

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	5
Vorwort	6
Über die Autorin	11

Teil 1 Grundlagen und Anwendungsprinzipien von Gemmomitteln

1	Von der Knospe zur Gemmotherapie – was bedeutet der Begriff „Gemmotherapie“?	14
2	Geschichte und Entwicklung der Gemmotherapie	15
3	Knospen als Heilmittel – der Unterschied von Knospen gegenüber anderen Pflanzenteilen . . .	17
4	Knospenbotanik	18
5	Inhaltsstoffe der Knospen	23
5.1	Auxine	23
5.2	Gibberelline	24
5.3	Cytokinine	24
5.4	Abscisinsäure	24
5.5	Ethylen	25
5.6	Spezifische Oligosaccharide	25
5.7	Phytoproteine – embryonale Proteinkomponenten	25
6	Herstellung eigener Knospenpräparate	26
6.1	Ausziehen	27
6.2	Weitere Verarbeitung des Mazerats.	29
7	Anwendung und Dosierung	31
8	Nebenwirkungen, Kontraindikationen, Interaktionen	33
9	Gemmopräparate als Arzneimittel, Nahrungsergänzungsmittel oder Medizinalprodukte?	35
10	Einzel- versus Komplexmittel	36
11	Integration in andere (naturheilkundliche) Therapien	37

Teil 2 Mind-Maps – Indikationen und Knospenporträts

12	Mind-Maps zur Differenzierung innerhalb der Indikationsgebiete	40
12.1	Atemwege	41
12.2	Augen	42
12.3	Bewegungsapparat.	43
12.4	Blut und Blutkreislauf	45
12.5	Frauenheilkunde	49
12.6	Harnwege	52
12.7	Haut	54
12.8	Herz.	58
12.9	Hormonsystem	59
12.10	Immunsystem.	60

12.11	Kinderheilkunde	61
12.12	Leber	62
12.13	Lymphsystem	63
12.14	Männerheilkunde.	64
12.15	Ohren.	65
12.16	Psyche und Nervensystem	66
12.17	Stoffwechsel.	71
12.18	Verdauungstrakt	72
13	Knospenporträts	75
13.1	Aufbau der Knospenporträts	75
13.2	Feld-Ahorn (<i>Acer campestre</i>)	76
13.3	Besenheide (<i>Calluna vulgaris</i>)	81
13.4	Hänge-Birke (<i>Betula pendula</i>)	85
13.5	Moor-Birke (<i>Betula pubescens</i>)	90
13.6	Brombeerstrauch (<i>Rubus fruticosus</i>)	96
13.7	Rot-Buche (<i>Fagus sylvatica</i>)	100
13.8	Edelkastanie (<i>Castanea sativa</i>)	105
13.9	Stiel-Eiche (<i>Quercus robur</i>)	110
13.10	Schwarz-Erle (<i>Alnus glutinosa</i>)	116
13.11	Gemeine Esche (<i>Fraxinus excelsior</i>)	122
13.12	Feigenbaum (<i>Ficus carica</i>)	127
13.13	Gewöhnlicher Flieder (<i>Syringa vulgaris</i>)	133
13.14	Ginkgo (<i>Ginkgo biloba</i>)	138
13.15	Hainbuche (<i>Carpinus betulus</i>)	143
13.16	Roter Hartriegel (<i>Cornus sanguinea</i>)	149
13.17	Gemeine Hasel (<i>Corylus avellana</i>)	154
13.18	Heckenrose (<i>Rosa canina</i>)	160
13.19	Heidelbeerstrauch (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	167
13.20	Himbeerstrauch (<i>Rubus idaeus</i>)	172
13.21	Holzapfelbaum (<i>Malus sylvestris</i>)	177
13.22	Schwarzer Johannisbeerstrauch (<i>Ribes nigrum</i>)	182
13.23	Dreispitziige Jungfernrebe (<i>Ampelopsis veitchii</i>)	191
13.24	Berg-Kiefer (<i>Pinus montana</i>)	195
13.25	Europäische Lärche (<i>Larix decidua</i>)	199
13.26	Silber-Linde (<i>Tilia tomentosa</i>)	206
13.27	Riesen-Mammutbaum (<i>Sequoiadendron giganteum</i>)	213
13.28	Mandelbaum (<i>Prunus dulcis</i> var. <i>dulcis</i>)	218
13.29	Schwarzer Maulbeerbaum (<i>Morus nigra</i>)	223
13.30	Weißbeerige Mistel (<i>Viscum album</i>)	227
13.31	Olivenbaum (<i>Olea europaea</i>)	231
13.32	Schwarz-Pappel (<i>Populus nigra</i>)	236
13.33	Morgenländische Platane (<i>Platanus orientalis</i>)	242
13.34	Preiselbeerstrauch (<i>Vaccinium vitis-idaea</i>)	246
13.35	Rosmarin (<i>Salvia rosmarinus</i>)	251
13.36	Gewöhnliche Rosskastanie (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	257
13.37	Sanddorn (<i>Hippophae rhamnoides</i>)	262
13.38	Wolliger Schneeball (<i>Viburnum lantana</i>)	268
13.39	Speierling (<i>Sorbus domestica</i>)	273
13.40	Europäische Stechpalme (<i>Ilex aquifolium</i>)	277
13.41	Weiß-Tanne (<i>Abies alba</i>)	281
13.42	Feld-Ulme (<i>Ulmus minor</i>)	285
13.43	Gemeiner Wacholder (<i>Juniperus communis</i>)	290
13.44	Walnussbaum (<i>Juglans regia</i>)	295
13.45	Silber-Weide (<i>Salix alba</i>)	302
13.46	Echte Weinrebe (<i>Vitis vinifera</i>)	307

13.47	Zweigrifflicher Weißdorn (<i>Crataegus laevigata</i>)	312
13.48	Libanon-Zeder (<i>Cedrus libani</i>)	317
13.49	Zitronenbaum (<i>Citrus × limon</i>)	322

Teil 3 Anhang

14	Indikationen und zugehörige Knospenmittel.	328
15	Bezugsquellen.	353
16	Literatur.	354
Sachverzeichnis		355