

## Inhalt

1. Einführung
2. Von der Kräuterkunde zur modernen Phytotherapie
3. Heilpflanzenanbau – Arzneidroge als Handelsware
  - 3.1. Von der Pflanze zur Droge
  - 3.2. Arzneidroge – eine kleine Warenkunde
4. Pflanzenwirkstoffe und Arzneigewinnung
  - 4.1. Wirkstoffe und Wirkungen
  - 4.2. Gewinnung pflanzlicher Arzneimittel
5. Heilpflanzen in Einzelporträts
  - 5.1. Echte Kamille (*Matricaria chamomilla*)
  - 5.2. Pfefferminze (*Mentha x piperita*)
  - 5.3. Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*)
  - 5.4. Kümmel (*Carum carvi*)
  - 5.5. Blutwurz (*Potentilla erecta*)
  - 5.6. Gewöhnlicher Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)
  - 5.7. Knoblauch (*Allium sativum*)
  - 5.8. Roter Fingerhut (*Digitalis purpurea*)
  - 5.9. Weißdorn (*Crataegus*)
  - 5.10. Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)
  - 5.11. Echtes Johanniskraut (*Hypericum perforatum*)
  - 5.12. Arzneibaldrian (*Valeriana officinalis*)
  - 5.13. Hopfen (*Humulus lupulus*)
  - 5.14. Große Brennessel (*Urtica dioica*)
  - 5.15. Echte Ringelblume (*Calendula officinalis*)
  - 5.16. Arnika (*Arnica montana*)
  - 5.17. Echter Beinwell (*Symphytum officinale*)
6. Heilpflanzen in ihren Lebensräumen
  - 6.1. Wälder und Gebüsche
  - 6.2. Wiesen und Weiden
  - 6.3. Moore, Ufer und Gewässer
  - 6.4. Wildkräuter in Äckern, Gärten und an Ruderalstellen
7. Heilkräftige Gartenpflanzen
8. Exotische Heilpflanzen
9. Bestimmen und Sammeln von Heilpflanzen
10. Literaturverzeichnis

### 1. Einführung

Dieses Heft entstand als Begleitung zu der Heilpflanzen-Sonderausstellung „Kamille, Knoblauch, Baldrian ... Arzneimittel aus der Natur“ im Museum am Löwentor. Aus Platzgründen kann nur eine Auswahl der wichtigeren Heilpflanzen dargestellt werden. Es wurde versucht, alle wesentlichen Anwendungsbereiche und Wirkstoffgruppen zu berücksichtigen.

Ergänzend sind einige Kapitel besonderen Gebieten gewidmet, so der Geschichte der Heilpflanzenkunde, den Wirkstoffen, der Gewinnung von Arzneimitteln aus den Pflanzen, der Bedeutung pflanzlicher Drogen und dem Vorkommen von Heilpflanzen in den verschiedenen Lebensräumen. Hinweise zum selbständigen Bestimmen und Sammeln von Heilpflanzen schließen das Heft ab. Genaue Kenntnisse der Heilpflanzen, die man selbst sammeln möchte, sind unerlässlich, wenn man keine gesundheitlichen Gefahren in Kauf nehmen will. Verbreitung von Artenkenntnissen als Voraussetzung für eine weitergehende Beschäftigung ist eine der öffentlich wirksamen Aufgaben von Naturkundemuseen. In diesem Heft und in der Sonderausstellung ist diese Aufgabe speziell auf den Bereich der Heilpflanzen ausgerichtet.

Die Pflanzenheilkunde oder Phytotherapie erfreut sich in letzter Zeit einer zunehmenden Beliebtheit. Die Ursachen dürften vielschichtig sein. Das Bewußtsein der Gefährdung unserer natürlichen Umwelt und damit auch des Menschen selbst hat zugenommen. Erkenntnisse über die nicht immer harmlosen Nebenwirkungen synthetischer Arzneimittel kommen hinzu. Aber man muß davor warnen, pflanzliche Arzneimittel grundsätzlich für harmlos zu halten. Auch bei pflanzlichen Arzneimitteln kommt es sehr auf die Dosierung und Dauer der Anwendung an.