

Sommario

- 5 Prefazione di *Giancarlo Buccheri*
- 8 Premessa alla nuova edizione

PARTE PRIMA

Aspetti generali

- 13 La medicina antroposofica
- 21 Le quattro parti costitutive dell'essere umano
- 25 La triarticolazione funzionale nell'uomo
- 27 Salute e malattia
- 35 La febbre e l'organismo di calore
- 40 Importanza dell'alimentazione per la salute nell'infanzia

PARTE SECONDA

Malattie e rimedi

- 54 Come affrontare la febbre
- 59 Raffreddore e malattie da raffreddamento
- 65 Influenza
- 71 Mal di gola
- 78 Laringite stridula o pseudocroup
- 80 Sinusite
- 87 La tosse: un meccanismo di difesa che suscita antipatia
- 99 Prevenzione e cura delle allergie
- 110 Il raffreddore da fieno
- 117 L'asma
- 129 La congiuntivite: il pianto dell'occhio
- 133 Mal d'orecchio
- 137 Malattie dei denti
- 142 Cefalea: quando la testa duole
- 147 Aerofagia e meteorismo: il vento prigioniero del ricambio
- 151 Il mal di pancia
- 163 La diarrea

- 169 Diarrea del viaggiatore e intossicazioni alimentari estive
173 La stitichezza: trattenere la natura in noi
179 Emorroidi e ragadi
184 Vene varicose e flebiti
188 Il cambio d'aria
192 Enuresi: il letto bagnato
195 Cistite e uretrite
206 Dolore mestruale (dismenorrea)
209 L'impetigine
211 Il fuoco di Sant'Antonio: l'*Herpes zoster*
214 La febbre sul labbro: l'*Herpes simplex*
219 Verruche: una manifestazione sgradevole
223 Acne e foruncoli
227 Eczema e dermatiti
236 Morsi e punture
239 Eritema solare
241 Ustioni e bruciature
243 Traumi e operazioni
251 Reumatismi e dolori articolari: un impedimento
al movimento
257 Crampi muscolari
259 Il torcicollo: elogio della lentezza
263 Lombalgia: il colpo della strega
269 Le malattie infantili
278 La stanchezza: cedere alle forze del peso
286 Anemia: la forza di Marte per stare sulla Terra
294 I disturbi del sonno e l'ansia
309 Ipertensione: il killer taciturno
322 La cura antroposofica del cancro nella pratica del medico
di medicina generale

APPARATI

- 334 Farmacia domestica
339 Informazioni sulla medicina antroposofica
344 Bibliografia essenziale
346 Indice analitico