

Christian Sollmann

**Pflanzliche
Urtinkturen und
homöopathische
Heilmittel
selbst herstellen**

AT Verlag

Inhaltverzeichnis

6	Vorwort
9	EINLEITUNG
10	Zur Lage
21	Heilpflanzen woher?
23	Utensilien für die Pflanzensammlung
23	Auswahl des Sammelgebietes
24	Auswahl und Ernte der Pflanzen
26	Anbau im eigenen Garten
29	Welche Herstellungsmethode?
30	Wasser- oder Alkoholtinkturen?
31	Tinkturen
34	Das Herstellen von Urtinkturen für homöopathische Mittel
39	Löslichkeit von Wirkstoffen in Ethanol
40	Alkohol
45	Eine Auswahl wichtiger Heilpflanzen
52	Ablaufschema der Vorgehensweise
57	PFLANZENPORTRÄTS
223	BEARBEITUNGSMETHODEN UND TECHNIKEN
224	Abfiltrierung
226	Die Herstellung homöopathischer Potenzen
235	Sachgerechter Umgang nach der Herstellung
238	Überlegungen zur Wirkung homöopathischer Mittel – Ein Erklärungsversuch
244	Weitere Anregungen
251	ANHANG
252	Rechtliches
259	Erntekalender und Potenziertabelle
263	Übersicht der pflanzlichen Wirkstoffgruppen
268	Sortierhilfe für fertig potenzierte homöopathische Mittel
269	Adressen und Bezugsquellen
271	Liste der Pflanzenporträts
273	Glossar
276	Literaturverzeichnis
279	Anmerkungen (Quellen)
282	Bildnachweis
283	Index