# Angelika Szymczak
# Das Kind in der Naturheilkunde

## Extrait du livre

Das Kind in der Naturheilkunde
de Angelika Szymczak
Éditeur : Pflaum Verlag

http://www.editions-narayana.fr/b4749

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

# Inhalt


Vorwort ..... 9

1 Einleitung ..... 10

Die Entwicklungsschritte des Kindes ..... 13
2.1 Bewegungsentwicklung ..... 13
2.2 Entwicklung der Wahrnehmungs- und Kommunikationsfähigkeit vom *1.-12.* Lebensmonat ..... 19

3 Das Zusammenleben mit dem Baby - Tag und Nacht ..... 22
3.1 Die ersten Tage nach der Geburt ..... 22
3.2 Die ersten Lebenswochen ..... 24
3.3 Die richtigen „Umgangsformen" ..... 28
3.4 Hautpflege einfach und natürlich ..... 29
3.5 Wickeln und Windeln ..... 34
3.6 Stillen ja, aber wie? ..... 36
3.6.1 Stillprobleme ..... 42
3.6.2 Ernährung der Mutter in der Stillperiode ..... 47
3.6.3 Abstillen und B(r)eikost ..... 49

4 Vom Kranksein und Gesundwerden ..... 54
4.1 Konstitution ..... 54
4.2 Stärkung des Immunsystems ..... 55
4.3 Einnahme von Medikamenten ..... 59
4.4 Pflege ..... 60

Kinderkrankheiten erkennen und behandeln ..... 64
5.1 Typisch Neugeborenes ..... 64
5.1.1 Ikterus neonatorum (Neugeborenengelbsucht) ..... 64
5.1.2 Hormonumstellungen ..... 65
5.1.3 Hernie ..... 65
5.1.4 Leistenbruch ..... 66
5.1.5 Panaritium (Nagelbettentzündung) ..... 66
5.2 Typisch Säugling ..... 67
5.2.1 Milchschorf ..... 67
5.2.2 Trimenonkolik (Dreimonatskolik) ..... 68

# Inhalt


5.2.3 Zahnungsprobleme ..... 69
5.3 Erkrankungen der Haut ..... 71
5.3.1 Neurodermitis ..... 71
5.3.2 Windeldermatitis ..... 75
5.3.3 Windel- und Mundsoor ..... 77
5.3.4 Stomatitis aphthosa (Mundfäule) ..... 78
5.4 Magen-Darm-Geschichten ..... 80
5.4.1 Bauchschmerzen ..... 80
5.4.2 Übelkeit/Erbrechen ..... 81
5.4.3 Diarrhöe (Durchfall) ..... 82
5.4.4 Obstipation (Verstopfung) ..... 83
5.4.5 Würmer ..... 85
5.5 Husten, Schnupfen und Co ..... 88
5.5.1 Schnupfen ..... 89
5.5.2 Sinusitis (Nasennebenhöhlenentzündung) ..... 91
5.5.3 Tubenkatarrh ..... 92
5.5.3 Otitis media (Mittelohrentzündung) ..... 92
5.5.4 Husten ..... 94
5.5.5 Tonsillitis (Mandelentzündung) ..... 100
5.5.6 Pharyngitis/Laryngitis (Rachen-/Kehlkopfentzündung) ..... 102
5.5.7 Konjunktivitis (Bindehautentzündung) ..... 102
5.5.8 Fieber ..... 103
5.6 Erkrankungen des Bewegungssystems ..... 108
5.6.1 Hüftgelenksdysplasie (Hüftfehlbildung) ..... 108
5.6.2 Tortikollis (Schiefhals) ..... 109
5.6.3 Kiss-Syndrom (kopfgelenkinduzierte Symmetriestörung) ..... 110
5.6.4 Akuter Schiefhals im Kindesalter ..... 111
5.7 Was krabbelt denn da? ..... 111
5.7.1 Kopfläuse ..... 111
5.7.2 Insektenstiche ..... 114
5.7.3 Zeckenbiss ..... 116
5.8 Infektionskrankheiten ..... 119
5.8.1 Keuchhusten ..... 119
5.8.2 Morbilli (Masern) ..... 121
5.8.3 Parotitis epidemica (Mumps) ..... 124
5.8.4 Rubeola (Röteln) ..... 126
5.8.5 Scarlatina (Scharlach) ..... 127
5.8.6 Varizellen (Windpocken) ..... 129



Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 / 974970 0
Leseprobe von A: Szymczak „Das Kind in der Naturheilkune“

5.9 Kummer — oder was sonst? ... 132
5.9.1 Schlafstörungen ... 133
5.9.2 Enuresis ... 142

6 Prophylaxen ... 143
6.1 Vitamin D ... 143
6.2 Fluorid ... 144
6.3 Gesunde Zähne ... 145
6.4 Impfen ... 146
6.5 Ernährung von Kindern und Jugendlichen/Ernährungsstörungen ... 147

Unterstützende Therapieformen ... 150
7.1 Wickel und Auflagen ... 150
Bäder und Abwaschungen ... 155
7.3 Ätherische Öle ... 158
7.4 Unterstützende Maßnahmen bei verschiedenen Problemen ... 162

8 Eine Persönlichkeit von Anfang an - Schlusswort ... 164

Literatur ... 170

Buchempfehlungen ... 170

Adressen ... 173

Sachverzeichnis ... 175

# 4 Vom Kranksein und Gesund-werden

## 4.1 Konstitution

Das Baby hat von seinen Eltern und deren Vorfahren vielerlei Informationen in die Wiege gelegt bekommen, nicht nur Augen- und Haarfarbe, sondern auch, welch ein Typ von Mensch es einmal sein wird, oder die familiäre Neigung zu bestimmten Krankheiten. Das Kind zeigt eine ganz bestimmte Konstitution, d.h. eine Art und Weise, wie es auf Ernährung, Krankheiten, Impfungen und bestimmte Lebensumstände reagiert. Die Konstitution ist vorwiegend durch genetische Strukturen bedingt und zeigt sich in körperlichen, geistigen und seelischen Merkmalen. Bereits im alten Griechenland unterschied man vier Temperamente:

→Sanguiniker: lebhaft, beweglich, optimistisch, leichtblütig

→ Phlegmatiker: schwerfällig, behäbig, bequem, gleichgültig, gemütlich

→Choleriker: leidenschaftlich, aufbrausend, jähzornig, unbeherrscht

→ Melancholiker: schwermütig, trübsinnig, pessimistisch, langsam.

Der Psychiater Ernst Kretschmer (1888-1964) unterschied:

→ Pykniker: gedrungener Körperbau, Neigung zu Fettansatz, Brustkorb unten breiter als oben, behäbig, gemütlich, gutherzig, gesellig, heiter, lebhaft bis hitzig oder still und weich

→Athletiker: kräftiger Körperbau, breite Schultern, oben breiter Brustkorb, forsch und aktiv, im allgemeinen heiter

→Astheniker (Leptosome): mager, zart, eng- und flachbrüstig, dünne Arme und Beine, körperlich und geistig empfindlich, kompliziert und sprunghaft, langer Hals, kleiner Kopf.

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 / 974970
0
Leseprobe von A: Szymczak „Das Kind in der Naturheilkune“

Solche Konstitutionstypen sind auch schon bei Babys gut sichtbar und bestimmen, wie sie auf äußere Einflüsse reagieren werden. Charakter und Temperament bestimmen ihr Verhalten. Geistige Merkmale und Auffassungsgabe beeinflussen das soziale Verhalten.
In der Homöopathie ist es sehr wichtig, sich mit den verschiedenen Konstitutionstypen auseinanderzusetzen. Schon während der Erstanamnese spürt, sieht und erfährt man viel über die zu behandelnde Person. Bei der Ausarbeitung der Anamnese muss man sich klar werden, zu welchem Konstitutionstyp der Patient gehört. Nur so ist es möglich, seine „Schwachpunkte" zu stärker, z.B. eine vorliegende Erkältungsneigung, zu vermindern und im weiteren Verlauf zu heilen.
Eltern sollten wissen, dass Kinder ihrer Konstitution nach unterschiedlich auf erzieherische Maßnahmen reagieren. So erklären sich auch z.B. die ganz unterschiedlichen Ängste der Kinder (vor Spinnen, dem Alleinsein oder davor, dass den Eltern etwas passiert). Der Therapeut kann hier durch die Aufklärung der Eltern auch die psychische Entwicklung seiner kleinen Patienten unterstützen.

## 4.2 Stärkung des Immunsystems

**Baby und Kleinkind**

Während der Schwangerschaft wird eine große Anzahl an Abwehrstoffen von der Mutter auf das Kind übertragen. Hatte die Mutter Masern oder Mumps, so wird sie ihrem Kind Abwehrstoffe für diese Kinderkrankheiten mitgeben. Man spricht hierbei von sogenanntem Nestschutz. Nicht für alle Kinderkrankheiten gibt es den Nestschutz, bei Keuchhusten hilft er z.B. nicht. Eine Mutter, die gegen Masern und Mumps geimpft ist, kann diese Abwehrstoffe nicht weitergeben! Wird das Baby nach der Geburt gestillt, so erhält es über die Muttermilch weiteren Schutz, so dass es in den ersten Monaten kaum schwer erkranken wird, es sei denn, dieses immunologische Zusammenspiel von Mutter und Kind wird gestört.

**Ein gesunder Darm**

Ein gesunder Darm ist für die Gesundheit essentiell. 80% des Abwehrsystems befinden sich im Darm. Beim Foetus ist der Darm zunächst steril. Erst beim Geburtsvorgang erfolgt durch das Aufnehmen von Fruchtwasser und Vaginalsekreten eine Art „Schluckimpfung" mit der zum entsprechenden Zeitpunkt vorhandenen mütterlichen Scheidenflora (Ausnahme: Sectio-Geburt). Wenn die Scheidenflora intakt ist, so nimmt das Kind wesentliche Bakterien für den

Aufbau seiner Darmflora auf. Das nachfolgende Stillen führt zusätzlich zu einer raschen Besiedlung mit Lacto- und Bifidobakterien, und der Darm kann seine Funktion als Abwehrsystem sehr gut erfüllen. Die Etablierung der Erstflora benötigt in Abhängigkeit von der Ernährung (Stillen oder Flaschenkost) ungefähr zwei Wochen. Mit Beginn der Beikost verändert sich das Darmmilieu, die ersten kleinen Krankheiten bahnen sich an. Es ist ganz normal, wenn ein Kind in den ersten Jahren zwischen Oktober und April bis zu acht Infekte hat. Das Immunsystem lernt mit jedem Infekt dazu. Untersuchungen zeigen, dass Kinder weniger zu Allergien und anderen Autoimmunkrankheiten neigen, wenn sich ihr Abwehrsystem mit Krankheitserregern auseinander setzen musste. Eine übertriebene Vermeidung von Ansteckung bei normal entwickelten Kindern ist nicht nötig. Frühe Kontakte mit Kindern in Kindergarten und Krippe, den Geschwistern und der Verzicht auf übertriebene Hygiene sind sehr wichtig, um das Abwehrsystem zu mobilisieren (1).

**Schulkind** Das Abwehrsystem des Kindes kennt nun schon eine Vielzahl von Erregern. In diesem Lebensabschnitt treten vermehrt Kopfschmerzen, Schwindel, Bauchschmerzen und Übelkeit auf. Dies wird häufig mit dem Wachstum der Kinder erklärt. Meines Erachtens verstecken sich hinter diesen Beschwerden oft auch Unsicherheit, psychische Belastungen und Kummer etc. Die Infektneigung hängt von der jeweiligen Konstitution ab.

Die Symptome bei Krankheiten sind Reaktionen des Körpers auf eingedrungene Erreger. Schleim wird vermehrt produziert und umhüllt die Erreger, damit sie ausgeschieden werden können. Husten ist für die Reinigung des Bronchialsystems unerlässlich. Fieber ist eine wesentliche Heilreaktion, denn wegen des Anstiegs der Körpertemperatur können sich die Erreger weniger gut vermehren, sie werden regelrecht verkocht, das Immunsystem wird mobilisiert. Erkältungen benötigen nicht immer eine Behandlung. Der bekannte Spruch „Eine Erkältung dauert ohne Arzt sieben Tage, mit Arzt eine Woche" hat einen gewissen Wahrheitsgehalt. Meist reicht es auch hier, mit Hausmitteln unterstützend tätig zu werden. Sehr ungünstig sind fiebersenkende, hustendämpfende oder Schleimhaut abschwellende Maßnahmen. Auch Einreibungen mit Mitteln, die Kampfer oder Menthol enthalten, fuhren zwar kurzfristig zu einer Erleichterung, unterdrücken aber die notwendigen Absonderungen des Körpers, die für eine Gesundung unerlässlich sind. Allopathische Medikamente, die einzelne Symptome zwar schnell vergehen lassen, belasten den Körper zum einen mit Nebenwirkungen, unterdrücken zum anderen auch auch wichtige Reaktionen des Körpers, so dass es letztlich zu einer Schwächung des Immunsystems kommt.

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 / 974970 0
Leseprobe von A: Szymczak „Das Kind in der Naturheilkune“

Folgende Maßnahmen stärken das Immunsystem: **Abwehr stärken**

→Die *Kleidung* soll der Jahreszeit und Witterung entsprechen. Sie soll wärmen, doch es darf kein Hitzestau entstehen. Sie muss Schweiß aufnehmen und nach außen abgeben können. Sie soll atmungsaktiv sein. Empfehlens werte Stoffe sind Wolle, Naturseide, Leinen und Baumwolle.

→Babys soll mindestens sechs Monate gestillt werden. Die weitere *Ernährung* soll abwechslungs-, vitamin-, ballstoffreich und gesund sein.

→Die tägliche *Bewegung* an frischer Luft, auch bei Regen und Schnee, ist wesentlich daran beteiligt, das Kind gesund zu erhalten. Dabei sollte immer auf warme Füße geachtet werden. Kalte Füße über einen Zeitraum von 30 Mi nuten schwächen das Immunsystem.

→Ausreichender und ungestörter *Schlaf ist* wichtig für einen gesunden Körper.

→*Wassertreten* mit nackten, warmen Füßen in einer Wanne mit kühlem Wasser. Im Anschluss werden über die nassen Füße dicke Wollsocken gezogen. Eine weitere Möglichkeit ist das Tautreten am Morgen oder kurzes Laufen **Abwehr mobilisieren**

im Schnee mit nackten Füßen. Warme Füße vor Beginn sind unerlässlich. Im Anschluss werden über die nassen Füße dicke Wollsocken gezogen.

→Abwehrstärkende *ätherische Öle* sind Lemongrass und Blutorange. Es sollten nur ätherische Öle aus kontrolliertem Anbau eingesetzt werden. Ein und das selbe ätherische Öl darf nur maximal drei Wochen angewandt werden. Dann sollte zum anderen gewechselt werden. Ein Öl sollte maximal an fünf von sieben Tagen und an drei Stunden des Tages eingeatmet werden. Die Aromalampe wird mit Wasser und einer Prise Salz gefüllt. Durch das kann sich das ätherische Öl mit dem Wasser vermischen. Bei Säuglingen und Kleinkindern gibt man drei Tropfen, bei Schulkindern und Erwachsenen sechs Tropfen des ätherischen Öls in das Wasser-Salzgemisch.

→Eine *Abwaschung* des ganzen Körpers zur Abwehrstärkung und Kreislaufanregung sollte nur bei warmer Haut durchgeführt werden. Die behandelten Körperteile werden immer gleich danach zugedeckt. Ein Teelöffel Rosmarinbademilch wird in einen Liter Wasser mit einer Temperatur von 34° C gegeben. Das Kind liegt auf einer Couch oder einem Bett. Zunächst werden Gesicht und Hals abgewaschen und danach abgetrocknet. Das Kind setzt sich auf, und der Rücken wird von oben nach unten abgewaschen, abgetrocknet. Wieder im Liegen kommt ein Arm nach dem anderen an die Reihe. Es wird von den Fingern Richtung Schulter abgewaschen und danach abgetrocknet. Die Brust wird vom Schlüsselbein zum Nabel kreisend abgewaschen, abgetrocknet und wird zugedeckt. Jetzt folgt ein Bein nach dem

anderen. Es wird von den Zehen zur Hüfte abgewaschen, abgetrocknet und zugedeckt. Das Kind sollte danach für fünf Minuten ruhen.
→Bei einer beginnenden Erkältung kann durch ein *ansteigendes Fuß- oder Vollbad* (Stimulierung des Abwehrsystems) eine rasche Erholung erreicht werden.
> Ansteigendes Fußbad: 37° C warmes Wasser mit einer Prise Salz in eine Schüssel geben. Die Füsse hineinstellen und innerhalb von 10 Minuten soviel heißes Wasser zugiessen bis 40° C Wassertemperatur erreicht werden. Die Dauer des Fußbades soll 15 Minuten nicht übersteigen. Im Anschluss werden über die nassen Füsse warme Wollsocken gezogen. Das Kind sollte danach ungefähr 15 Minuten zugedeckt ruhen. »
>Ansteigendes Vollbad oder Überwärmungsbad: Vorsicht, dieses Bad ist kreislaufbelastend. Beim geringsten Anzeichen, dass das Bad dem Kind nicht bekommt, wird es abgebrochen. Die Badewanne wird mit 37° C warmem Wasser ohne Zusätze gefüllt. Nachdem das Kind in die Badewanne gestiegen ist, lässt man innerhalb von 15 bis 20 Minuten soviel warmes Wasser zulaufen, bis die Wassertemperatur bei 39° bis 40° C angekommen ist. Nach einer Badedauer von insgesamt 30 Minuten ist das Bad beendet. Das Kind wird nass in ein Bettlaken gewickelt (die Arme sind in der „Packung") und für mindestens eine halbe Stunde gut zugedeckt ins Bett gesteckt. Anschließend wird der Körper mit einem kühlen, gut ausgewrungenen Waschlappen, abgerieben. Mit einem frischen Schlafanzug wird das Kind wieder zu Bett gebracht. Am nächsten Morgen ist die beginnende Erkältung wie weggefegt.
→*Pflanzen,* die die Abwehr stärken, sind Angelikawurzel, Bärlauchblätter, Beifußkraut, Echinacea, Hagebutte, Holunder, Ingwerwurzel, Kamillenblüten, Kapuzinerkresse, Lapacho, Roibush, Salbeiblätter, Schafgarbenkraut, Tausendgüldenkraut, Thymian und Ysopkraut. *Elixiere* zur Abwehrstärkung: Hagebutte, Sanddorn, Holunder, Quitte, Schlehe.

Bei Verdacht einer Abwehrschwäche ist es ratsam, das Darmmilieu untersuchen zu lassen und die Lebensgewohnheiten zu überprüfen (Ernährung, Schlaf, Stress). Störungen des Immunssystems können durch Zahnherde, Amalgamfüllungen, Narben (Meridianstörungen), Entzündungen und Umweltgifte aus Wohnung und Lebensmitteln entstehen.

Angelika Szymczak

Das Kind in der Naturheilkunde

178 pages, relié
publication 2006

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr