

Michael Elies Husten

Leseprobe

[Husten](#)

von [Michael Elies](#)

Herausgeber: KVC Verlag (Natur und Medizin)



<https://www.narayana-verlag.de/b27533>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

À Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

<https://www.narayana-verlag.de>



WAS TUN BEI ...

Husten

Naturheilkundliche Selbsthilfe

Michael Elies



Michael Elies

Husten – Naturheilkundliche Selbsthilfe

Was tun bei ...

Husten

Naturheilkundliche Selbsthilfe

Michael Elies

KVC | VERLAG

KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V.
Am Deimelsberg 36, 45276 Essen
Tel.: (0201) 56305 70, Fax: (0201) 56305 60
www.kvc-verlag.de

Elies, Michael

Husten – Naturheilkundliche Selbsthilfe

Wichtiger Hinweis: Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

ISBN 978-3-96562-039-1

© KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V., Essen 2021

© Cover tanyalmera – Adobe Stock

Das Werk mit allen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechts ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

Umschlaggestaltung: eye-d Designbüro, Essen

Druck: Union Betriebs-GmbH, Rheinbach

Inhalt

Einleitung.....	1
Grundlagen	5
<hr/>	
Das Atemsystem	5
Die Atemwege	5
Die Schleimhaut der Atemwege	11
Die Atemmuskulatur.....	13
Husten.....	16
Der Hustenreflex.....	16
Formen und Ursachen von Husten.....	18
Akuter Husten (< 2 Wochen).....	20
Subakuter Husten (2–8 Wochen)	22
Chronischer Husten (> 8 Wochen)	23
Naturheilkundliche Hustendiagnostik	26
Die Behandlung des Hustens	31
<hr/>	
Therapieverfahren gegen Husten.....	31
Therapieziele	31
Hustenstillung	31
Aufwurf Förderung	33
Verfahren der Selbsthilfe.....	36
Hausmittel	37
Elemente Traditioneller Medizinsysteme	38
Ernährung.....	39
Pflanzenheilkunde	41

Reflextherapien	46
Biochemie nach Schüßler.....	48
Strategien bei Husten	53
Der Hustenanfall	55
Husten im Konzert oder: Wehret den Anfängen.....	55
Akuter Husten: Die Küche als „Notfall-Apotheke“	61
Strategien bei den verschiedenen Typen des akuten Hustens.....	66
Hustentyp „kalt und trocken“	67
Hustentyp „kalt und feucht“	75
Hustentyp „heiß und feucht“	80
Hustentyp „heiß und trocken“	85
Strategien beim subakuten Husten	89
Strategien beim chronischen Husten.....	96
Auslöser Nasennebenhöhlen	97
Auslöser Halsbeschwerden	104
Auslöser chronische Lungenleiden	108
Auslöser gastroösophagealer Reflux	114
Auslöser Herzerkrankungen.....	118
Auslöser Arzneimittel.....	119
 Literatur	 123
Anhang	125
Der Autor	128

Gegen Husten gibt es leider kein Universalheilmittel. Zu unterschiedlich und vielfältig sind die Faktoren, die im Einzelfall zu berücksichtigen sind. Es gibt den akuten, subakuten und chronischen Husten, er kann trocken oder "produktiv" sein, er hört sich ächzend, bellend, krächzend oder zischend an.

Die Naturheilkunde hält zahlreiche Maßnahmen bereit, die auch für die Selbsthilfe geeignet sind und den verschiedenen Hustentypen gerecht werden können.

ISBN 978-3-96562-039-1



www.kvc-verlag.de



Michael Elies

[Husten](#)

Naturheilkundliche Selbsthilfe

128 Seiten, kart.
erschienen 2017



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin
und gesunder
Lebensweise www.narayana-verlag.de