Inhalt

Vorwort zur 3. Auflage ... V

1 Einführung ... 1
- 1.1 Arbeit mit Mind-Maps ... 4

2 Psyche und Nervensystem ... 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, chronisches Müdigkeitssyndrom ... 15
- 2.6 Migräne, Kopfschmerzen ... 17
- 2.7 Neurologische Erkrankungen: Autismus-Spektrum-Störung, Epilepsie, Multiple Sklerose, Parkinson-Syndrom, Restless-Legs-Syndrom ... 19
- 2.8 Polyneuropathie, Neuralgien ... 22
- 2.9 Reisekrankheit ... 24
- 2.10 Schwindel ... 25

3 Kopf ... 27
- 3.1 Augen ... 28
  - 3.1.1 Grüner Star, Makuladegeneration ... 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

4 Pulmonologie ... 43
- 4.1 Asthma ... 44
- 4.2 Bronchitis, COPD ... 47

5 Kardiologie ... 51
- 5.1 Arteriosklerose, koronare Herzerkrankung (KHK), periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK) ... 52
- 5.2 Funktionelle Herzbeschwerden ... 54
- 5.3 Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen ... 56
- 5.4 Hypertonie, arterielle ... 58
- 5.5 Hypotonie ... 60
- 5.6 Varikosis, postthrombotisches Syndrom, Thrombophlebitis ... 62

aus: Huber, Mind-Maps Phytotherapie (ISBN 9783132462618) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

6 Gastroenterologie ... 65

6.1 Appetitlosigkeit ... 66
6.2 Colitis ulcerosa, Morbus Crohn ... 68
6.3 Diarrhöe ... 71
6.4 Dyspepsie, Reizdarm-Syndrom (RDS) ... 73
6.5 Gallenwegserkrankungen, Pankreatitis ... 77
6.6 Hämorrhoiden, Analfissur ... 79
6.7 Lebererkrankungen ... 81
6.8 Obstipation ... 83
6.9 Refluxkrankheit, Gastritis ... 85

7 Nephrologie, Urologie ... 87

7.1 Bettnässen ... 88
7.2 Blasen- und Harnwegsinfekte ... 90
7.3 Nierengrieß, Nierensteine ... 92
7.4 Prostatahyperplasie ... 94
7.5 Reizblase, Harninkontinenz ... 96
7.6 Sexuelle Störungen des Mannes ... 98

8 Gynäkologie, Geburtshilfe ... 99

8.1 Kinderwunsch ... 100
8.2 Klimakterium ... 102
8.3 Menstruation ... 105
8.3.1 Amenorrhöe, Oligomenorrhöe, Hypomenorrhöe ... 106
8.3.2 Dysmenorrhöe, Hypermenorrhöe, Endometriose ... 107
8.3.3 Prämenstruelles Syndrom (PMS) 109
8.4 Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit ... 110
8.4.1 Brustentzündung, Milchbildung und Abstillen ... 111
8.4.2 Übelkeit ... 112
8.4.3 Wehenprobleme ... 113
8.4.4 Wochenbettbeschwerden ... 113
8.5 Vaginalinfekte ... 115
8.6 Zervixdysplasie ... 117

9 Rheumatologie, Orthopädie ... 119

9.1 Arthritis, Arthrose, Rückenschmerzen ... 120
9.2 Fibromyalgie ... 124
9.3 Muskelkrämpfe, Sehnenscheidenentzündung, Osteoporose ... 126

10 Metabolismus, Endokrinologie ... 129

10.1 Adipositas ... 130
10.2 Diabetes mellitus ... 132
10.3 Fettstoffwechselstörungen ... 134
10.4 Schilddrüsenerkrankungen ... 136

11 Dermatologie ... 139

11.1 Akne ... 140
11.2 Alopezie ... 142
11.3 Bakterielle Hauterkrankungen ... 144
11.3.1 Abszesse, Erysipel ... 144
11.4 Ekzeme, Neurodermitis ... 147
11.5 Hyperhidrose, Seborrhöe ... 150
11.6 Mykose ... 152
11.7 Psoriasis, Pruritus ... 154
11.8 Ulcus cruris, Dekubitus, Wunden ... 156
11.9 Urtikaria ... 158
11.10 Warzen, Keratosen ... 160

aus: Huber, Mind-Maps Phytotherapie (ISBN 9783132462618) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

12 Verletzungen, Notfälle 163
12.1 Commotio cerebri, Schleudertrauma 164
12.2 Fieber 166
12.3 Insektenstiche 168
12.4 Kollaps, Sonnenstich 170
12.5 Operation, Vor- und Nachbereitung 171
12.6 Prellungen, Quetschungen, Verstauchungen, Hämatom, Fraktur 173
12.7 Verbrennungen, Verbrühungen 175
12.8 Vergiftungen 176

13 Onkologie 179
13.1 Antitumorale Therapieansätze 181
13.2 Immunmodulation 183
13.3 Behandlung von Therapienebenwirkungen 185

14 Literatur 188

15 Abbildungsnachweis 189

16 Heilpflanzenverzeichnis lateinisch – deutsch 191

17 Heilpflanzenverzeichnis deutsch – lateinisch 196

18 Verzeichnis indikationsbezogener Teemischungen und Tinkturen 201

19 Sachverzeichnis 203

aus: Huber, Mind-Maps Phytotherapie (ISBN 9783132462618) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York