

# INHALT

8	.....	Einleitung
11	.....	Sammelkalender für Heilkräuter
12	.....	<i>Heilkräuter sammeln</i>
16	.....	<i>Heilkräuter zubereiten und verabreichen</i>
17	.....	Kräutertees
19	.....	Kräuteröle und -salben
20	.....	Tinkturen
20	.....	Sprays und Spülungen
21	.....	Kräuterpillen und -säckchen
22	.....	Tipps zur Verabreichung
22	.....	Dosierung
23	.....	Anwendungen im Überblick
26	.....	<i>Inhaltsstoffe von Heilkräutern</i>
28	.....	Alkaloide
28	.....	Ätherische Öle
28	.....	Bitterstoffe
29	.....	Cholin
29	.....	Flavone
30	.....	Gerbstoffe
30	.....	Glykoside
31	.....	Harze
31	.....	Muzilaginosa
31	.....	Organische Säuren
31	.....	Saponine
31	.....	Vitamine
32	.....	<i>Krankheiten von A bis Z mit Heilkräutern behandeln</i>
33	.....	Abszesse
33	.....	Allergien
34	.....	Alterschwäche
35	.....	Anldrüsenentzündung

36	.....	Appetitlosigkeit
37	.....	Arthritis und Arthrose
38	.....	Augenprobleme
40	.....	Blähungen
40	.....	Blasenleiden
42	.....	Durchfall
43	.....	Ekzeme
44	.....	Erbrechen
45	.....	Hauterkrankungen
46	.....	Herzleiden
46	.....	Hüftgelenksdysplasie
48	.....	Husten
49	.....	Insektenstiche
49	.....	Juckreiz
50	.....	Nervosität und Hyperaktivität
51	.....	Nierenleiden
52	.....	Ohrenprobleme
52	.....	Parasiten
54	.....	Prellungen und Verstauchungen
55	.....	Reisekrankheit
56	.....	Schuppen
56	.....	Schwächezustand
57	.....	Verbrennungen
57	.....	Verstopfung
58	.....	Wunden und Wundbehandlung
59	.....	Würmer
61	.....	Zahn(fleisch)probleme
62	.....	<i>Die Heilkräuter</i>
63	.....	Arnika oder Bergwohlverleih
64	.....	Brennnessel
65	.....	Eibisch, Echter
65	.....	Hagebutte
66	.....	Holunder, Schwarzer
67	.....	Johanniskraut
68	.....	Knoblauch und Bärlauch
68	.....	Löwenzahn
70	.....	Petersilie
71	.....	Quecke
71	.....	Ringelblume, Gemeine

72	.....	Rosmarin
73	.....	Salbei, Echter
74	.....	Spezielle Heilmittel
76	.....	<i>Die Kräuterapotheke</i>
78	.....	<i>Anhang</i>
78	.....	Tipps zum Weiterlesen
78	.....	Kontakt zur Autorin
79	.....	Register

# EINLEITUNG



*„Die Natur braucht sich nicht anzustrengen,  
bedeutend zu sein. Sie ist es.“*

Robert Walser, schweizerischer Schriftsteller

Es ist schön zu beobachten, wie viele Menschen sich allmählich wieder der Natur besinnen. Viele synthetisch hergestellte Medikamente weisen lange Auflistungen von möglichen Nebenwirkungen aus. Dies mag mit ein Grund dafür sein, dass wir uns immer häufiger nach anderen Möglichkeiten umschauchen. Die Kräuterheilkunde ist eine Alternative, um seine Gesundheit wiederzuerlangen und zu behalten. Was dem Menschen so viel Gutes bringen kann, ist auch für unsere Tiere eine hervorragende Behandlungsmöglichkeit. Die Kunst, mit Kräutern zu heilen, ist so alt wie die Menschheit selbst und auch die Tiere haben seit jeher Kräuter zu sich genommen.

Obwohl unsere Hunde zu den Karnivoren (Beutetierfressern) gehören, haben ihre Vorfahren schon zu Urzeiten lange Wegstrecken zurückgelegt, um Heilkräuter zu suchen und zu sich zu nehmen. Somit haben sie ihre pflanzliche Kost nicht nur über den Inhalt des Magen-Darm-Trakts der Beutetiere aufgenommen, sondern gezielt danach gesucht. Dieser Instinkt ist auch in unseren heutigen Haushunden noch immer vorhanden. Ein sehr schönes Beispiel dafür ist das Grasfressen der Hunde. Vielleicht haben Sie sich schon immer gewundert, warum Ihr Hund dabei so wählerisch ist. Wiesen weit und breit – aber er zupft nur an bestimmten Stellen das Grün heraus. Die Lösung dieses Rätsels ist ganz einfach, denn er hat gerade nach einem Heilkraut gesucht, nämlich der Quecke. Dieses Kraut trägt seinen umgangssprachlichen Namen „Hundsgras“ nicht ohne Grund. Die Quecke versorgt den Hund mit Ballaststoffen, die er zur Anregung der

Darmtätigkeit braucht, und auch bei Übelkeit nimmt er gerne davon, um anschließendes Erbrechen auszulösen. Wenn man in der Stadt wohnt, hat man natürlich nicht überall die Möglichkeit, seinem Tier dieses Gras anzubieten. Alternativ dazu kann man ihm aber auch Queckenwurzel klein schneiden und eventuell etwas eingeweicht ins Futter geben. In der Wurzel schlummern auch noch andere Heilwirkungen, die Sie in diesem Buch an späterer Stelle finden werden.

Die Kräuterheilkunde basiert im Wesentlichen auf einer ganzheitlichen Betrachtungsweise. Wenn die Zellen eines Teiles des Körpers nicht richtig funktionieren oder arbeiten, so hat dies unweigerlich eine Störung in anderen Teilen des Körpers zur Folge. In jedem Lebewesen greifen körperliche und seelische Probleme ineinander. Somit sollten Sie auch hier immer nach der eigentlichen Ursache suchen. Versuchen Sie Ihrem Hund, soweit nur irgend möglich, eine artgerechte Haltung zu bieten. Hierzu gehören Spaziergänge, bei denen viel frische Luft und Sonne getankt werden können. Agility, Dogdance oder Flyball fordern Ihren Hund körperlich und geistig. Und wenn man diese Möglichkeiten nicht hat, bieten sich Gehorsamsübungen an, die man überall ausführen kann.

An dieser Stelle darf selbstverständlich auch die Ernährung nicht vergessen werden. Je natürlicher sie ist, umso besser ist sie für die Aktivität, Ausdauer und Gesundheit Ihres vierbeinigen Freundes. Bei einer ausgewogenen Balance dieser Bestandteile steht einem gesunden Leben Ihres Hundes kaum noch etwas im Wege. Wenn Ihr Lieb-

ling trotzdem einmal erkranken sollte, halten Sie mit diesem Ratgeber eine Alternative zu herkömmlichen Behandlungsmethoden in Ihren Händen.

Das Schöne an den Heilkräutern ist, dass Sie diese auf Ihren Spaziergängen mit Ihrem Hund überall finden können. Sie brauchen dazu lediglich ein wachsames Auge und gutes, trockenes Wetter. In diesem Buch sind sehr viele Kräuter benannt, die Sie selbst bestimmen und sammeln können. Allerdings gibt es einige Dinge dabei zu beachten:

- Verwenden Sie niemals Heilkräuter, die an häufig befahrenen Straßen wachsen, denn sie enthalten Schadstoffe aus den Autoabgasen.

- Meiden Sie ebenfalls Kräuter, die in der Nähe von Feldern wachsen, die gedüngt oder gespritzt werden.

- Wenn Sie das erste Mal Heilpflanzen selbst sammeln wollen, empfiehlt es sich, ein Pflanzenbestimmungsbuch mitzunehmen.

Einige Heilpflanzen stehen unter Naturschutz oder sind in unserer Gegend nicht zu finden. Solche Kräuter können Sie in ausgezeichneter Qualität aus Reformhäusern oder Apotheken beziehen. Auf die Erwähnung von Pflanzen, die giftig sind, wurde in diesem Buch absichtlich verzichtet. Die Natur bietet uns dafür andere Heilkräuter an, bei denen wir keine Gefahr laufen, unserem Tier zu schaden. Kommen Sie nun mit auf eine spannende Reise in die Welt der Heilkunst mit Kräutern.

Die Natur hält für Hunde allerlei Heilmittel bereit. (Foto: Shutterstock.de/Joop Snijder Photography)



## Sammelkalender für Heilkräuter

Mit \* gekennzeichnete Pflanzen kommen nur selten bis gar nicht bei uns vor oder stehen unter Naturschutz.

Deshalb bitte getrocknet in der Apotheke erwerben, falls sie nicht im eigenen Garten angebaut werden!

DEUTSCHER NAME	PFLANZENTEILE	SAMMELZEIT
Anis	Frucht	Anfang Juli bis Ende September
Augentrost	Blüten	Mitte Mai bis Ende Oktober
Bärlauch	Blätter	Anfang April bis Mitte Juli
Beinwell	Wurzel	Anfang März bis Ende Mai Anfang September bis Ende Oktober
Bockshornklee	Frucht	Mitte Juli bis Mitte September
Brennnessel, Große und Kleine	Kraut	Anfang April bis Ende August
Fenchel, Echter	Frucht	Anfang Juli bis Ende August
Gänseblümchen	Kraut	Anfang März bis Ende August
Goldrute, Echte	Kraut	Anfang Juli bis Mitte Oktober
Heidelbeere	Blüten + Frucht	Mitte Juli bis Ende September
Himbeere und Brombeere	Blätter	Anfang Mai bis Mitte August
Holunder, Schwarzer	Blüten + Frucht	Mitte April bis Ende September
Hundsrose (Hagebutte)	Frucht	Anfang August bis Mitte November
Johanniskraut, Tüpfel	Blüten	Mitte Juni bis Mitte September
Kamille, Echte	Blüten	Mitte April bis Mitte Juli
Lavendel, Echter *	Blüten	Mitte Juni bis Mitte September
Löwenzahn	Kraut + Wurzel	Anfang April bis Anfang November
Malve, Wilde	Blüten + Blätter	Mitte April bis Mitte September
Melisse	Kraut	Mitte Mai bis Mitte August
Pfefferminz	Kraut	Mitte April bis Mitte August
Ringelblume, Gemeine *	Blätter	Anfang Juni bis Mitte September
Rosmarin *	Blätter	Anfang Juni bis Ende August
Salbei, Echter	Kraut	Anfang April bis Mitte Juni
Schafgarbe, Gemeine	Kraut	Mitte April bis Mitte September
Spitzwegerich	Blätter	Mitte März bis Mitte Juli