

Susun S. Weed

**Naturheilkunde
für schwangere Frauen und
Säuglinge**

Aus dem amerikanischen Englisch
von Bettina Becher

Vorwort und Bearbeitung für die deutsche
Ausgabe von Rina Nissim

Orlanda

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von RinaNissim 11

Einleitung 13

Zum Gebrauch dieses Buches 15

Heilpflanzen gefahrlos verwenden 17

Kapitel 1 Vor der Schwangerschaft 21

Fruchtbarkeitsfördernde Mittel 22 Fruchtbarkeit nach vierzig 24

Geburtenkontrolle mit Pflanzen 30 Teratogene und andere schädliche
Stoffe 37

Kapitel 2 In der Schwangerschaft 45

Tonika 46 Morgendliche Übelkeit 50 Fehlgeburt 53 Krampf-
adern/Hämorrhoiden 59 Verstopfung 62 Hautverfärbungen 64
Anämien 64 Muskelkrämpfe 66 Rückenschmerzen 67 Sodbrennen 70
Müdigkeit und Stimmungsschwankungen 71 Blasenentzündung 73
Hoher Blutdruck 75 Präeklampsie 78

Kapitel 3 Geburt 83

Vor Beginn der Wehen 84 *Steißlage* 84 *Herpes bei einer Vaginalgeburt* 85
Vorwehen 86 *Vorzeitiger Blasensprung* 86 *Geburtsreife* 87 *Wehen aus-*
lösen 88 Während der Geburt 90 *Verzögerte Wehentätigkeit* 90 *Rigidität*
des Muttermundes 93 *Erschöpfung* 94 *Schmerzen* 95 *Hoher Blutdruck* 96
Die Austreibungsphase 96 *Die Nachgeburtsphase* 97 *Entbindung der*
Plazenta 97 *Nachgeburtsblutung* 98 *Schock* 101

Kapitel 4 Nach der Geburt 103

Dammrisse 103 Nachgeburtsschmerzen 105 Wochenbettinfek-
tionen 107 Depressionen 109 Erschöpfung/Anspannung 110
Stillen 111 *Galaktagoga* 112 *Schmerzende Brüste* 113 *Mittegegen*
blockierte Milchgänge 115 *Mittegegen Mastitis* 115 *Mittel für geschwollene*
Brüste 117 *Wunde Brustwarzen* 117

Kapitel 5 Dein Kind 121

Die Atmung setzt nicht ein 121 Nabelpflege 122 Augenbehandlung nach der Geburt 123 Entzündung der Augen 125
Bindehautentzündung 125 *Gelbsucht* 127 *Physiologische Gelbsucht* 128 *Muttermilchgelbsucht* 130 *Pathologische Gelbsucht* 131 Koliken 131 Soor 133 Windeleczem 135 Milchschorf 138 Beschwerden beim Zahnen 139 Infektionen und Fieber 139

Kapitel 6 Die Pflanzenapotheke 145

Den Pflanzen begegnen 145 Heilpflanzen sammeln 147 *Heilkräuter trocknen* 148 *Probleme beim Sammeln* 149 Heilkräuter kaufen 149 Pflanzenheilmittel herstellen 151 *Mittel auf Wasserbasis* 152 *Mittelauf Alkoholbasis* 159 *Mittel auf Ölbasis* 163

Anhang I 167

Pflanzliche Vitaminquellen 167 Pflanzliche Mineralstoffquellen 168

Anhang II 171

Rezepte für Pflanzenheilmittel 171

Glossar 183

Literaturhinweise 187

Hilfreiche Adressen und Internet-Links 192

Stichwortverzeichnis 195