

Kräuterwanderungen

von Lieselotte Schindele entfallen für das **zweite Halbjahr 2019**.
Frau Schindele wird erst wieder im
ersten Halbjahr 2020 Termine und Themen
anbieten.

Unserer »Kräuterliesl« **Lieselotte Schindele** bietet
Ihnen 2020 wieder Führungen von April bis September mit
Kostproben und Rezepten an.



PFLANZENHEILKUNDE (PHYTOTHERAPIE) ...

befasst sich mit der Anwendung pflanzlicher Mittel zur Vorbeugung oder
Behandlung von Krankheiten. Die moderne Phytotherapie wurzelt in den
Erfahrungen unserer Vorfahren, ist jedoch naturwissenschaftlich
orientiert, und zwischenzeitlich sind viele Pflanzen hinsichtlich ihrer
Anwendungsmöglichkeiten gut untersucht.

**„[...] ich möchte nur wünschen, dass alle Menschen die
Kräuter wieder mehr zu Ehren kommen ließen. In ihnen ist ja
soviel Heilkraft, und unsere Voreltern haben ihre Gesundheit
durch die Kräuter erhalten und wieder erlangt [...].“**
(S. KNEIPP)

Pflanzen sind wichtige Helfer bei Alltagsbeschwerden sowie bei der
Behandlung von Krankheiten. Sie können dazu beitragen, bestimmte
chemische Medikamente einzusparen bzw. in ihrer Dosis zu verringern
oder sogar zu ersetzen (z. B. Schlaf- und Beruhigungs-, Verdauungs-
oder Schmerzmittel).

Die Phytotherapie erhebt jedoch nicht den Anspruch, chemisch-syntheti-
sche Medikamente völlig zu ersetzen, sondern sie versteht sich vor
allem als wertvolle Ergänzung bei geeigneten Anwendungsbereichen.
Keinesfalls jedoch dürfen bestimmte lebensnotwendige Arzneimittel wie
Insulin oder Schilddrüsenhormone durch Heilpflanzenwirkstoffe ersetzt
werden.