

# Inhalt

|                                                                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Vorwort zur 2. Auflage</b> .....                                                                         | V  |
| <b>1 Einführung</b> .....                                                                                   | 1  |
| 1.1 Arbeit mit Mind-Maps .....                                                                              | 4  |
| <b>2 Psyche und Nervensystem</b> .....                                                                      | 5  |
| 2.1 Angstzustände, Nervosität, Schlaflosigkeit .....                                                        | 6  |
| 2.2 Apoplex (zerebrale Durchblutungsstörungen) .....                                                        | 9  |
| 2.3 Demenzielle Entwicklung .....                                                                           | 11 |
| 2.4 Depression .....                                                                                        | 13 |
| 2.5 Konzentrationsstörungen, Müdigkeit .....                                                                | 15 |
| 2.6 Migräne, Kopfschmerzen .....                                                                            | 17 |
| 2.7 Neurologische Erkrankungen: Epilepsie, Multiple Sklerose (MS), Parkinsonsyndrom .....                   | 19 |
| 2.8 Polyneuropathie, Neuralgien .....                                                                       | 22 |
| 2.9 Reisekrankheit .....                                                                                    | 24 |
| 2.10 Schwindel .....                                                                                        | 25 |
| <b>3 Kopf</b> .....                                                                                         | 27 |
| 3.1 Augen .....                                                                                             | 28 |
| 3.1.1 Grüner Star, Makula-degeneration .....                                                                | 28 |
| 3.1.2 Konjunktivitis .....                                                                                  | 29 |
| 3.2 Mund und Rachen .....                                                                                   | 30 |
| 3.2.1 Angina (tonsillaris), Halsschmerzen, Pharyngitis .....                                                | 31 |
| 3.2.2 Aphthen, Herpes labialis .....                                                                        | 32 |
| 3.2.3 Heiserkeit .....                                                                                      | 33 |
| 3.2.4 Zahnfleischentzündungen, Zahnschmerzen .....                                                          | 33 |
| 3.3 Nase .....                                                                                              | 35 |
| 3.3.1 Heuschnupfen .....                                                                                    | 35 |
| 3.3.2 Schnupfen, Sinusitis .....                                                                            | 36 |
| 3.4 Ohren .....                                                                                             | 39 |
| 3.4.1 Ohrenschmerzen .....                                                                                  | 39 |
| 3.4.2 Tinnitus .....                                                                                        | 40 |
| 3.5 Grippaler Infekt .....                                                                                  | 41 |
| <b>4 Pulmonologie</b> .....                                                                                 | 43 |
| 4.1 Asthma .....                                                                                            | 44 |
| 4.2 Bronchitis, COPD .....                                                                                  | 46 |
| <b>5 Kardiologie</b> .....                                                                                  | 49 |
| 5.1 Arteriosklerose, koronare Herz-erkrankung (KHK), periphere arterielle Verschluss-krankheit (pAVK) ..... | 50 |
| 5.2 Funktionelle Herzbeschwerden ....                                                                       | 52 |
| 5.3 Herzinsuffizienz, Herzrhythmus-störungen .....                                                          | 54 |
| 5.4 Hypertonie, arterielle .....                                                                            | 56 |
| 5.5 Hypotonie .....                                                                                         | 58 |
| 5.6 Varikosis, postthrombotisches Syndrom, Thrombophlebitis .....                                           | 60 |

|                                                          |     |
|----------------------------------------------------------|-----|
| <b>6 Gastroenterologie</b>                               | 63  |
| 6.1 Appetitlosigkeit                                     | 64  |
| 6.2 Colitis ulcerosa, Morbus Crohn                       | 66  |
| 6.3 Diarrhöe                                             | 69  |
| 6.4 Dyspepsie, Reizdarm-Syndrom (RDS)                    | 71  |
| 6.5 Gallenwegserkrankungen, Pankreatitis                 | 75  |
| <b>7 Nephrologie, Urologie</b>                           | 85  |
| 7.1 Bettnässen                                           | 86  |
| 7.2 Blasen- und Harnwegsinfekte                          | 88  |
| 7.3 Nierengrieß, Nierensteine                            | 90  |
| 7.4 Prostatahyperplasie                                  | 92  |
| 7.5 Reizblase, Harninkontinenz                           | 94  |
| 7.6 Sexuelle Störungen des Mannes                        | 96  |
| <b>8 Gynäkologie, Geburtshilfe</b>                       | 97  |
| 8.1 Kinderwunsch                                         | 98  |
| 8.2 Klimakterium                                         | 100 |
| 8.3 Menstruation                                         | 103 |
| 8.3.1 Amenorrhöe, Oligomenorrhöe, Hypomenorrhöe          | 104 |
| 8.3.2 Dysmenorrhöe, Hypermenorrhöe, Endometriose         | 105 |
| 8.3.3 Prämenstruelles Syndrom                            | 107 |
| 8.4 Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit                | 108 |
| 8.4.1 Brustentzündung, Milchbildung und Abstillen        | 109 |
| 8.4.2 Übelkeit                                           | 110 |
| 8.4.3 Wehenprobleme                                      | 111 |
| 8.4.4 Wochenbettbeschwerden                              | 111 |
| 8.5 Vaginalinfekte                                       | 113 |
| 8.6 Zervixdysplasie                                      | 115 |
| <b>9 Rheumatologie, Orthopädie</b>                       | 117 |
| 9.1 Arthritis, Arthrose, Rückenschmerzen                 | 118 |
| 9.2 Fibromyalgie                                         | 122 |
| 9.3 Muskelkrämpfe, Sehnenscheidenentzündung, Osteoporose | 124 |
| <b>10 Metabolismus, Endokrinologie</b>                   | 127 |
| 10.1 Adipositas                                          | 128 |
| 10.2 Diabetes mellitus                                   | 130 |
| 10.3 Fettstoffwechselstörungen                           | 132 |
| 10.4 Schilddrüsenerkrankungen                            | 134 |
| <b>11 Dermatologie</b>                                   | 137 |
| 11.1 Akne                                                | 138 |
| 11.2 Alopezie                                            | 140 |
| 11.3 Bakterielle Hauterkrankungen                        | 142 |
| 11.3.1 Abszesse                                          | 142 |
| 11.3.2 Erysipel                                          | 144 |
| 11.4 Ekzeme, Neurodermitis                               | 145 |
| 11.5 Hyperhidrose, Seborrhöe                             | 148 |
| 11.6 Mykose                                              | 150 |
| 11.7 Psoriasis, Pruritus                                 | 152 |
| 11.8 Ulcus cruris, Dekubitus, Wunden                     | 154 |
| 11.9 Urtikaria                                           | 156 |
| 11.10 Warzen, Keratosen                                  | 158 |

|                                                                              |     |
|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>12 Verletzungen, Notfälle</b> .....                                       | 161 |
| 12.1 <i>Commotio cerebri, Schleudertrauma</i> .....                          | 162 |
| 12.2 <i>Fieber</i> .....                                                     | 164 |
| 12.3 <i>Insektenstiche</i> .....                                             | 166 |
| 12.4 <i>Kollaps, Sonnenstich</i> .....                                       | 168 |
| 12.5 <i>Operation, Vor- und Nachbereitung</i> .....                          | 169 |
| 12.6 <i>Prellungen, Quetschungen, Verstauchungen, Hämatom, Fraktur</i> ..... | 171 |
| 12.7 <i>Verbrennungen, Verbrühungen</i> ....                                 | 173 |
| 12.8 <i>Vergiftungen</i> .....                                               | 174 |
| <b>13 Onkologie</b> .....                                                    | 177 |
| 13.1 <i>Antitumorale Therapieansätze</i> ....                                | 179 |
| 13.2 <i>Immunmodulation</i> .....                                            | 181 |
| 13.3 <i>Behandlung von Therapienebenwirkungen</i> .....                      | 183 |
| <b>14 Literatur</b> .....                                                    | 186 |
| <b>15 Abbildungsnachweis</b> .....                                           | 187 |
| <b>16 Mittelverzeichnis lateinisch – deutsch</b> .....                       | 189 |
| <b>17 Mittelverzeichnis deutsch – lateinisch</b> .....                       | 194 |
| <b>18 Sachverzeichnis</b> .....                                              | 199 |