Margot Spohn

Unsere wichtigsten Arzneipflanzen

Leseprobe

Unsere wichtigsten Arzneipflanzen

von Margot Spohn

Herausgeber: Quelle & Meyer Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhaltsverzeichnis

Vorwort ... 7
Heilpflanze oder Arzneipflanze? ... 9
Von der Volksheilkunde zum pflanzlichen Arzneimittel ... 9
Inhaltsstoffe und Wirkstoffe der Arzneipflanzen ... 12
Pflanzliche Sekundärstoffe ... 13
Wichtige Gruppen pflanzlicher Sekundärstoffe ... 13
Qualität ... 14
Eine Arzneipflanze – unterschiedliche Präparate ... 16
Produktegruppen ... 16
- Arzneimittel ... 16
  - Abgabekategorien der Arzneimittel ... 18
- Medizinprodukte ... 18
- Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke ... 19
- Nahrungsergänzungsmittel ... 19
- Kosmetika ... 21

Arzneipflanzen kultivieren und anwenden ... 23

Mund/Rachen

Kamille ... 24
Salbei ... 31

Erkältung

Isländisch Moos ... 39
Thymian ... 44
Eukalyptus ... 50
Efeu ... 56
Pelargonie ... 62
Sonnenhut ... 66

Magen/Darm

Enzian ... 72
Pfefferminze ... 80
Artischocke ... 86
Kümmel ... 92
Fenchel ... 98
Lein ... 104
Senna ... 110

Leber/Galle

Mariendistel ... 116

Nieren/Blase
Bärentraube ... 122
Birke ... 128
Goldrute ... 134
Brennnessel ... 140

Prostata
Kürbis ... 148
Sabal ... 154

Wechseljahre
Traubensilberkerze ... 158

Stimmung/Nerven/Schlaf
Johanniskraut ... 164
Lavendel ... 170
Hopfen ... 176
Melisse ... 182
Passionsblume ... 187
Baldrian ... 193

Herz/Kreislauf
Weißdorn ... 200
Knoblauch ... 208
Ginkgo ... 214
Rosskastanie ... 220
Rotes Weinlaub ... 226

Rheuma/Muskeln
Rosmarin ... 232
Cayennepfeffer ... 238
Teufelskralle ... 244
Weide ... 251

Haut/Prellungen
Arnika ... 258
Beinwell ... 264
Ringelblume ... 270

Übersichtstabelle Anwendungsgebiete der Arzneipflanzen ... 276
Getrocknete Pflanzenteile in Arzneitees ... 284
Weiterführende Literatur ... 289
Register der Pfanzennamen ... 290
Bildnachweis ... 295
Die Autoren ... 296

Vorwort

Die meisten populärwissenschaftlichen Heilpflanzenbücher beschäftigen sich mit heimischen und bereits lange bei uns kultivierten Heilpflanzen und deren Anwendung besonders in der Volksheilkunde. Dabei wird meistens kaum zwischen wichtigen, auch heute noch bedeutenden und viel genutzten Heilpflanzen und anderen, heute kaum mehr genutzten Arten unterschieden. Im Vordergrund steht oft das Selber sammeln und Selbermachen. Häufig empfehlen die Bücher dies unreflektiert für unterschiedlichste Pflanzen, ohne ausreichend auf eventuelle Risiken hinzuweisen. Auch die Grenzen der Pflanzenheilkunde – also die Frage, wann sie nicht ausreicht oder nicht geeignet ist und eine andere Therapie notwendig ist – werden oft nicht klar genug dargestellt.

Auf der anderen Seite existieren Fachbücher, die den Arzneipflanzenschatz, der bei uns in den Präparaten in Apotheken, Drogerien, Reformhäusern und Supermärkten im Einsatz ist, ausführlich vorstellen. Diese Bücher umfassen jedoch zu viele Arten, um eine einfache Übersicht zu behalten. Außerdem sind sie meistens für Pharmazeuten, Ärzte oder andere medizinisch Ausgebildete geschrieben und damit ohne entsprechende Vorkenntnisse oft nur schwer verständlich.

Mit dem vorliegenden Buch möchten wir diese Lücke schließen. Wir haben dazu aus dem großen Schatz der Arzneipflanzen eine begrenzte Zahl von 41 Arten ausgewählt. Dabei haben wir nicht ein einzelnes Kriterium zugrunde gelegt, sondern verschiedene Aspekte berücksichtigt: Wir verschafften uns einen Überblick über die Pflanzen, deren Anwendungsgebiete auch in Fachkreisen anerkannt sind und die in besonders vielen Präparaten enthalten sind. Gleichzeitig berücksichtigten wir aber auch Pflanzen in sehr umsatzstarken Arzneimitteln sowie solche, die aus der Erfahrung der Anwender viel und regelmäßig verlangt werden. Mit den ausgewählten Pflanzen sollte es darüber hinaus nicht nur möglich sein, ein bestimmtes Anwendungsgebiet abzudecken, sondern wir wollten die Breite der möglichen Wirkungen pflanzlicher Mittel aufzeigen. Natürlich ist nicht zu vermeiden, dass bei der Auswahl auch subjektive Entscheidungen eingeflossen sind.

Engen, Januar 2019
Margot und Roland Spohn

Inhaltsverzeichnis

Vorwort ... 7
Heilpflanze oder Arzneipflanze? ... 9
Von der Volksheilkunde zum pflanzlichen Arzneimittel ... 9
Inhaltsstoffe und Wirkstoffe der Arzneipflanzen ... 12
Pflanzliche Sekundärstoffe ... 13
Wichtige Gruppen pflanzlicher Sekundärstoffe ... 13
Qualität ... 14
Eine Arzneipflanze – unterschiedliche Präparate ... 16
Produktegruppen ... 16
- Arzneimittel ... 16
  - Abgabekategorien der Arzneimittel ... 18
- Medizinprodukte ... 18
- Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke ... 19
- Nahrungsergänzungsmittel ... 19
- Kosmetika ... 21

Arzneipflanzen kultivieren und anwenden ... 23

Mund/Rachen

Kamille ... 24
Salbei ... 31

Erkältung

Isländisch Moos ... 39
Thymian ... 44
Eukalyptus ... 50
Efeu ... 56
Pelargonie ... 62
Sonnenhut ... 66

Magen/Darm

Enzian ... 72
Pfefferminze ... 80
Artischocke ... 86
Kümmel ... 92
Fenchel ... 98
Lein ... 104
Senna ... 110

Leber/Galle

Mariendistel ... 116

Nieren/Blase
Bärentraube ... 122
Birke ... 128
Goldrute ... 134
Brennnessel ... 140

Prostata
Kürbis ... 148
Sabal ... 154

Wechseljahre
Traubensilberkerze ... 158

Stimmung/Nerven/Schlaf
Johanniskraut ... 164
Lavendel ... 170
Hopfen ... 176
Melisse ... 182
Passionsblume ... 187
Baldrian ... 193

Herz/Kreislauf
Weißdorn ... 200
Knoblauch ... 208
Ginkgo ... 214
Rosskastanie ... 220
Rotes Weinlaub ... 226

Rheuma/Muskeln
Rosmarin ... 232
Cayennepfeffer ... 238
Teufelskralle ... 244
Weide ... 251

Haut/Prellungen
Arnika ... 258
Beinwell ... 264
Ringelblume ... 270

Übersichtstabelle Anwendungsgebiete der Arzneipflanzen ... 276
Getrocknete Pflanzenteile in Arzneitees ... 284
Weiterführende Literatur ... 289
Register der Pfanzennamen ... 290
Bildnachweis ... 295
Die Autoren ... 296

Margot Spohn

Unsere wichtigsten Arzneipflanzen

41 Arten, die jeder kennen sollte

296 Seiten, geb.
erscheint 2019

Jetzt kaufen



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