

Hausmittel aus der Kräuterküche

- Sekundäre Pflanzenstoffe –

Hausmittel aus der Kräuterküche

- Sekundäre Pflanzenstoffe -

Ätherische Öle



- „verdampfen“ leicht
- fühlen sich „ölig“ an
- kann man riechen
- kann man schmecken
- sind in Öl und Alkohol löslich

Hinterlassen keine
Fettflecken !

Im Unterschied zu fetten
Ölen

(→ primäre Inhaltsstoffe)

Heilprakter bieten ihren Patienten oft
alternative Heilmittel an.
Diese Fertigarzneien enthalten meistens
sekundäre Pflanzenwirkstoffe.

Was ist das überhaupt?

Hausmittel aus der Kräuterküche

- Sekundäre Pflanzenstoffe -

Schleimstoffe

Stockrose
Alcea Rosea



Ob als einzige Therapie oder komplementär zur konventionellen Behandlung mit herkömmlichen Medikamenten, sollten Heilpraktiker einschätzen können, welche Mittel sich wirklich ergänzen oder welche sich untereinander ausschließen, wie Pflanzenwirkstoffe auf den Organismus wirken und wo genauer hingeschaut werden sollte.

Hausmittel aus der Kräuterküche

- Sekundäre Pflanzenstoffe -

Ätherische Öle

Verwendung von Pflanzen mit ätherischen Ölen:

Heilmittel

- Haut – Schleimhaut reizende Mittel
- Entzündungshemmende Mittel
- Auswurfördernde Mittel
- Verdauungsfördernde Mittel
- Harntreibende Mittel
- Beruhigende Mittel



Bei diesem Seminar werden ausgewählte Inhaltsstoffe, ihre Wirkung und beispielhaft entsprechende Kräuter vorgestellt.

„Odonton“ ist so ein Mittel gegen Zahnschmerzen. Es besteht hauptsächlich aus Kräutertinkturen, die gegen Entzündungen helfen.

Hausmittel aus der Kräuterküche

- Sekundäre Pflanzenstoffe -

Flavonoid-Kräuter:

- ☼ Gänsefingerkraut
- ☼ Hirtentäschel
- ☼ Holunderblüten
- ☼ Weiße Taubnessel
- ☼ Weißdorn
- ☼ Wiesenkerbel u.a.

plus Vitamin C

- ☼ Eberesche
- ☼ Hagebutte
- ☼ Holunder Früchte
- ☼ Weißdorn Früchte
- ☼ Sanddorn u.a.

Gerbstoff-Kräuter

- ☼ Weidenröschen
- ☼ Odermennig
- ☼ Blutwurz
- ☼ Preiselbeere u.a.

Saponin-Kräuter

- ☼ Birke
- ☼ Gänseblümchen
- ☼ Vogelmiere u.a.

Adaptogene Kräuter
enthalten:

Flavonoide

Gerbstoffe

Saponine und andere...

Und weil auch Heilpraktiker eine Hausapotheke haben, vermittelt der praktische Teil der Veranstaltung, wie man sehr einfach Tinkturen, Salben o.ä. herstellen kann. Last but not least besuchen wir die Kräuter, um uns auch ein Bild von unseren Heilmitteln machen zu können.

Wegerich



