

# Inhalt



**Der Leierhof mit Blick auf das Lammertal und das Tennengebirge**

<b>Alle Pflanzen auf einen Blick</b>	<b>4</b>
<b>Alle Rezepturen im Überblick</b>	<b>4</b>
<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>Teil 1</b>	
<b>Meine Wilde Wiese</b>	<b>8</b>
<b>Teil 2</b>	
<b>Theorie</b>	<b>14</b>
Naturheilkunde	14
Die Wirkstoffe	20
<b>36</b>	
<b>184</b>	
Der Weg zum Wirkstoff	184
Die Rezepturen	190
<b>227</b>	
Danksagung	227
Register	228
Quellen und Referenzen	232
Monografien	233
PubMed	234
Impressum	240