

Inhalt

Materia medica der Psyche 8

Von Alraune bis Zauberpilz 8

Alraune – <i>Mandragora officinarum</i>	8
Ayahuascaliane – <i>Banisteriopsis caapi</i>	11
Baldrian – <i>Valeriana officinalis</i>	13
Betelpalme – <i>Areca cathechu</i>	14
Bilsenkraut – <i>Hyoscyamus niger</i>	16
Damiana – <i>Turnera diffusa</i>	19
Fliegenpilz – <i>Amanita muscaria</i>	21
Ginkgo – <i>Ginkgo biloba</i>	23
Guarana – <i>Paullinia cupana</i>	26
Hanf – <i>Cannabis sativa, Cannabis indica</i>	28
Johanniskraut – <i>Hypericum perforatum</i>	31
Kaffeestrauch – <i>Coffea arabica</i>	33
Kakaobaum – <i>Theobroma cacao</i>	36
Kava-Kava – <i>Piper methysticum</i>	39
Kokastrauch – <i>Erythroxylum coca</i>	40
Kolabaum – <i>Cola vera, Cola spp.</i>	43
Mate-Teestrauch – <i>Ilex paraguariensis</i>	44
Melisse – <i>Melissa officinalis</i>	45
Muskatnuss – <i>Myristica fragrans</i>	45
Passionsblume – <i>Passiflora incarnata</i>	46
Peyote – <i>Lophophora williamsii</i>	47
Safran – <i>Crocus sativus</i>	49
Schlafbeere – <i>Withania somnifera</i>	50
Schlafmohn – <i>Papaver somniferum</i>	51

Stechapfel – <i>Datura stramonium</i>	51
Tabak – <i>Nicotiana tabacum</i>	53
Teestrauch – <i>Camellia sinensis</i>	55
Tollkirsche – <i>Atropa belladonna</i>	59
Weinrebe – <i>Vitis vinifera</i>	60
Yohimbébaum – <i>Corynanthe yohimbe</i>	63
Zauberpilz – <i>Psilocybe cubensis</i>	64
Mexikanischer Zauberpilz – <i>Psilocybe mexicana</i>	65

Phytotherapie – das Potenzial der Natur 68

Gewachsene Heilkraft mit Jahrtausendealter Tradition 69

Der Begriff Phytopharmakon	70
Phytopharmakon ist nicht gleich Phytopharmakon	71
Zahlreiche Anwendungsgebiete	71

Natürlich im Vorteil 72

Hohe Wirksamkeit	72
Gute Verträglichkeit	72
Großer Nutzen, kleines Risiko	73
Bessere Compliance	73
Phytos senken Kosten	74

Inhalt

Gleiche Rechte, gleiche Pflichten	74
Brückenschlag zwischen altem Wissen und moderner Forschung	75
Rationale Phytotherapie	75
Von der Pflanze zum Extrakt	76
Anbau und Ernte	77
Extraktion	77
Extrakt ist nicht gleich Extrakt	77
Pflanzen, die den Geist bewegen	80
Wegbegleiter der Kulturen	80
Der direkte Draht zum Nervensystem	81
Die Ordnung der Phantastica	82
Flora magica	83
Psychoaktive Pflanzen in Kunst, Literatur und Musik	85
Psychoaktive Pflanzen selbst sammeln?	85
Wo kauft man psychoaktive Pflanzen?	86
Anwendung	86
Vom Aderlass zum Tranquilizer	87
Aderlass gegen Melancholie	87
Das Zeitalter der modernen Psychiatrie	88

Die Leiden der Seele	89
Angstzustände	89
Depressive Störungen	90
Hirnleistungsstörungen	94
Schlafstörungen	97
Die Therapie mit Psychopharmaka	100
Antidementiva	102
Antidepressiva	103
Neuroleptika (Antipsychotika)	105
Tranquilizer	106
Psychostimulanzien	107
Pro und Kontra synthetischer Psychopharmaka	108
»Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie ...«	109
FORUM	110
Psychoaktive Wirkstoffe	110
Die natürliche Alternative	112
Wirksam und gut verträglich	112
Auf dem wissenschaftlichen Prüfstand	113
Angstzustände	116
Inhaltsstoffe von Valeriana officinalis L.	116
Im Licht der Wissenschaft	118

Depressive Störungen	120	Die Urväter von Aspirin und Valium	147
Große Kraft gegen die »melancholischen Gedanken«	120	Cannabis in der Medizin	147
Weitere Strategien gegen depressive Störungen	124	Eine Pflanze mit uralter Tradition	147
		Einzug in Mittelalter und Neuzeit	148
		Das Blatt wendet sich ...	149
Hirnleistungsstörungen	127	Die Cannabinoide	150
Vom Tempelbaum zum Phytotherapeutikum	127	Der Schlüssel zur Wirkung von Cannabis	151
Begleitende Behandlung	132	Die Signalempfänger: die »Schlösser« des ECS	152
Nervöse Unruhe	133	Heilende Interaktionen	153
Pflanzliche Sedativa	133	Enormes Einsatzspektrum	154
Hopfen (<i>Humulus lupulus</i>)	134	Opium in der Medizin	155
Passionsblume (<i>Passiflora incarnata</i>)	135	Das »Kraut des Vergessens« – eine Chronik	156
Schlafstörungen	137	Wie Opium wirkt	158
Zur Behandlung mit pflanzlichen Schlaf- und Beruhigungsmitteln	138	Opium auf einen Blick	158
Baldrian (<i>Valeriana officinalis</i>)	138	Opiate und Opioide	159
Melisse (<i>Melissa officinalis</i>)	141	Die andere Seite der Medaille	159
Zahlreiche Kombinationen	141		
Weitere Strategien für ungestörte Träume	142	Stichwortverzeichnis	161
Traditionelle Rezepturen mit beruhigenden Heilpflanzen	144		