



## Phytotherapie /Pflanzenheilkunde

---

Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) ist die Anwendung von Heil- bzw. Arzneipflanzen beim kranken Menschen. Sie ist aus der alten Kräuterheilkunde hervorgegangen, die erstmals bei Imhotep, einem ägyptischen Priesterarzt, Erwähnung findet. Weitere berühmte Anwender waren Galen, der Leibarzt des römischen Kaisers Marc Aurel, sowie Paracelsus und die Heilige Äbtissin Hildegard von Bingen. Über die vielen Kräuterheilkundigen des Mittelalters wurde Phytotherapie, trotz des aktuellen Aufschwungs der Chemie, bis in unsere heutige Zeit überliefert und besonders von HeilpraktikerInnen erhalten und weiterentwickelt.

Die Pflanzenheilkunde nutzt den reinen Pflanzenauszug, z.B. aus Blättern, Blüten oder dem Wurzelstock und auch aus der gesamten Arzneipflanze. Sie ist nicht zu verwechseln mit Homöopathie, bei der u.a. auch Pflanzen eingesetzt werden, jedoch in einer anderen Aufbereitungsform.

Es gibt Pflanzen mit einer stärkeren oder sanfteren Heilwirkung, was besagt, dass sie nicht sorglos, sondern teilweise mit großer Vorsicht anzuwenden sind. Selbst die klassischen Mittel wie Kamille, Pfefferminze oder Brennnessel, die bei vielen Krankheitsbildern eine große Heilwirkung haben, dürfen nicht ständig genossen werden.

Die pflanzlichen Heilmittel sind heute größtenteils in Form von fertigen Mischungen als Tropfen, Tabletten, Salben, Tinkturen und Öl verfügbar. Ich kann Ihnen auch eine individuell auf Ihr Beschwerdebild abgestimmte Teemischung aus verschiedenen Kräutern zusammenstellen, wodurch häufig noch bessere Heilerfolge erzielt werden.