## Praxishandbuch FRAUEN KRAUFR

Mit vielen Rezepten und praktischen Heilpflanzen-Anwendungen

## Inhaltsverzeichnis

9	Vorwort	44	Beinwell	77	Gänseblümchen
		45	Benediktenkraut	78	Gänsefingerkraut
		46	Berberitze	79	Geißraute
10	Frauenkräuter einst	48	Bertram	80	Gelbwurz
	und heute	49	Besenginster	82	Ginseng
15	Hormonartig wirkende	50	Bilsenkraut	83	Goldrute
	Frauenkräuter und	51	Bingelkraut	85	Granatapfel
	Pflanzeninhaltsstoffe	53	Birke	86	Grüntee
20	Einmaleins der	54	Blasentang	87	Gundelrebe
	Pflanzeninhaltsstoffe	55	Blutwurz		
25	Arzneipflanzen und	56	Blutwurz, Kanadische	88	Hafer
	Pflanzenwirkstoffe in der	57	Brennnessel	89	Hamamelis
	Schwangerschaft			90	Herzgespann
26	Pflanzen mit abortivem,	59	Cistrose	91	Himbeere
	embryotoxischem oder			92	Hirtentäschelkraut
	mutagenem Potenzial	60	Dachwurz	94	Holunder
28	Frauenkräuterarzneien	61	Damiana	95	Hopfen
	im Überblick				
		63	Eberraute	96	Ingwer
		64	Efeu		
31	Frauenkräuter	65	Eiche	98	Johanniskraut
	von A bis Z	66	Einhornwurzel		
		68	Eisenkraut	99	Kaffeestrauch
32	Alant	69	Erdrauch	101	Kamille
33	Aloe vera			102	Kapuzinerkresse
34	Angelika	70	Färberginster	104	Keimzumpe
35	Apfelbaum	71	Fenchel	105	Kermesbeere
36	Arnika	72	Frauenhaarfarn	106	Knoblauch
		74	Frauenmantel	108	Koloquinte
38	Bärentraube	76	Frauenwurzel	109	Koriander
39	Bärwurz			110	Krallendorn
40	Basilikum			111	Küchenschelle
42	Baumwolle			113	Kümmel
43	Beifuß			114	Kurkuma

115	Labkraut	152	Rose	191	Veilchen	
116	Lavendel	154	Rosenwurz			
118	Lebensbaum	155	Rosmarin	192	Walnuss	
119	Lein	156	Rotklee	194	Weidenröschen	
120	Liebstöckel			195	Wermut	
122	Löwenzahn	158	Safran	197	Wiesenknopf	
123	Madonnenlilie	160	Salbei	198	Wolfstrapp	
124	Majoran	162	Salomonssiegel			
126	Mariendistel	163	Sanddorn	199	Yamswurz	
127	Melisse	164	Sanikel			
129	Mistel	165	Schafgarbe	200	Zimt	
131	Mönchspfeffer	167	Schierling	202	Zinnkraut	
132	Muskatellersalbei	168	Schlüsselblume			
134	Mutterkraut	169	Schneeball			
136	Mutterkümmel	170	Schöllkraut	Anha	nhang	
137	Myrrhe	172	Schwarzkümmel			
		173	Shatavari	204	Zum Umgang mit den	
138	Nachtkerze	174	Silberkerze		Rezepten	
		177	Soja	207	Quellen und	
139	Odermennig	178	Steinklee		Literaturverzeichnis	
141	Orthosiphon	180	Steinsame	221	Adressen und	
		181	Stiefmütterchen		Bezugsquellen	
142	Petersilie	182	Storchschnabel	223	Indikationsverzeichnis	
143	Pfefferminze	183	Süßholz	229	Stichwortverzeichnis	
145	Pfingstrose					
146	Poleiminze	185	Taigawurzel			
147	Preiselbeere	186	Taubnessel			
		187	Teebaum			
148	Rainfarn	188	Thymian			
149	Raute	190	Tigerlilie			
150	Rhapontikrhabarber					
151	Ringelblume					