

PHYTOTHERAPIE

WOHLBEFINDEN AUS DER NATUR

Informationen und
praktische Tipps
zu Heilpflanzen

Mit einem Vorwort von
Gräfin Bettina Bernadotte



Klinik für Tumorbiologie
Tumor Biology Center
Freiburg im Breisgau

Über das Buch

Ziel des Buches ist es, zu zeigen, wie mit Phytotherapie das Wohlbefinden gefördert werden kann. Der Inhalt der einzelnen Beiträge basiert auf dem Know-How erfahrener Gesundheits- und Krankenpflegerinnen der Klinik für Tumorbiologie, die seit vielen Jahren erfolgreich natürliche Mittel anwenden. Das Buch möchte fundierte Informationen zur Gesundheitsförderung so präsentieren, dass die Leserinnen und Leser ihr Wissen über Phytotherapeutika sachkundig erweitern können und Lust bekommen, die Wirkung der einen oder anderen Heilpflanze selbst auszuprobieren.

PHYTOTHERAPIE WOHLBEFINDEN AUS DER NATUR

Informationen und praktische
Tipps zu Heilpflanzen

1. Auflage

Herausgeber

Klinik für Tumorbiologie

80 Seiten, 12,95 EUR

ISBN 978-3-00-03291-8

Zitat aus dem Vorwort

„...Ich freue mich sehr über dieses Buch, weil es ein Wissen festhält und verbreitet, das in unserer Gesellschaft zu sehr in Vergessenheit geraten ist. Sei es zur Freude, zum Wohlfühlen oder zur Heilung, die Natur und die Pflanzen sind ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens und können uns viel Kraft und Freude schenken!“

*Bettina Gräfin Bernadotte af Wisborg
Geschäftsführerin der Mainau GmbH*

**IM KLINIK-SHOP
ERHÄLTlich!**

Rosenblütentee

250 ml Wasser zum Kochen bringen und einige Minuten abkühlen lassen. Anschließend eine Hand voll getrocknete Blütenblätter von einer ungespritzten Rose damit übergießen und 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Rosenblütentee kann nicht nur getrunken werden, er dient auch als adstringierendes Gesichtswasser für alle Hauttypen.

●●● Rose – die Königin des Gartens

Nicht umsonst wird die Rose (lat. Rosa) auch Königin der Blumen genannt. Ihre Heilkraft ist seit Jahrtausenden bekannt. Zur Gewinnung des ätherischen Öls dienen bis heute ausschließlich alte, buschig wachsende, meist rosablühende Sorten, zum Beispiel Rosa centifolia, Rosa damascena und Rosa gallica.

Die Wirkung des naturbelassenen (gemühen) Rosenöls ist so mild, dass es verwendet sogar in der Säuglingspflege verwendet wird. Große Bedeutung kommt dem Rosenblütenöl in der palliativen Pflege zu. An erster Stelle seien die harmonisierenden, herz- und nervenstärkenden und beruhigenden Eigenschaften genannt. Auch bei Schlafstörungen kommt Rosenöl in der Duftlampe, als Einreibung oder als Ölauflage zum Einsatz.

Die desinfizierenden, entzündungshemmenden, wundheilenden und hautregenerierenden Eigenschaften haben den Rosenduft in die moderne Wundbehandlung zurück gebracht. Bei der Behandlung von entzündeter Mundschleimhaut sind die milden Zubereitungen mit Rosenblüten sehr effektiv. Auch bei Pilzkrankungen haben

sich Präparate mit ätherischem Rosenblütenöl wegen der antimykotischen und immunstimulierenden Wirkung bewährt.

Die Früchte der Rose, die Hagebutten, enthalten Vitamin C, Anthocyanine, Carotinoide (pflanzliche Farbstoffe) und Antioxidantien. Sie steigern die körpereigenen Abwehrkräfte und regen den Stoffwechsel an. Bekannt ist der Hagebuttentee. Aus dem Kern der Hagebutten einen in den Ähren beheimateten Rosensorte (Rosa rubiginosa) wird ein wertvolles, fettes Öl gewonnen. Es kann die Wundheilungs- und Vernarbungsprozesse positiv beeinflussen und besitz fröhlicher Hautheilung vor. Die Herstellung von Rosenblütenöl und Hagebuttenkernöl ist aufwändig und teuer. Deshalb gelangen oft Fälschungen auf den Markt, die aber für medizinische Zwecke völlig ungeeignet sind, da sie zu Allergien führen und die Abwehrkräfte schwächen können.

Tipps

Für „echten“ Hagebuttentee werden 5 Teelöffel getrocknete Hagebutten 12 Stunden in 500 ml kaltem Wasser angesetzt, dann erwärmt (nicht gekocht) und anschließend abgeseiht. Auch Rosenblütentee ist ein Genuss. Frische, ungespritzte Rosenblüten sind zudem essbar. Über den Salat gestreut, machen sie diesen optisch und kulinarisch zu einem besonderen Erlebnis.



Zu bestellen unter Telefon 0761 206-1220,
pdir@tumorbio.uni-freiburg.de oder
Klinik für Tumorbiologie, Pflegedirektion
Breisacher Straße 117, 79106 Freiburg



Bestellformular

An die
Klinik für Tumorbiologie
Pflegedirektion
Breisacher Str. 117
79106 Freiburg

Phytotherapie

Wohlbefinden aus der Natur - Informationen und praktische Tipps zu Heilpflanzen

Hiermit bestelle ich verbindlich 1 Exemplar des Buches „**Phytotherapie - Wohlbefinden aus der Natur, Informationen und praktische Tipps zu Heilpflanzen**“ zum Preis von 12,95 Euro zzgl. Versandkosten.

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen:

Name:

Adresse:

Datum, Unterschrift
