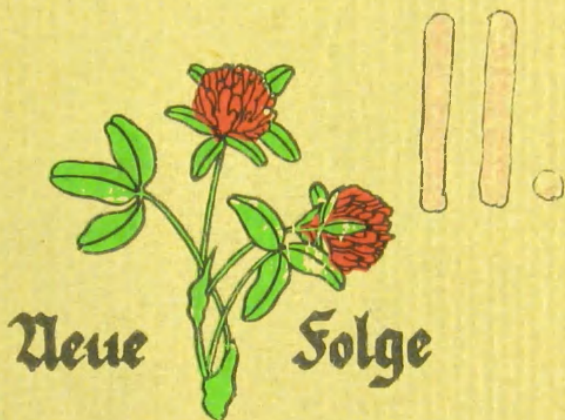


Dinard Taschenbuch der Heilpflanzen



Neue

Folge

Taschenbuch der Heilpflanzen

Ein praktischer Ratgeber für jedermann.

◆ Neue Folge ◆

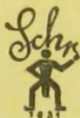
Enthaltend eine Beschreibung von über 90 der gebräuchlichsten Heilpflanzen, eine Auswahl bewährter Rezepte, eine genaue Anleitung zum Sammeln der Pflanzen, nebst einem ausführlichen Verzeichnis der häufigsten Krankheiten unter Angabe der dagegen anzuwendenden Mittel.

Von **A. P. Dinand,**

früherer Geschäftsführer und Schriftleiter des „Kneipp-Bundes“,
Bad Wörishofen.

63 Pflanzenabbildungen auf 40 feinen Farbendrucktafeln und
142 Seiten Text.

D r i t t e A u f l a g e .



Verlag von **J. F. Schreiber**, Eßlingen und München.

Vorwort zur ersten bis dritten Auflage.

Seit Herausgabe meines „Taschenbuch der Heilpflanzen“ sind mir seitens der Besitzer dieses Buches zahlreiche Anfragen zugegangen, warum diese oder jene Heilpflanze keine Ausnahme gefunden habe. Es ist leider unmöglich, alle guten Heilpflanzen in einem Bande zu vereinigen, wenn nicht der Umfang eines solchen die Handlichkeit beeinträchtigen soll.

Wenn ich jetzt hiermit ein zweites Bändchen* mit anderen Heilpflanzen herausgebe, so ist hiersfür nicht nur der Wunsch meiner Gesinnungsgenossen und Freunde maßgebend gewesen, sondern ganz besonders der Grund, daß es noch zahlreiche hervorragende Heilpflanzen gibt, die es wert sind, in Krankheitsfällen Verwendung zu finden. Ich habe deshalb die wertvollsten von diesen ausgewählt und übergebe hiermit diese Arbeit der Öffentlichkeit mit dem Wunsche, daß sie Segen stiften möge.

Im Herbst 1926.

Dezember 1935.

August Paul Dinand.

* Wer sich für umfangreichere Werke über Heilpflanzen interessiert, dem seien empfohlen: Dinand, Handbuch der Heilpflanzenkunde, 25 Farbendrucktafeln und 300 Seiten Text, in Lexikonformat, 2. Aufl. in Halbheinen gebd. Rm. 11.25 und Vösch, Kräuterbuch, 86 Farbendrucktafeln und 246 Seiten Text in Lexikonformat, 6. Aufl., in Halbheinen gebd. Rm. 13.50.
Verlag von J. F. Schreiber, Eßlingen und München.

Inhalts-Übersicht.

Seite

I. Beschreibung der in diesem Buche behandelten Heilpflanzen nebst Angabe ihrer Verwendung. Genaues deutsches und lateinisches (botanisches) Namenverzeichnis	1—96
f. S. 124 b;w. 157.	
II. Eine Auswahl bewährter Rezepte	97—109
(nach Krankheiten geordnet)	
III. Blüte- und Sammelkalender	109—116
Zehn Gebote für Pflanzensammler	116
IV. Verzeichnis der häufigsten Krankheiten unter Angabe der dagegen anzuwendenden Heil- bzw. Linderungsmittel	117—122
Verzeichnis der beschriebenen Pflanzen	
A. Deutsche Namen	123
B. Lateinische Namen	126
Inhaltsangabe des 1. Bandes	129
Verzeichnis der im 1. Band beschriebenen und abgebildeten Pflanzen	132—137

Flüssigkeitstabelle.

50 ccm = $\frac{1}{20}$ l, 60 ccm = etwas mehr als $\frac{1}{20}$ l,
100 ccm = $\frac{1}{10}$ l, 125 ccm = $\frac{1}{8}$ l, 150 ccm = etwas
weniger als $\frac{1}{7}$ l, 160 ccm = etwas mehr als $\frac{1}{7}$ l,
180 ccm = etwas weniger als $\frac{1}{6}$ l, 200 ccm = $\frac{1}{5}$ l,
220 ccm = etwas mehr als $\frac{1}{5}$ l, 240 ccm = etwas
weniger als $\frac{1}{4}$ l, 250 ccm = $\frac{1}{4}$ l, 300 ccm = $\frac{3}{10}$ l,
360 ccm = ca. $\frac{1}{3}$ l, 600 ccm = $\frac{3}{10}$ l.

Die Maße brauchen nicht ängstlich eingehalten zu werden, denn etwas mehr oder weniger Wasserzusatz spielt keine Rolle. Die Hauptsache ist, daß sie annähernd stimmen.

I. Teil: Beschreibung der Pflanzen.

Abbiß. *Succisa pratensis* Mch.

Teufelsabbiß.

Der Wurzelstock dieser Pflanze ist kurz, wie abgebissen. Der Stengel wird 30—80 cm hoch; aufsteigend, rauhaarig. Die unteren Blätter sind eiförmig-länglich, in den Stiel verschmälert, die oberen sind ganzrandig.

Auf feuchten Wiesen, in Gebüsch.

Blüte (Juli—September): trüb dunkelblau, seltener weißlich.

S.-Z. (Wurzel mit Kraut): September, Oktober.

1. Den Tee (Abkochung von 15—20 g Wurzel mit $\frac{1}{2}$ l Wasser) verwendet man gegen Leberkrankheiten, Epilepsie, Wassersucht, Hautkrankheiten, Husten, Asthma, Seitenstechen und Weißfluß, in manchen Gegenden auch gegen Durchfall.

Bei Fallsucht (Epilepsie) und Gebärmerterschmerzen wird empfohlen, einen Absud von eine Handvoll Kraut und eine halbe Handvoll Wurzeln in 1 l Wasser $\frac{1}{4}$ Stunde zu kochen und nach Abfiltrieren nach Belieben zu trinken.

Eine andere Vorschrift lautet: zwei Handvoll Kraut mit Wurzeln werden in 2 l Wasser $\frac{1}{4}$ Stunde gekocht, dann durchgeseiht. Diese Abkochung ist tagsüber zu trinken gegen Epilepsie, Hautausschlag, Husten und Gebärmerterschmerzen.

2. Die Tinktur bereitet man aus einer Handvoll Wurzeln mit $\frac{1}{2}$ l Kornbranntwein durch Stehenlassen über Nacht, dann abseihen. Sie soll appetitreizend, verdauungsfördernd und magenstärkend wirken, auch Gebärmerterschmerzen vertreiben. Täglich 3mal 1 Eßlöffel voll zu nehmen.

3. Außerlich wird der Absud zu Umschlägen bei Masern und Nesselsieber (in letzterem Falle besser Einreiben mit Zitronenstückchen) und entzündeten Augen empfohlen.

4. Ein Abjud von 25 g der ganzen Pflanze mit $\frac{1}{2}$ l Wasser soll ein gutes Gurgelwasser bei bössartigen Salsgeschwüren und Zahnfleisch fein. Ich rate aber, sich nicht darauf zu verlassen.

5. Wenn man abgefottenes Abbißkrautwasser mit etwas Rosenhonig vermischt, erhält man ein gutes Gurgelwasser gegen Mund- und Salsgeschwüre.

Angelika. *Archangelica officinalis* Hoffm. Tafel 1.

Edle Angelika, Brustwurz, Engelswurz.

Die $\frac{1}{2}$ —2 m hohe Pflanze hat einen dicken, hohlen, etwas bereiften, schwach gestreiften, unterwärts meist rötlichen Stengel. Die Blätter sind doppelt-, unterwärts oft dreifach gefiedert, mit runden, dicken, hohlen Stielen. Die Blättchen sind eiförmig bis lanzettlich, ungleich gefägt, das endständige 3-, die seitenständigen meist 2-lappig. Die Blattscheiden sind groß, bauchig, aufgeblasen, mehligweichhaarig.

An Ufern, in Berg- und Gebirgsschluchten, feuchten Gebüschen, Wiesen, Gräben. Zerstreut.

Blüte (Juni—Juli): grünlich- oder gelblichweiße Dolden (b). Die Frucht (c) ist plattgedrückt, groß, gelblichweiß, geflügelt.

S.=Z. (Wurzel mit Wurzelstock (a) und Seitenwurzeln von zweijährigen Pflanzen): September—Oktober.

Die Angelika enthält Gummiharz, ätherisches Del, Inulin, bitteren Extraktivstoff und wirkt kräftig und flüchtig erregend, absondernd auf Schweiß und Urin, blutreinigend, magenstärkend, blähungtreibend und das Nervensystem anregend.

1. Der Tee (Abjud der Wurzel oder Wurzel und Samen oder der Stengel: 10—15 g auf $\frac{1}{2}$ l Wasser) hat eine ausgezeichnete Wirkung als blähungtreibendes Mittel, wirkt anregend auf die Verdauungsorgane, bei Nervenkrankheiten, Brustverschleimung, Sicht und Rheumatismus. Auch bei chronischem Hautausschlag, Hysterie, Hypochondrie, Wechselfieber, Schleimflüssen der weiblichen Geschlechtsorgane, unterdrückter Monatsregel, die von mangelhafter



Angelica,
Archangelica officinalis Hoffmann.

Hauttätigkeit herrührt, leistet der Tee gute Dienste. 3mal täglich 1 Tasse Tee.

2. Das Pulver von Wurzel, Blättern und Stengel hat die gleiche Wirkung wie der Tee. 3mal täglich 1 Teelöffel voll zu nehmen oder täglich 4—6 g in Honig oder Sirup; gegen Blähungen, Magenleiden und Brustkatarrh genügen 1—2 g.

3. Der Angelikawein. Dieser wird bereitet, indem man 50—70 g zer kleinerte Stengel oder Wurzel mit 1 l Wein übergießt und einige Tage stehen läßt, dann filtriert. Er hat die gleiche Wirkung wie der Tee oder das Pulver, doch in verstärktem Maße. Man trinkt 2mal täglich 1 Weinglas voll oder stündlich 1 Eßlöffel voll davon.

Aneipp verordnete in der Regel alle zwei Stunden 1 Eßlöffel voll.

4. Eine Mischung von Wurzel und Samen ist empfehlenswert bei Wechselfieber, allgemeiner Schwäche, Bleichsucht, Erbrechen, besonders nach dem Genuß giftiger oder verdorbener (ungesunder) Stoffe, Blähsucht, Kolik, Nervenschmerzen, besonders im Kopfe, Nervenkrankheiten, chronischer Luströhrenentzündung, Brust- und Lungenverschleimung. Man gebraucht diese Mischung als Pulver oder Tee (5—6 g Pulver oder Tee von 10 g auf 2 Tassen Wasser).

5. Angelikaspiritus dient zu Waschungen und Einreibungen bei Rheumatismus, Rückenschmerzen und Schwächezuständen.

R

1. Bei schmerzhafter Monatsregel ist zu empfehlen ein Aufguß aus einer Mischung von gleichen Teilen Engelwurz, Erdbeerblättern, Erdrauch, Heidelbeeren, Johanniskraut, Kamille, Schafgarbe und Ringelblumen. 3 mal täglich 1 Tasse Tee schluckweise zu trinken.

2. Lungen syrup. Als solcher wird empfohlen eine Mischung aus: je 3 Teilen Angelika, Wacholder und Wegerich, 2 Teilen Lungenkraut, je 1 Teil Brennesseln, Johanniskraut, Königskerze, Gundelrebe, Pfefferminze, Ehrenpreis und je $\frac{1}{2}$ Teil Anis, Fenchel, Aronblätter, Attich und Bibernellwurzel. Diese Mischung wird mit soviel Wasser übergossen, daß alles gut bedeckt ist. Dann kocht man 2 Stunden lang, feiht durch und versüßt nach Belieben mit

Zucker oder Honig. Stündlich 1—2 Eßlöffel voll zu nehmen. Dieser Tee muß längere Zeit hindurch genommen werden. (Altes Rezept!)

Apfel. *Pirus malus* L. Tafel 2, Nr. 1.

Dieser allbekannte Baum wird in der Regel 6—10 m hoch und in vielen Sorten gezogen: Johannisapfel, Vordorfer, Reinette, Kalvill usw.

1. Der **Apfeltee**. Dieser wird bereitet, indem man 3 bis 4 Äpfel gut wäscht, dann sie samt der Schale und Kernhaus in möglichst kleine Stücke zerschneidet und nun mit kochendem Wasser übergießt und 2 Stunden lang an einem warmen Orte ziehen läßt. Dann gießt man die Flüssigkeit ab, versüßt mit Zucker oder Honig und hat den Tee fertig zum Gebrauch. Er übt eine günstige Wirkung bei **Erkältungskrankheiten** aus: **Wais-** und **Bronchialkatarrh**, **Husten** und dgl. Setzt man statt Zucker oder Honig **Zitronensaft** zu, so erhält man einen **nervenstärkenden Tee**. Man kann auch **Würzkräuter** zusetzen wie **Anis**, **Pfefferminze** usw.

Einen **nervenstärkenden Apfeltee** kann man auch aus den getrockneten **Apfelschalen** bereiten. Für diesen Zweck sollen aber nur gute, fleckenreine **Apfelschalen** verwendet werden, die man in mäßiger Wärme trocknet und dann in **Blechdosen** aufhebt. Der Tee aus diesen **Apfelschalen** wirkt **nervenberuhigend** und ist ein wirksames **Heilmittel** bei **Katarrhen des Kehlkopfes** und der **Bronchien**, **Brustkatarrh** und **Heiserkeit**. Nach Belieben kann man ihn mit **Zusatz von Zitronensaft** und dgl. verwenden, auch mit **Zuckerzusatz**.

2. Der **Genuß von frischen Äpfeln** wird zur **Anregung der Tätigkeit der Leber** und **Nieren** sowie wegen des **Gehalts an Phosphorsäure** zur **Stärkung des Gehirns** warm empfohlen.

Die **Frucht** ist für die **Gesundheit** von großer **Bedeutung**. Der **Apfelgenuß** **reinhigt** und **verdünnt** das **Blut**, wirkt **appetitanregend** und **fördert** die **Verdauung**, besonders die **weinsäuren Sorten** wie **Gravensteiner**, **Reinette** und **Vordorfer**. Bei **Blutwallerungen** und **Verdickung**, **Leber-**

Verzeichniß der im I. Band beschriebenen und abgebildeten Pflanzen.

	Seite		Seite
*Polypódium vulgáre L.	41—42	Stellária média Vill.	53—54
*Pópulus nigra L.	70	*Symphytum officinále	
*Potentilla anserína L.	24—25	L.	85—86
* tormentilla			
Schrank	82—83	*Tanacétum vulgáre L.	72—73
*Prímula officináls L.	78—79	Taráxacum officinále	
*Prunus spinósa L.	36—37	Moench	65—66
Pterocárpus santáll-		*Thymus vulgáris L.	82
nus L. fil.	77	Tília grandifólla Ehrh.	64
*Pulmonária officiná-		parvifólla Ehrh.	64
lis L.	66	Trifóllium melllótus of-	
Quercus pedunculáta		ficináls L.	52
Ehrh.	39—40	*Trigonélla foenum	
*Rhamnus carthártica		graécum L.	34
L.	60—61	*Triticum repens L.	72
* frángula L.	44	*Tussilágo fáriara L.	52—53
Rosa canina L.	49	Urtica dioica L.	34—35
*Rosmarínus officináls		urens L.	35
L.	75	Vaccínium myrtillus	
*Ruta gravéolens L.	73—74	L.	49—50
*Sálvia officináls L.	76	vitis ídaea	
*Sambúcus ébulus L.	26	L.	71—72
nigra L.	51—52	*Valeriána officináls L.	27—28
*Sanguisórba officiná-		*Verbáscum thapsi-	
lis L.	90	fórme Schrader	91
*Sanícula europaéa L.	76—77	thapsus L.	91
*Sempervívum tectó-		*Verbéna officináls L.	41
rum L.	48	*Verónica officináls L.	38
*Soldágo virgo aúrea		Viola odoráta L.	83—84
L.	46—47	tricolor L.	80
		*Viscum album L.	64—69

