

Inhaltsverzeichnis

1	Erkrankungen des Allgemeinbefindens	1
	Phytotherapie	2
	Wirkstoffe	5
	Coffein	6
	Guarana (<i>Paullinia cupana</i>)	7
	Kola (<i>Cola nitida</i> und <i>C. acuminata</i>)	8
	Mate (<i>Ilex paraguariensis</i>)	9
	Eleutheroside	10
	Taigawurzel (<i>Eleutherococcus senticosus</i>)	10
	Ginsenoside	11
	Ginseng (<i>Panax ginseng</i>)	11
2	Psychische und neurovegetative Erkrankungen	13
	Phytotherapie	14
	Verstimmungszustände, Depressionen	15
	Angststörungen und Unruhezustände	16
	Schlafstörungen	18
	Wirkstoffe	21
	Ätherische Öle	21
	Lavendel (<i>Lavandula angustifolia</i>)	22
	Melisse (<i>Melissa officinalis</i>)	23
	Flavonoide	24
	Passionsblume (<i>Passiflora incarnata</i>)	24
	Wirkstoffkomplexe	25
	Baldrian (<i>Valeriana officinalis</i>)	25
	Hopfen (<i>Lupulus strobulus</i> = <i>Humulus lupulus</i>)	28
	Johanniskraut (<i>Hypericum perforatum</i>)	29

3	Neurologische Erkrankungen	33
	Phytotherapie	34
	Demenz und Hirnleistungsstörung	34
	Tinnitus, Hörsturz	35
	Schwindelzustände (Vertigo) – Reisekrankheit (Kinetose)	37
	Kopfschmerzen und Migräne, Neuralgien	38
	Wirkstoffe	43
	Petasin	44
	Pestwurz (<i>Petasites hybridus</i>)	44
	Wirkstoffkomplexe	45
	Ginkgo (Fächerblattbaum, <i>Ginkgo biloba</i>)	46
	Ingwer (<i>Zingiber officinale</i>)	48
4	Augenkrankheiten	51
	Phytotherapie	52
	Wirkstoffe	54
	Wirkstoffkomplexe	54
	Augentrost (<i>Euphrasia officinalis</i>)	54
	Gartenraute (<i>Ruta graveolens</i>)	55
5	Erkrankungen im Mund- und Rachenraum sowie der Zähne	57
	Phytotherapie	58
	Entzündliche Prozesse	58
	Herpes labialis	59
	Mundwinkelrhagaden	59
	Zahnschmerzen	59
	Wirkstoffe	63
	Ätherische Öle	63
	Gewürznelkenbaum (<i>Syzygium aromaticum</i>)	64
	Melisse (<i>Melissa officinalis</i>)	64
	Ätherisches Öl+Gerbstoff	65
	Salbei (<i>Salvia officinalis</i>)	65

Ätherisches Öl+Harz	67
Myrrhenstrauch (Commiphora molmol und andere Arten)	67
Gerbstoffe (Tannine)	68
Ratanhia (Krameria triandra)	69
Tormentill (Potentilla erecta)	70
Wirkstoffkomplex	71
Kamille (Matricaria recutita)	72
6 Hals- Nasen-Ohren-Erkrankungen	75
Phytotherapie	76
Laryngo-Pharyngitis, Tonsillitis	76
Sinusitis	78
Otitis media, Seromukotympanon	80
Wirkstoffe	82
Flavonoide	82
Schwarzer Holunder (Sambucus nigra)	82
Senföle /Senfölylkoside	84
Kapuzinerkresse (Tropaeolum majus)	84
Meerrettich (Armoracia rusticana)	85
7 Erkrankungen der unteren Atemwege	87
Phytotherapie	88
Unproduktiver Husten	89
Produktiver Husten	90
Wirkstoffe	93
Ätherische Öle	94
Anis (Pimpinella anisum)	97
Eukalyptusöl (Eucalypti aetheroleum)	98
Bitterer Fenchel (Foeniculum vulgare)	101
Fichtennadelöl (Piceae aetheroleum)	102
Kiefernnadelöl (Pini aetheroleum)	103
Minzöl (Menthae arvensis aetheroleum)	104

Pfefferminzöl (<i>Menthae piperitae aetheroleum</i>)	106
Terpentinöl (<i>Terebinthinae aetheroleum rectificatum</i>)	108
Thymian (<i>Thymus vulgaris</i> und <i>Th. zygis</i>)	109
Ätherisches Öl, Harze und Bitterstoffe	110
Grindeliakraut (<i>Grindelia robusta</i> , <i>G. squarrosa</i> und andere Arten).	111
Alkaloide	112
Meerträubel (<i>Ephedra sinica</i> und andere Arten). . . .	112
Bitter- und Gerbstoffe, Flavon- und Flavonolglykoside . .	113
Weißer Andorn (<i>Marrubium vulgare</i>).	114
Bromelain	115
Ananas (<i>Ananas comosus</i>).	115
Kieselsäure, Schleimstoffe und Flavonoide	116
Vogelknöterich (<i>Polygonum aviculare</i>)	116
Naphthochinonderivate	117
Rundblättriger Sonnentau (<i>Drosera rotundifolia</i>) . . .	118
Saponindrogen	119
Efeu (<i>Hedera helix</i>)	120
Schlüsselblume/Primel (<i>Primula veris</i> , <i>P. eliator</i>). . . .	121
Süßholz (<i>Glycyrrhiza glabra</i> = <i>Liquiritia officinalis</i>) .	123
Schleimstoffe	124
Eibisch (<i>Althaea officinalis</i>)	125
Malve (<i>Malva sylvestris</i>)	126
Schleimstoffe, Aucubin und Gerbstoffe	127
Spitzwegerich (<i>Plantago lanceolata</i>)	127
Schleim- und Bitterstoffe, Flechtensäuren	128
Isländisches Moos (<i>Cetraria islandica</i>)	128
Schleimstoffe, Gerb- und Bitterstoffe	130
Huflattich (<i>Tussilago farfara</i>).	130
Schleimstoffe, Saponine und Aucubin	131
Königskerze (<i>Wollblume</i> , <i>Verbascum densiflorum</i> , <i>V. phlomoides</i>)	131

8	Fieberhafter Infekt	133
	Phytotherapie	134
	Wirkstoffe	137
	Salizylate und Salizyl-derivate.	137
	Spierstaude, Mädesüß (<i>Filipendula ulmaria</i> = <i>Spirea ulmaria</i>)	138
	Wirkstoffkomplexe	139
	Linde (Winterlinde, <i>Tilia cordata</i> , Sommerlinde, <i>T. platyphyllos</i>)	139
9	Rezidivierende Infekte	141
	Phytotherapie	142
	Wirkstoffe	145
	Wirkstoffkomplexe	145
	Sonnenhut (<i>Echinacea purpurea</i> , <i>E. pallida</i>)	145
10	Schilddrüsenerkrankungen	149
	Phytotherapie	150
	Wirkstoffe	152
	Wirkstoffkomplexe	152
	Herzgespann (<i>Leonurus cardiaca</i>)	152
	Wolfstrapp, Wolfsfuß (<i>Lycopus europaeus</i> , <i>L. virginicus</i>)	153
11	Herzerkrankungen	157
	Phytotherapie	158
	Funktionelle Herzbeschwerden	158
	Herzrhythmusstörungen	160
	Herzinsuffizienz	160
	Wirkstoffe	163
	Alkaloide	163

Besenginster (Cytisus scoparius = Sarotamnus scoparius)	164
Herzglykoside	165
Adonisröschen (Adonis vernalis)	165
Maiglöckchen (Convallaria majalis)	166
Meerzwiebel (Urginea maritima)	167
Oleander, Rosenlorbeer (Nerium oleander)	169
Wirkstoffkomplex (Flavonoide und Procyanidine).	170
Weißdorn (Crataegus laevigata und andere Arten)	170

12 Blutkreislauf- und arterielle Gefäßerkrankungen 173

Phytotherapie	174
Hypotonie und orthostatische Dysregulation	174
Hypertonie	175
Koronare Herzkrankheit (KHK)	176
Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)	177
Wirkstoffe	179
Ätherische Öle	180
Campher, Kampfer (Cinnamomum camphora).	180
Rosmarin (Rosmarinus officinalis)	182
Alkaloide	183
Rauwolfia (Schlangenzwurz, Rauwolfia serpentina).	184

13 Venöse Gefäßerkrankungen und Lymphabflussstörungen 187

Phytotherapie	189
Chronisch venöse Insuffizienz und Thrombophlebitis	189
Ulcus cruris varicosum	190
Hämorrhoidalleiden	191
Lymphabflussstörungen	192
Wirkstoffe	193
Cumarin	194
Steinklee (Melilotus officinalis, M. altissima)	194

Flavonoide (Farbstoffe)	195
Buchweizen (<i>Fagopyrum esculentum</i> , <i>F. sagittatum</i>)	195
Gerbstoffe (Tannine)	196
Stieleiche (<i>Quercus robur</i>)	
und Traubeneiche (<i>Q. petraea</i>)	197
Hamamelis, Virginische Zaubernuss	
(<i>Hamamelis virginiana</i>)	198
Saponine	200
Mäusedorn, Stechmyrte (<i>Ruscus aculeatus</i>)	200
Rosskastanie (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	201
14 Magen-Darm-Erkrankungen	205
Phytotherapie	206
Appetitlosigkeit	207
Dyspeptische Beschwerden	208
Gastritis, Ulkuskrankheit	210
Übelkeit, Erbrechen, krampfartige Schmerzen	211
Akute Diarrhö	213
Chronisch entzündliche Darmerkrankungen	214
Reizdarm-Syndrom	216
Obstipation	217
Wirkstoffe	218
Ätherische Öle	220
Kümmel (<i>Carum carvi</i>)	220
Pfefferminze (<i>Mentha piperita</i> var. <i>piperita</i>)	221
Anthranoide	223
Curaçao-Aloe (<i>Aloe barbadensis</i> , syn. <i>A. vera</i>)	
und Kap-Aloe (<i>Aloe capensis</i> = <i>A. ferox</i>)	224
Faulbaum (<i>Rhamnus frangula</i> = <i>Frangula alnus</i>)	226
Rhabarber (<i>Rheum palmatum</i> , <i>R. officinale</i>)	228
Sennes, Senna, Cassia senna (<i>C. angustifolia</i>)	229
Bitterstoffe	230

Aromatische Bitterstoffe (Bitterstoffe und ätherische Öle)	231
Angelikawurzel, Engelwurz (<i>Angelica archangelica</i>)	. . . 231
Benediktenkraut, Kardobenedikte	
(<i>Cnicus benedictus</i>) 232
Kalmus (<i>Acorus calamus</i>) 233
Pomeranze, Bitterorange (<i>Citrus aurantium</i>) 234
Schafgarbe (<i>Achillea millefolium</i>) 235
Wermut (<i>Artemisia absinthium</i>) 236
Reine Bitterstoffe 237
Gelber Enzian (<i>Gentiana lutea</i>) 238
Tausendgüldenkraut (<i>Centaurium erythraea</i>) 239
Gerbstoffe 240
Heidelbeere (<i>Vaccinium myrtillus</i>) 240
Glykoside 241
Uzara (<i>Xysmalobium undulatum</i>) 242
Schleimstoffe /Polysaccharide 243
Flohsamen (<i>Plantago afra</i> = <i>P. psyllium</i>),	
Indischer Flohsamen (<i>Plantago ovata</i>	
= <i>P. ispaghula</i>) 244
Leinsamen (<i>Linum usitatissimum</i>) 245

15 Erkrankungen der Gallenwege und der Leber einschließlich Fettstoffwechselstörungen 247

Phytotherapie 248
Gallenblasen- und Gallenwegserkrankungen 248
Erkrankungen der Leber und des Fettstoffwechsels 250
Wirkstoffe 252
Ätherische Öle /Farbstoffe 253
Curcuma, Gelbwurzel (<i>Curcuma longa</i>) 253
Alkaloide 254
Boldo (<i>Peumus boldus</i>) 255
Erdrauch (<i>Fumaria officinalis</i>) 256
Schöllkraut (<i>Chelidonium majus</i>) 257

Alliin	258
Knoblauch (<i>Allium sativum</i>)	258
Cynarin	260
Artischocke (<i>Cynara cardunculus</i> ssp. <i>flavescens</i> = <i>C. scolymus</i>)	260
Lecithin	262
Sojabohne (<i>Glycine max</i>)	262
Scharfstoffe	263
Galgant (<i>Alpinia officinarum</i>)	264
Silymarin	265
Mariendistel (<i>Silybum marianum</i>)	265
Wirkstoffkomplex	266
Haronga (<i>Haronga madagascariensis</i> = <i>Harungana m.</i>)	266
Löwenzahn (<i>Taraxacum officinalis</i>)	267

16 Erkrankungen der ableitenden Harnwege 269

Phytotherapie	270
Akuter Harnwegsinfekt und Rezidivprophylaxe	271
Dysurische Beschwerden und Reizblase	272
Steinprophylaxe	274
Wirkstoffe	275
Ätherische Öle	276
Liebstöckel (<i>Levisticum officinale</i>)	276
Wacholder (<i>Juniperus communis</i>)	277
Ätherisches Öl und Flavone	279
Orthosiphon, Katzenbart (<i>Orthosiphon aristatus</i>)	279
Alkaloide	280
Glockenbilsenkraut (<i>Scopolia carniolica</i>)	280
Flavonoide	281
Flavonoide, ätherisches Öl	282
Dornige Hauhechel (<i>Ononis spinosa</i>)	282
Flavonoide, Saponine und ätherisches Öl	283
Birke (<i>Betula pubescens</i> , <i>B. pendula</i>)	283

Echte Goldrute (<i>Solidago virgaurea</i>)	285
Glykoside	286
Bärentraube (<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>)	286
Kieselsäure und Flavonoide	288
Schachtelhalm (<i>Equisetum arvense</i>).	288
Mineralstoffe	290
Brennnessel (<i>Urtica dioica</i> , <i>U. urens</i>)	290
17 Erkrankungen der männlichen Geschlechtsorgane	293
Phytotherapie	294
Benigne Prostatahyperplasie (BPH)	294
Entzündliche Erkrankungen der männlichen Geschlechtsorgane	295
Potenzstörungen	296
Wirkstoffe	298
Phytosterine	298
Brennnessel (<i>Urtica dioica</i> , <i>U. urens</i>)	299
Hypoxis (<i>Hypoxis rooperi</i>).	300
Kürbis (<i>Cucurbita pepo</i> und andere Arten, insbesondere <i>C. pepo</i> convar. <i>pepo</i> Varietät <i>styriaca</i> = Steirischer Ölkürbis)	301
Roggenpollen (<i>Pollinis ex secale cereale</i>)	302
Sägepalme (<i>Sabal serrulata</i> = <i>Serenoa repens</i>)	303
18 Erkrankungen der weiblichen Geschlechtsorgane 305	
Phytotherapie	306
Menstruationsstörungen (Blutung/Rhythmus).	306
Prämenstruelles Syndrom (PMS) und Dysmenorrhö . . .	307
Endometriose	309
Klimakterisches Syndrom	310
Entzündliche Erkrankungen	311
Unerfüllter Kinderwunsch	313

Erkrankungen der Brustdrüse	314
Wirkstoffe	316
Östrogenrezeptor-modulierende Wirkstoffe (SERM) . . .	317
Traubensilberkerze (<i>Cimicifuga racemosa</i>)	317
Wirkstoffkomplexe	318
Gänsefingerkraut (<i>Potentilla anserina</i>)	319
Hirtentäschel (<i>Capsella bursa-pastoris</i>)	320
Keuschlamm, Mönchspfeffer (<i>Vitex agnus-castus</i>). . .	321
Taubnessel (<i>Lamium album</i>)	322
19 Rheumatische Erkrankungen und Schmerzsyndrome	325
Phytotherapie	326
Wirkstoffe	330
Allantoin	331
Beinwell (<i>Symphytum officinalis</i>)	331
Bitterstoffe	332
Teufelskralle (<i>Harpagophytum zeyheri</i> , <i>H. procumbens</i>)	332
Boswelliasäuren	334
Indischer Weihrauch (<i>Boswellia serrata</i>)	334
Salizylate und Salizyl-derivate	335
Zitterpappel (<i>Populus tremula</i>)	335
Weide (<i>Salix alba</i> u.a.)	336
Scharfstoffe	337
Cayennepfeffer (<i>Chili, Capsicum acer</i>) Spanischer Pfeffer, Paprika (<i>C. annuum</i>)	338
Wirkstoffkomplexe	339
Heublumen (<i>Graminis flos</i>)	339
20 Hauterkrankungen und -verletzungen	341
Phytotherapie	342
Acne vulgaris, Furunkel, Follikulitis	342

Herpes simplex, Verrucae, Kondylome	344
Dermatitis, Ekzem	345
Neurodermitis (endogenes Ekzem)	346
Psoriasis vulgaris	348
Hautverletzungen und Wunden	349
Wirkstoffe	352
Alkaloide	353
Mahonie (<i>Mahonia aquifolium</i>)	353
Fettsäuren	354
Borretsch (<i>Borago officinalis</i>)	354
Nachtkerze (<i>Oenothera biennis</i>)	355
Lignane	356
Fußblatt, Maiapfel (<i>Podophyllum peltatum</i>)	356
Wirkstoffkomplexe	358
Arnika, Bergwohlverleih (<i>Arnica montana</i>)	358
Ballonrebe (<i>Cardiospermum halicacabum</i>)	360
Bittersüßer Nachtschatten (<i>Solanum dulcamara</i>)	361
Johanniskraut (<i>Hypericum perforatum</i>)	362
Ringelblume (<i>Calendula officinalis</i>)	363
Stiefmütterchen (<i>Viola tricolor</i>)	364
21 Onkologische Erkrankungen	367
Phytotherapie	368
Wirkstoffe	371
Mistel (<i>Viscum album</i>)	371
22 Erkrankungen im Kindesalter	375
Phytotherapie	376
Psychische und neurovegetative Erkrankungen (Kap. 2)	378
Neurologische Erkrankungen (Kap. 3)	379
Erkrankungen in Mund- und Rachenraum sowie der Zähne (Kap. 5)	380
Hals- Nasen-Ohren-Erkrankungen (Kap. 6)	381

Erkrankungen der unteren Atemwege (Kap. 7)	
sowie Fieberhafter Infekt (Kap. 8)	382
Magen-Darm-Erkrankungen (Kap. 14)	383
Erkrankungen der ableitenden Harnwege (Kap. 16)	384
Hauterkrankungen (Kap. 20)	385
Anhang	387
Teemischungen	388
Tee bei Schlafstörungen	388
Beruhigungstee I	388
Hustentee (eher reizlindernd)	389
Brusttee	389
Hustentee (eher auswurfördernd)	390
Hustentee I.	390
Tee bei grippalem Infekt	391
Erkältungstee	391
Tee bei Appetitlosigkeit	392
Magentee II	392
Tee bei dyspeptischen Beschwerden	393
Magen- und Darmtee VI	393
Tee bei akutem Harnwegsinfekt	394
Blasen- und Nierentee II	394
Literatur und Adressen	395
Literatur und Adressen	396
Bücher	396
Zeitschriften	396
Internetadressen	397
Präparateverzeichnis	400
Stichwortverzeichnis	404