

**Buchbesprechung „Pflanzliche Urtinkturen“, Renate Krause, BoD – Books on DEMAND, 2020, 156 Seiten, €16,90, ISBN 978-3-837-073-560**

### **„Kleine Pflanzen“ mit großer Wirkung**



Mit großer Freude habe ich diese Woche mein druckfrisches Exemplar erhalten. Wie aufgrund meiner bisherigen Erfahrung mit der Autorin Renate Krause zu erwarten war: Das Buch präsentiert nach einer erfreulich kurzen Einführung ohne unnötige langatmige Ausführungen Arzneimittel mit antibiotischen, antiviralen und organ-wirksamen Eigenschaften. Die Vielzahl dieser bewährten, pflanzlichen Arzneimittel stammt aus dem Schatz der Naturheilkunde, der Arzneimittelehre und der 230jährigen praktischen Erfahrung der Homöopathie und enthält zudem einige wichtige, weniger bekannte Arzneien aus dem Ayurveda und der traditionellen chinesischen Medizin.

Das Buch ist gleichermaßen für den erfahrenen Behandler wie für den interessierten Laien geeignet, der zusätzliche Hilfe durch natürliche Arzneimittel sucht und hier klare und nachvollziehbare Informationen und

Anwendungshinweise bekommt. Ich als alter Hase mit fast 30 Jahren Erfahrung in Pflanzenheilkunde und homöopathischer Therapie, auch mit Urtinkturen pflanzlicher Arzneimittel, habe ein wunderbares „Erinnerungsbuch“ an die Hand bekommen, das alles Wesentliche knapp, präzise und zuverlässig zusammenfasst. Darüber hinaus habe ich die eine oder andere neue Pflanze kennenlernen dürfen, die neue Perspektiven in der Behandlung, insbesondere schwieriger, chronischer Erkrankungen, eröffnet.

Ein Beispiel aus der Praxis: Meerrettich (*Armoracia rusticana*, beschrieben auf Seite 43) gehört zu den natürlich antibiotischen Substanzen, deren Wirkung effektiv ist und die aufgrund ihres Wirkprinzips z.B. auch resistente Keime "bekämpfen" können. Ich empfehle den Meerrettich gerne bei Blasenentzündungen, da dieser nach meiner Beobachtung neben der hervorragenden "pflanzlich-stofflichen" antibiotischen Wirkung eine deutliche homöopathische Wirkung - *similia similibus* - auf den klassischen Verlauf einer unkomplizierten Blasenentzündung hat. Auch bei chronischer Neigung oder symptomfreier Keimbesiedelung mit Coli-Bakterien hat sich *Armoracia* sehr bewährt. Anwendung wie im Buch beschrieben mit 2-3 mal täglich 15-20 Tropfen der Tinktur oder als Nahrungsmittel, z.B. als Sahnemeerrettich, zweimal täglich als Brotbelag und zu Speisen. Die Anwendung sollte nach meiner Erfahrung bei chronischen Keimbesiedelungen über 6-8 Wochen erfolgen. In nahezu allen Fällen sind danach dauerhaft keine Keime auf den Schleimhäuten der Harnwege mehr nachweisbar.

Renate Krause ist Heilpraktikerin und klassische Homöopathin. Sie arbeitet seit 30 Jahren in eigener Praxis in der Nähe von München, ist langjährige Autorin der „Homöopathie Zeitschrift“ und hat an den Qualitätskriterien in der homöopathischen Aus- und Weiterbildung mitgewirkt.

Weitere sehr empfehlenswerte Literatur der Autorin: "Rheuma" - Homöopathisches Repertorium mit Materia Medica, 496 Seiten, kart., 1. Auflage 2016