

Unsere Heilpflanzen



Ein Klassiker der Phytotherapieliteratur, das unscheinbare Büchlein von Hans Flück, wurde durch die Umweltwissenschaftlerin Maja Dal Cero erfolgreich überarbeitet und in ein modernes Layout gebracht. Die Kapiteleinteilung entsprechend den natürlichen Standorten der beschriebenen Pflanzen, z. B. Wegerand, Wald, Acker oder Garten, gliedern das Buch übersichtlich und einladend. In den einzelnen Porträts wiederum findet der interessierte Leser viel Wissenswertes über Aussehen, Wirkstoffe und die Anwendung als Heilpflanzen. Farbfotos und die Originalzeichnungen aus dem «alten Flück» runden die Informationen ab. Zusätzlich erfährt man, wie die Pflanzen in früherer Zeit in der Volksmedizin angewendet wurden, informativ untermalt durch historische Zitate aus bekannten Kräuterbüchern.

Zu Beginn der Lektüre wird dem Leser in den einführenden Kapiteln allgemeines Wissen über die Phytotherapie vermittelt, so wird über Wirkstoffe, das

Sammeln und Ernten und die Verarbeitung und Anwendung von Phytotherapeutika geschrieben. Dabei kommt eine wissenschaftliche, gut verständliche Sprache zur Anwendung.

Ebenfalls im einleitenden Teil erzählt die Autorin in einem etwas knapp gehaltenen Abriss die Geschichte der Pflanzenheilkunde und bringt dem Leser das Wissen über den Wandel der traditionellen Kräuterheilkunde zur modernen Phytotherapie unserer Zeit näher.

«Unsere Heilpflanzen» ist ein gelungenes, handliches Werk, das den interessierten Laien wie auch den erfahrenen Phytotherapeuten ansprechen wird und seinen Platz in der modernen Literatur der Pflanzenheilkunde sicher haben wird.

Dr. med. dipl. pharm. Paul Gfeller, Hamburg