • Das Hagelkorn 495 • Bindehauterkrankungen 495 • Hornhauterkrankungen 495 • Die Regenbogenhautentzündung 496 • Die Aderhautentzündung 496 • Die Netzhautablösung 496 • Die Netzhautentzündung 496 • Die Sehnerventzündung 497 • Der graue Star 497 • Der grüne Star 497	
Geistig-seelische Veränderungen durch Genußmittel und Genußgifte	482	<b>Krankheiten des Ohres</b>	499
Kaffee 481 • Tee 481 • Kakao 481 • Nikotin 481 • Der Alkohol 482		Der Ohrschmalzpfropf 499 • Fremdkörper im Gehörgang 499 • Der Gehörgangfurunkel 499 • Entzündungen und Ekzeme des äußeren Gehörganges 499 • Die akute Mittelohrentzündung 499 • Die chronische Mittelohrentzündung 500 • Ohrgeräusche 500 • Die Menieresche Krankheit 500	
Spezielle Rauschdrogen und Drogenabhängigkeit	483		
Der Morphinismus 483 • Heroin 484 • Der Kokainismus 484 • Haschisch und Marihuana 484 • Halluzinogene 484 • Mescaline 484 • Schnüffelstoffe 484 • Weckmittel 485			

<b>Frauenkrankheiten</b>	•	501	504 • Störungen der Monatsregel	
Der Ausfluß			505 • Die verspätete Periode	505 •
Lage- und Gestaltveränderungen der Gebärmutter			Die schmerzhafte Periode	506 •
Entzündungen der Gebärmutter und der Eileiter			Die zu starke Periode	506
Geschwülste der Gebärmutter			Die Wechseljahre	507
Die Erkrankungen der Eierstöcke			Die ewigen Kreuzschmerzen	508

## Fünfter Teil

### Erste Hilfe

*Dr. med. N. Kaiser*

<b>1. Grundlagen, Aufgaben und Ziel der Ersten Hilfe</b>	513		
Verhalten des Helfers am Unfallort	513	3.8 Hitzeschäden	545
1.1 Stumpfe Verletzungen, Wunden und Wundverband	515	3.9 Kälteschäden	547
Prellung	515	3.10 Chemische Verletzungen	548
• Quetschung		3.11 Verletzungen und Schädigungen durch den elektrischen Strom	549
• Wunden		3.12 Strahlenschäden	550
• Infektionen			
• Tetanus		<b>4. Besondere Notfälle</b>	550
• Gasbrand		4.1 Ertrinken	550
• Tollwut		4.2 Einbrechen im Eis	551
• Schlangenbisse		4.3 Verschüttung	551
• Insektenstiche		4.4 Erhängen	551
• Wundlaufen		4.5 Ersticken	552
1.2 Blutungen und Blutstillung	518	4.6 Vergiftungen	552
1.3 Der Schock	520	4.7 Plötzlich einsetzende Geburt	553
1.4 Bergung	522		
1.5 Lagerung	524	<b>5. Plötzliche Erkrankungen</b>	554
1.6 Transport	526	5.1 Besondere Blutungen	554
<b>2. Wiederbelebung</b>	529	5.2 Akute Herz- und Lungenerkrankungen	555
2.1 Freimachen und Freihalten der Atemwege	529	5.3 Akute Baucherkkrankungen	555
2.2 Atemspende	529	5.4 Bewußtlosigkeit und Krämpfe	556
2.3 Herzstillstand und Herzmassage	532	5.5 Fieber	556
<b>3. Besondere Verletzungen</b>	534		
3.1 Kopfverletzungen	534	<b>6. Maßnahmen der Ersten Hilfe zur Fremdkörperentfernung</b>	557
3.2 Verletzungen im Gesicht, in Mund und Rachen	535	6.1 Fremdkörper in der Haut	557
3.3 Augen Verletzungen	536	6.2 Fremdkörper im Auge	557
3.4 Halsverletzungen	536	6.3 Fremdkörper in Nase, im Rachen, Magen und Darm	558
3.5 Brustkorbverletzungen	536	6.4 Fremdkörper im Gehörgang	558
3.6 Bauchverletzungen	537		
3.7 Verletzungen des Bewegungsapparates	537	<b>Sachregister</b>	559
Knochenbrüche	538		