

INHALT

EINFÜHRUNG 5

Das Verhältnis von Pflanzen und Tieren 6

Schafe 9
Ziegen 11

Natürliche Lebensbedingungen für eine ausgewogene Ernährung 12

Wie lernen die Jungtiere, welche Pflanzen ihnen guttun? 12

Futter- und Heilkräuter für Ziegen und Schafe 16

Gesunder Kräutercocktail auf artenreichen Wiesen 16

Die wichtigsten Inhaltsstoffgruppen und ihre Wirkungen 18

Bitterstoffe 18
Gerbstoffe 19
Flavonoide 20
Schleimstoffe 21
Ätherische Öle 21
Saponine 23

Giftpflanzen 24

Kräuter sammeln, trocknen, aufbewahren 26

Wie sammelt man Heilpflanzen? 26
Wann ist der beste Sammelzeitpunkt? 26
Gute Sammelplätze 28
Ungeeignete Sammelplätze 28
Kräuter richtig trocknen 28
Kräuter richtig aufbewahren 29

Darreichungsformen und Zubereitung von Heilpflanzen 30

Darreichungsformen von Heilpflanzen 30
Grundrezepte für innerliche Zubereitungen 31
Grundrezepte für äußerliche Zubereitungen 36

PORTRÄTS DER WICHTIGSTEN HEILPFLANZEN UND HEILMITTEL 44

| | |
|-------------------------|------------------|
| Ackerstiefmütterchen 46 | Johanniskraut 66 |
| Aloe 47 | Kamille 67 |
| Anis 47 | Kümmel 68 |
| Arnika 48 | Lein 69 |
| Artischocke 49 | Linde 70 |
| Augentrost 49 | Löwenzahn 71 |
| Beinwell 50 | Mädesüß 71 |
| Birke 51 | Malve 72 |
| Blutwurz 52 | Mariendistel 73 |
| Brennnessel 53 | Melisse 73 |
| Eibisch 54 | Pfefferminze 74 |
| Eiche 55 | Ringelblume 75 |
| Engelwurz 56 | Rosmarin 76 |
| Gelber Enzian 57 | Salbei 77 |
| Fenchel 58 | Sanddorn 78 |
| Fichte 59 | Schafgarbe 79 |
| Frauenmantel 59 | Spitzwegerich 79 |
| Gänseblümchen 60 | Süßholz 80 |
| Gänsefingerkraut 60 | Thymian 80 |
| Echte Goldrute 61 | Wegwarte 81 |
| Gundermann 62 | Weide 82 |
| Heidelbeere 63 | Weißdorn 83 |
| Hirtentäschel 63 | Weißkohl 84 |
| Schwarzer Holunder 64 | Wermut 84 |
| Ingwer 64 | Zaubernuss 85 |

BESCHWERDEÜBERSICHT NACH ORGANSYSTEMEN – HEILPFLANZEN UND REZEPTUREN 87

Tiergesundheit 88

Heilpflanzen für den Verdauungstrakt 89

Ein gesunder Magen-Darm-Trakt
sorgt für ein gesundes Immunsystem 90

Verdauungsstörungen im
Magen-Darm-Trakt 91

Bewährte Rezepte bei Appetitlosigkeit
und Verdauungsschwäche 94

Bewährte Rezepte bei Darmträgheit
und Verstopfung 96

Bewährte Rezepte bei Aufgasen und
Kolik 98

Bewährte Rezepte gegen Durchfall 101
Lämmerdurchfall 104

Heilpflanzen zur Stärkung der Atemwege 105

Bewährte Rezepte gegen Erkältung 108

Bewährte Rezepte gegen
Schleimhautentzündung in Maul,
Nüstern und Rachen 109

Bewährte Rezepte bei Atemwegserkrankungen
mit Apathie, Schwäche und Fieber 110

Bewährte Rezepte gegen Bronchitis
und Husten 111

Bewährte Rezepte gegen grippale Infekte 113

Bewährte Rezepte zur Abwehrstärkung bei
chronischer Infektanfälligkeit 114

Heilpflanzen für Nieren und Harnwege 115

Heilpflanzen für die Haut 119

Wundarten 121

Wundheilung 121

Bewährte Rezepte für die Akutphase von
Wunden 122

Bewährte Rezepte für die Ausheilungsphase
von Wunden 124

Bewährte Rezepte für die Nachbehandlung
von Wunden und Narben 124

Bewährte Rezepte bei Verbrennungen 125

Bewährte Rezepte bei Juckreiz 126

Bewährte Rezepte bei geschlossenen Wunden
und stumpfen Verletzungen 128

Bewährte Rezepte zur Parasiten-, Insekten-
und Zeckenabwehr 132

Heilpflanzen für das Auge 135

Heilpflanzen für die Lippen 137

Heilpflanzen für die Ohren 138

Heilpflanzen zur Klauenpflege 139

Heilpflanzen für Milchdrüsen und Milchbildung 143

SERVICE 149

Stallapotheke 150

Sekundäre Pflanzenstoffe

von Heilkräutern 152

Heilpflanzen nach Inhaltsstoffgruppen
(absteigender Wirkstoffgehalt) 152

Bezugsquellen für Fertigpräparate 153

Zum Weiterlesen 153

Register 154

Über die Autorin 158