

DR. MED. JAN VAGEDES  
GEORG SOLDNER



# DAS **Kinder** GESUNDHEITSBUCH

UNTER MITARBEIT VON  
PETRA KUNZE



|                      |   |
|----------------------|---|
| Ein Wort zuvor ..... | 5 |
|----------------------|---|

## **1 GRUNDLAGEN DER ANTHROPOSOPHISCHEN MEDIZIN** ..... 6

|  |    |
|--|----|
| Einheit aus Körper, Geist und Seele .....      | 8  |
| Die ganzheitliche Sichtweise .....             | 8  |
| Die »Weisheit vom Menschen« .....              | 9  |
| Die vier Wesensglieder des Menschen .....      | 10 |
| Die Dreigliederung des Menschen .....          | 15 |
| Der Start ins Leben .....                      | 20 |
| Ganzheitliche Therapieverfahren .....          | 25 |
| Individuell und nachhaltig .....               | 25 |
| Allopathische Medikamente .....                | 26 |
| Potenzierte Arzneimittel .....                 | 26 |
| Die Kunsttherapien .....                       | 31 |
| Die Heileurythmie .....                        | 35 |
| Die Ich-Kräfte stärken .....                   | 36 |
| Vorsorgen und Impfen .....                     | 37 |
| Mögliche Prophylaxemaßnahmen .....             | 37 |
| Vorsorgen für eine gesunde Entwicklung .....   | 38 |
| Vorsorge mit Vitamin K und D .....             | 43 |
| Impfen: oft eine schwierige Entscheidung ..... | 46 |
| Antibiotika .....                              | 51 |
| In Ruhe zu Hause gesund werden .....           | 54 |
| Liebevolle Pflege .....                        | 54 |
| Äußere Anwendungen .....                       | 55 |
| So geben Sie Arzneimittel .....                | 63 |
| <b>2 KINDER GANZHEITLICH BEHANDELN</b> .....   | 66 |
| Die Heilkraft des Fiebers .....                | 68 |
| Die wichtigsten Leitsymptome .....             | 73 |

- **Erkrankungen der Atemwege** ..... 80
  - Schnupfen S. 83 ● Nasennebenhöhlenentzündung S. 85 ● Vergrößerte Mandeln und Polypen S. 88 ● Hals-/Mandelentzündung S. 90 ● Kehlkopfentzündungen S. 92 ● Pseudokrupp S. 93 ● Erkältung, grippaler Infekt S. 95
  - *Info: Hilfe bei Husten* S. 96 ● Bronchitis S. 99 ● Lungenentzündung S. 100
  - Asthma bronchiale S. 104 ● *Info: Hintergründe zu Asthma bronchiale* S. 106
  
- **Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts** ..... 112
  - Dreimonatskoliken S. 119 ● *Info: Stillen: die beste Nahrung für Ihr Kind* S. 123 ● Refluxkrankheit beim Säugling S. 125 ● Nabelkoliken S. 127
  - Akuter Brechdurchfall, Magen-Darm-Infekt S. 128 ● Verstopfung S. 133
  - Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien S. 136 ● Blinddarm-entzündung S. 143 ● Pilzinfektionen/Soor S. 144 ● *Info: Damit sich Pilze nicht wohl fühlen* S. 147 ● Wurm-Erkrankungen S. 148 ● Chronisch entzündliche Darmerkrankungen S. 151 ● Zöliakie S. 159 ● Darmeinstülpung S. 162
  - Leistenbruch, Nabelbruch S. 163
  
- **Die klassischen Kinderkrankheiten** ..... 164
  - Dreitagefieber S. 169 ● Masern S. 171 ● Scharlach S. 175 ● Mumps S. 182
  - Keuchhusten S. 185 ● Windpocken S. 189 ● Röteln S. 192 ● Ringelröteln S. 194 ● Diphtherie S. 196 ● Kinderlähmung S. 197
  
- **Sonstige Infektionskrankheiten** ..... 198
  - Pfeiffersches Drüsenfieber S. 199 ● Mundfäule S. 200 ● Hand-Fuß-Mund-krankheit S. 201 ● Hirnhaut- und Gehirnentzündung S. 202 ● Borreliose S. 205
  - FSME: Frühsommer-Meningoenzephalitis S. 209 ● Gelbsucht (Hepatitis) S. 210
  
- **Erkrankungen der Haut** ..... 214
  - Windeldermatitis S. 219 ● Milchschorf und seborrhoischer Ekzem S. 221
  - Warzen S. 223 ● Grind S. 227 ● Abszess und Furunkel S. 228 ● *Info: Hautmale* S. 230 ● Faulecken S. 232 ● Herpesbläschen S. 233 ● Gürtelrose S. 235
  - Haut-, Fuß- und Nagelpilz S. 236 ● Akne (Säuglingsakne) S. 238 ● Schuppenflechte S. 241 ● Sonnenbrand S. 243 ● Insektenstiche S. 244 ● Kopfläuse S. 246 ● Flöhe S. 248 ● Krätzmilben S. 249
  
- **Allergische Erkrankungen** ..... 250
  - Das Immunsystem S. 250 ● Von Allergien und Allergenen S. 253 ● *Info: Allergietests* S. 254 ● Möglichkeiten der Allergietherapie S. 256 ● Allergischer Schnupfen, Heuschnupfen S. 262 ● Allergisches Kontaktekzem S. 267 ● Neurodermitis S. 269

|          |  |     |
|----------|--|-----|
| ●        | <b>Erkrankungen des Kopfes</b> .....   | 278 |
|          | ● Kopfschmerzen und Migräne S. 280 ● Bindehautentzündung S. 284                  |     |
|          | ● Lidrandentzündung S. 288 ● Schielen S. 289 ● Mittelohrentzündung S. 292        |     |
|          | ● Gehörgangsentzündung S. 297 ● <i>Info: Hörstörungen: Ursachen und Vorsorge</i> |     |
|          | S. 298 ● Zahnungsschmerzen S. 299 ● <i>Info: Karies vorbeugen</i> S. 301         |     |
| ●        | <b>Innere Erkrankungen</b> .....   | 302 |
|          | ● Herzfehler S. 305 ● Herzrhythmusstörungen S. 308 ● Blutarmut S. 310            |     |
|          | ● Hoher Blutdruck S. 313 ● Niedriger Blutdruck S. 315 ● Zuckerkrankheit          |     |
|          | (Diabetes mellitus) S. 317 ● Schilddrüsenunterfunktion S. 321 ● Schilddrüsen-    |     |
|          | überfunktion S. 324  |     |
| ●        | <b>Erkrankungen von Harnwegen, Nieren und Geschlecht</b> .....                   | 326 |
|          | ● Harnwegsinfekte S. 330 ● Nierenentzündung S. 333 ● Scheidenentzündung          |     |
|          | S. 335 ● Erkrankungen der Hoden S. 337 ● Vorhauterkrankungen S. 340              |     |
| ●        | <b>Erkrankungen der Knochen, Muskeln und Gelenke</b> .....                       | 342 |
|          | ● Hüftreifestörung S. 346 ● Haltungsschäden S. 348 ● Bein- und Fußfehl-          |     |
|          | stellungen S. 353 ● Knieschmerzen und »Wachstumsschmerzen« S. 355                |     |
| ●        | <b>Verhaltensauffälligkeiten und -störungen</b> .....                            | 358 |
|          | ● Schlafstörungen S. 359 ● Ess-Störungen S. 363 ● Einnässen S. 369               |     |
|          | ● ADS: Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom und ADHS: ADS mit Hyperaktivität S. 372   |     |
| <b>3</b> | <b>RICHTIG HANDELN IM NOTFALL</b> .....  | 380 |
|          | <b>Erste Hilfe bei Kindern</b> .....   | 382 |
|          | ● Das Notfallschema (ABC-Regel) S. 382 ● Richtig handeln bei Bewusstlosigkeit    |     |
|          | S. 383 ● Atemnot S. 387 ● Bewusstlosigkeit S. 389 ● Blutungen S. 390             |     |
|          | ● Ertrinken S. 392 ● Knochenbruch S. 393 ● Kopfverletzungen S. 394               |     |
|          | ● Schock S. 395 ● Stromschlag S. 396 ● Unterkühlung und Erfrierung S. 397        |     |
|          | ● Verbrühung und Verbrennung S. 398 ● Vergiftungen und Verätzungen S. 400        |     |
|          | ● Wundversorgung S. 401  |     |
|          | <b>Anhang</b> .....  | 404 |
|          | Bücher und Adressen .....  | 404 |
|          | Die Autoren .....  | 407 |
|          | Register .....   | 408 |
|          | Impressum .....  | 416 |