



«Heilpflanzen»

Waldapotheke

1. Jahrgang/1*2021

Zeitschrift

Verlag: Haug

Zeitschrift: ca. 80 Seiten, Periodika

ISSN: 2747-4410 erscheint vierteljährlich

Buchtipp/Rezension

BTS NL-Frühling 2022

von Tanya Schatzmann
Dipl. Tierhomöopathin

Vor gut einem Jahr startet der Haug Verlag mit seiner neuen Zeitschrift «**Heilpflanzen**», welche vierteljährlich erscheint.

Anfangs im Editorial: «Eine Fachzeitschrift für Heilpflanzen fehlt, also machen wir Eine!»

So entstehen neue erfrischende Produkte, das finde ich echt ein toller Ansatz der Macher*innen.

Jede Ausgabe bekommt ein Schwerpunktthema. In der Erstausgabe ist es das Thema «**Waldapotheke**». Es darf aber dann auch mal eine Heilpflanzenfamilie sein, welche von all den diversen Seiten beleuchtet wird.

Das Schema, unser Schwerpunktthema in den diversen Rubriken aus möglichst vielen Aspekten zu betrachten, bleibt in jeder Ausgabe gleich.

«**Ganz nah**» wird facettenreich ein Steckbrief z. B. der Linde vorgestellt. Im Heilpflanzenporträt gehts dann botanisch in die Tiefe. Ob mit Wissen aus der Volksmedizin oder in der Wirksamkeit der Inhaltsstoffe, – Sie kommen der Pflanze bei der Lektüre ganz nah.

In weiteren Rubriken geht es dann um «**Behandlung**», «**Perspektiven**», «**Ernährung**», «**Kurz & bündig**» und weiterführende «**Tipps**».

Hervorheben möchte ich die unter der Rubrik «**Behandlung**» aufgeführte Infografik: Hier werden grafisch, illustrativ die Inhaltsstoffe der Pflanzen vorgestellt, wie sie in unserem Körper wirken – zum besseren Verständnis und schnellem Erfassen.

In unserem Beispiel: Wie unser Körper Salicin (Weidenrindentee) in die wirksame Salicylsäure umwandelt. Kleiner Spoiler und wieder einmal mehr «mischelt» unser Darm bei dem Vorgang mit!

Auch freut es mich, einen **Artikel über Tierapotheke** von *Dr. Cécilia Brendieck-Worm* in der Rubrik «**Perspektiven**» lesen zu können. Hier erfahren wir, wie wir bei Tieren Beschwerden lindern mit Gerbstoffen, Balsamen und Propolis. Seriös wird, entsprechend der Rezeptur darauf hingewiesen den Sonderfall Katze in der Phytotherapie zu beachten. Denn Katzen vertragen vieles nicht oder dann nur sehr niedrig dosiert. Der Artikel mit seinen drei Rezepten hat mich gleich motiviert, das Rezept der Harzsalbe selber mal auszuprobieren.

Wer sich mit Heilkräutern beschäftigt, findet in dieser Fachzeitschrift sicher jedes Mal eine alte Wissensperle, ein gluschtiges Rezept zum Nachkochen, noch die eine oder andere exotische Pflanze zum Kennenlernen und viele Tipps, Inputs für unseren Praxisalltag.

Fazit: Ich kann ein Abonnement der Fachzeitschrift «Heilpflanzen» jeder «Kräuterhexe» wärmstens empfehlen!