

Inhalt

Vorwort	7
Die eigene Naturapotheke Schritt für Schritt ..	11
Sodbrennen	19
Magengeschwüre	29
Verdauungsstörungen	39
Allgemeine Bauchschmerzen	49
Blähungen	57
Verstopfung	65
Durchfall	75
Blase und Niere	85
Literatur	95