

# Heilpflanzen

---

Arbeitsmaterialien in Theorie und Praxis für Lehrer,  
Kursleiter und Dozenten

1996, 33 Seiten DIN A4



## **Inhaltsverzeichnis**

Das Thema Heilpflanzen  
Heilpflanzen im Spiegel der Zeit  
Einteilung der Heilpflanzen  
Phytotherapie  
Andere Therapieformen auf  
Heilpflanzenbasis  
Bedeutung der Heilpflanzen  
Darreichungsformen  
Eigenherstellung oder Fertigpräparate  
Heilpflanzen selbst gesammelt  
Mit Stumpf und Stiel  
Die Wirkstoffe der Heilpflanzen  
Literatur  
Ratgeberliteratur  
Adressen  
Lernziele  
Verlaufsplanung

## **Arbeitsblätter**

Heilpflanzenquiz  
Ordnen Sie die Begriffe zu  
Heilpflanzen-Rätsel  
Für ein lückenloses ...

## **Informationsblätter**

Wissenwertes über Heilpflanzen

## **Overheadfolien**

Heilpflanzen - für wen?  
Heilpflanzen-Therapieformen  
Die Bedeutung des Wortes Droge  
Das Wirkungsspektrum der Heilpflanzen  
Heilwirkung  
Selbstbehandlung  
Kleinere Krankheiten, die selbst  
behandelt werden können  
Heilpflanzenpräparate  
Hinweise zum Sammeln von  
Heilpflanzen  
Pflanzenteile  
Wirkstoffe

## ● Aus dem Inhalt:

### **Das Thema Heilpflanzen**

Mit diesem Heft soll ein allgemeiner Überblick über den Themenkomplex Heilpflanzen gegeben werden. Diese Einführung ist thematisch weit gefächert und geht nur punktuell in die Tiefe. Einige hier nur angerissene Punkte werden in anderen Heften dieser Reihe zum Thema Heilpflanzen genauer beschrieben.

Heilpflanzen besitzen Wirkstoffe, die zur Linderung und vielleicht auch Heilung von Krankheiten beitragen können. Das Spektrum der Heilpflanzen umfasst dabei sowohl stark wirksame Arzneipflanzen wie den Roten Fingerhut mit dem schon in geringen Dosen wirksamen Digitalis und geht bis zu "schwach" wirksamen Heilpflanzen wie der Pfefferminze.

Es wird geschätzt, daß mindestens 50.000 Pflanzen auf dieser Welt als Heilpflanzen von Interesse sind. In der Literatur sind ca. 12.000 Pflanzen mit pharmazeutischer Wirkung beschrieben, davon sind aber höchstens 5.000 bis zu einem gewissen Grad erforscht.

### **Heilpflanzen im Spiegel der Zeit**

Schon sehr früh hat sich der Mensch der heilenden Kraft der Natur bedient. Im Laufe der Zeit hat sich das Wissen über die passende Heilpflanze für die entsprechende Krankheit erweitert. Dies geschah häufig nach einem riesigen Versuch und Irrtum-Prinzip. Aber auch eine gewisse Hellsehigkeit an Wissen über die Natur sowie Intuition haben eine Rolle gespielt. Forschungen an Menschenaffen haben sogar gezeigt, daß unsere nächsten Verwandten, um sich zu kurieren, spezielle Pflanzen suchen, die nicht auf ihrem normalen Speisezettel stehen. Die Kenntnisse über die Heilwirkung von Mineralien, Pflanzen und tierischen Produkten wurde in allen Völkern über Generationen gesammelt, ergänzt, bewahrt und mündlich, später auch schriftlich weitergegeben.



Noch heute ist der Äskulapstab das Symbol des Ärztestandes. Auch Hippokrates, ein äskulapischer Heilkundiger, verabreichte pflanzliche Auszüge zur Förderung der Selbstheilungskräfte des Menschen. Die heute noch bestehende Bedeutung des Hippokrates für die Medizin kommt im Eid des Hippokrates zum Ausdruck, die Grundlage der Ethik praktizierender Ärzte.

Im letzten Jahrhundert nahm die Bedeutung der Pflanzenheilkunde allerdings ab. Bedingt durch Fortschritte in der Chemie und der Möglichkeit, synthetische Arzneimittel herzustellen, wurde die herkömmliche Verwendung der Heilpflanzen in den Hintergrund gedrängt.

Erst in letzter Zeit hat die Bedeutung der Heilpflanzen als Arzneimittel wieder zugenommen. Als Ursache dafür wird, neben der Änderung der grundlegenden Einstellung zu natürlichen Produkten, der große Fortschritt der Pharmazie gerade auf diesem Gebiet genannt.

[...]