Medizin der Bäume und Sträucher

> Essigrose (Pflanze)
Diese Wildform ist besonders robust.

Die Essigrose ist vielleicht die Schönste unter den Wildrosen. Das Farbenspiel der einfachen Blüten reicht von hellrot bis dunkelpurpur. Von Juni bis Juli verströmen sie einen betörenden Duft. In der medizinischen Verwendbarkeit steht sie der Apothekerrose, mit der sie manchmal verwechselt wird, kaum nach. Es ist eine der Stammformen der heutigen, europäischen Gartenrosen. Auch die Blütenblätter dieser Art dienten früher zur Gewinnung des kostbaren Rosenöls. Sehr robust und anspruchslos.

Hier ein mittelalterliches Rezept:
„Den Rosenessig kann man so machen: Nimm die samtroten Rosenknospen und schneide unten den weißen Stielansatz weg, gebe sie in ein Glas, gieße guten Weinessig darüber, lasse sie wohlbedeckt zwei Monate an der Sonne stehen. Will man ihn stärker haben, kann man immer wieder frische Rosenblüten hineingeben. Dieser Essig ist sehr gut gegen die Ohnmacht und Mattigkeit, wenn man daran riecht und sich damit einreibt."

> Schlehe *Prunus spinosa*
Gesammelt werden Blüten, Rinde der Wurzeln und die Früchte nach dem Ersten Frost.
Die Blüten als Tee getrunken lindern katarrhische Erkrankungen, beseitigen Hautausschläge und lösen Magenkrämpfe.
Die Gerbstoffe der Rinde färben Wolle Rot.

> Kornelkirsche, Dirndl *Cornus mas*
Auch „Olive des Nordens" genannt. Kurz vor der Reife stehende Früchte werden in Salzwasser oder gesüßtem Essigwasser eingelegt.
Getrocknet finden die Früchte bei Durchfall und Ruhr Anwendung.
Reife Früchte sind köstlich als Saft, Marmelade oder Likör.

> Eberesche *Sorbus aucuparia*
Die unreifen Früchte sind schwach giftig. In der Volksheilkunde werden die reifen, orangeroten Beeren gesammelt. Sie enthalten sehr viel Vitamin C. Man kann daraus Essig, Schnaps, Likör, Mus, Gewürzpaste uvm. Zubereiten.
Wurde als Mittel gegen Skorbut eingesetzt.
Die Beeren, als Mus eingekocht, werden als Mittel gegen Husten und Heiserkeit genossen.
- wirken blutreinigend und magenstärkend; wird gegen Gicht, Rheuma und bei Durchfall eingesetzt.
In der Tiermedizin wurden getrocknete Beeren und Blätter als wurmabtreibende Mittel für Hühner, Rinder, Esel, Ziegen und Schafe verwendet.

Verein „Theklasien" Mensch-Natur-Kultur Autor: Thekla Raffezeder Präsidentin, Permakulturistin, Akademische Expertin für Wildkräuter und Arzneipflanzen, Dipl. Hildegard v. Bingen Praktikerin, Biodiversitätsvermittlerin

> Schneeball *Viburnum opulus*
Die Früchte sind ungenießbar bis schwach giftig, ebenso gilt dies für die Rinde und Blätter.
Die Rinde, die rohen Früchte und Blätter werden aber in der Volksheilkunde verwendet.
Früher wurde aus den Beeren ein Mus bereitet das gegen Leberleiden „gute Dienste“ leistete.
Er wurde auch „Salbenbaum“ genannt, da eine „Salbe gegen Seitenstechen“bereitet wurde.
Die giftigen Bitterstoffe der sogenannten“ Herzerlmarmelade“ werden beim Kochen zerstört.
Aus den Beeren, die viel Vitamin C und Pektin enthalten, wird auch Wein, Schnaps, Kompott und Sirup hergestellt.

> Johannisbeere *Ribes nigrum*
Die Blätter als auch die Beeren gelten als wertvolles Mittel gegen Gicht, und zur Reinigung und Stärkung des Kreislaufs.

> *Birne Pyrus communis*
Birnen als Kompott oder Saft zubereitet, werden so zum Heilmittel. Reich an Mineralstoffen, organischen Säuren und Gerbstoffen.
- wirken harntreibend, desinfizierend, adstringierend
- als Diätkost bei Herz -und Kreislauferkrankungen, Blasenentzündung, Bluthochdruck, Nierenkrankheiten

> Apfelbaum *Malus communis*
- Wirkung: verdauungsfördernd, anregend, stopfend, beruhigend, harntreibend, fiebersenkend, appetitanregend.
An apple a day keeps the doctor away.

> Kirsche *Prunus avium*
Blätter, Stiele und das aus dem Stamm fließende Harz, ist als harntreibendes, schleimlösendes Mittel bekannt.
Der Kirschsaft ist blutbildend und wird bei niedrigem Blutdruck empfohlen.
Die roten Farbstoffe (Anthozyane) haben eine starke Wirkung gegen freie Radikale.

> Quitte *Cydonia oblonga*
Die Quitte wirkt entzündungswidrig, kühlend, zusammenziehend und reizmildernd. Ein gutes Heilmittel für entzündete Schleimhäute.
Der saft der Quitten ist ein erfrischender Trank bei Fieber, Nieren- und Blasenkrankheiten.

> Walnuss *Juglans regia*
Die jungen grünen Schalen, sowie die Schalen der verholzten Nuss sind zur Färbung von Wolle, Haare und Naturstoffen geeignet.
Nuss- und Erdbeerblätter wurden als Tee zur Blutreinigung getrunken.
- zerriebene Blätter dienten Mensch und Tier zur Fliegenabwehr.

> Ulme *Ulmus laevis*-Flatterulme
Durch ihren hohen Gerbstoffgehalt sehr wirksam bei Durchfall. Ihre Schleimstoffe schützen den Magen.
Ein Absud aus der Rinde dient zum Waschen von Geschwüren, Wunden, Flechten und Hautausschlägen.

> Buche *Fagus silvatika*
Buchenasche, zusammen mit Johanniskrautöl zu einer Paste vermischt, wirkt auf Wunden und Geschwüre aufgelegt, desinfizierend.

> Birke *Betula pendula*
- innerliche Anwendung bei schlechter Harnausscheidung, Gicht, Rheuma, Entzündungen der Harnwege, leberbeschwerden, Hautkrankheiten und zur Blutreinigung.
- äußerliche Anwendung bei Hautkrankheiten und eitrigen Wunden.

> Linde-Sommerlinde -*Tilia platyphyllos*
- wirkt schweißtreibend, fiebersenkend, krampflösend, entzündungswidrig; wirkt innerlich angewandt bei Fieber, Magen-Darm-Koliken und Erkältungskrankheiten; äußerlich angewandt bei leichten Hautentzündungen.

Quellen:
FISCHER RIZZI SUSANNE, 2001: Blätter von Bäumen, Heinrich Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München

MACHATSCHEK MICHAEL , 2000: Über die Vielfalt der Wildobst-und Gehölznutzungen, Vortragsmanuskript bei der Tagung des OÖ Obstbautages, OÖ Umweltakademie, Institut für Naturschutz, Linz

STRASSMANN RENATO, 2014: Baumheilkunde- Heilkraft, Mythos und Magie der Bäume, Freya Verlag KG, 4020 Linz

DI GERHILD WULZ, Ing.JOSEF SCHNABL, 2003: Hecken-Begrenzung-Verbund und Leben, Herausgeber LFI Kärnten, Arge Naturschutz, Kärntner Druckerei

Verein „Theklasien“ Mensch-Natur-Kultur Autor: Thekla Raffezeder Präsidentin, Permakulturistin, Akademische Expertin für Wildkräuter und Arzneipflanzen, Dipl. Hildegard v. Bingen Praktikerin, Biodiversitätsvermittlerin

Mit Knospen heilen – Gemmotherapie

Diese besondere Therapieform der Pflanzenheilkunde stammt aus der traditionellen TEM.
Verwendet werden Auszüge aus den Knospen und jungen Trieben von Bäumen und Sträuchern, die reich an pflanzlichen Wirkstoffen und deren embryonaler heilenden Information sind, und in den Körper bringen.
Gemma bedeutet lateinisch „Knospe“
Begründer war der belgische Arzt Dr. Pol Henry (1918-1988)
Die Arznei wird durch Mazeration gewonnen.
Knospen und /oder junge Triebe werden drei Wochen lang in einer Mischung aus Wasser, Glyzerin und Trinkspiritus extrahiert.
Das Extrakt wird gefiltert und zur homöopathischen Dezimalpotenz D1 potenziert.
In diesen Präparaten ist ein Gemisch aus oftmals mehr als 100 Substanzen (pflanzliche Hormone, Proteine, Vitamine, Spurenelemente, Mineralien….) enthalten.
Die Gemmotherapie versucht, die Lebens-und Wachstumskräfte von Pflanzen zur Regeneration und Heilung des Menschen nutzbar zu machen.
Anwendung: ca. 50-75 Tropfen pro Tag, in Wasser eingenommen. (nicht zum Essen),
oder in einer Sprühflasche abgefüllt, mehrmals täglich 3-4x in den Mund sprühen.

Ahorn: Zuckerkrankheit, Muskelschmerzen, Impotenz und sexuelle Schwäche, Verstopfung,
Buche: Allergie
Birke: akute Allergie, Heuschnupfen, Herpes, Depression, Arthrose, Schwäche
Eiche: Vitalität des Mannes, Verstopfung, schmerzstillend bei Rheuma
Hasel: Asthma, Bronchitis, COPD, Eisenmangelanämie
Heckenrose: Neurodermitis, weibl. Migräne, PMS, Krampfzustände, Kopfweh
Johannisbeere: Heuschnupfen, Nasennebenhöhlen, Nieren-und blasensystem, Arthritis
Linde: Nervensystem, Trauer, Anspannung, Schlaflosigkeit, Depression, hyperaktive Kinder
Ulme: Haut, Akne, Ekzem, Pickel,Herpes, Neurodermitis

Apfel: immunstärkend
Holler: blutreinigend, fiebersenkend
Kornelkirsche: entzündungshemmend
Zwetschge: reinigend

Ebenso sind Zubereitungen mit Knospen, jungen Trieben, Blätter, Baumrinde, junge Wurzeln…. nicht nur als Arzneimittel-Zubereitung sehr wertvoll, sondern können auch auf einfachem Weg, durch kulinarische Spezereien wie Baumsalate und Gemüse, grüne Mehle, etc. ihre Wirkung entfalten.
Weiters können Tinkturen, Verreibungen, Oxymel, Öle hergestellt werden.

Beim Sammeln zu berücksichtigen:
Nach Ayurveda ist der wichtigste Wirkstoff der Pflanzen ihre Lebenskraft: „OJAS“ genannt.
Ojas steht für Energie, Kraft, Vitalität, Frische und Lichtkraft.
Diese Energie wird nur freigesetzt, wenn Pflanzen wertschätzend gesammelt und verarbeitet werden. Erst dann werden sie zu Heilpflanzen!

Quellen:
RATHKE-VALENCAK Ilse Dr. der Allgemeinmedizin, Infoblatt
NEDOMA Gabriela, Knospen und die lebendigen Kräfte der Bäume, Freya Verlag, 2014

Verein „Theklasien“ Mensch-Natur-Kultur Autor: Thekla Raffezeder Präsidentin, Permakulturistin, Akademische Expertin für Wildkräuter und Arzneipflanzen, Dipl. Hildegard v. Bingen Praktikerin, Biodiversitätsvermittlerin