

INHALTSVERZEICHNIS

Rinde - die alte Medizin	9	Haselrinden/Birkenrindenteel	40
Welche Rinden können verwendet werden?	11	Kirschbaumrindenöl	41
Welche Rinden sind essbar?	11	Rindenapotheke für die Haare	42
Rindenapotheke für die Augen	14	Birkenrindenspülung	45
Lindenrinde	17	Berberitzenrindenhaarmaske	46
Rosenrinde	18	Zwetschkenrindenhaarwasser	47
Berberitzenrinden auszug	19	Rindenapotheke für die Haut	48
Rindenapotheke bei Entzündungen	20	Apfelbaumrinden „Mehlem“	50
Pappelrindentinktur	22	Walnussbaumrindensalbe	51
Berberitzenrindenbrei	23	Kiefernrinde maske	52
Rindenapotheke bei Erschöpfung/Unruhe	24	Rosenrindenessig	53
Tannenrindenteel	27	Rosenrindensole	54
Tannenrindeneinreibung	28	Weidenrinden/Rosenrinden- Badebombe	55
Wacholderrindenräucherung	29	Rindenapotheke bei traurigem Herzen und Liebeskummer	56
Rindenapotheke bei Fieber	30	Weißdornrindenteel	58
Fiebertee	32	Lindenrindenwein	59
Rindenwickel	33	Rindenapotheke für das Immunsystem	60
Traubenkirschenrindenmilch	34	Holunder rindenteel	62
Rindenapotheke für Gelenke	36	Fichtenrindentinktur	63
Ahornrinde/Weidenrinde	38	Johannisbeerrindentrunk	64
Wacholderrindeneinreibung	39	Johannisbeerrindessig	65

Rindenapotheke bei Insektenstichen	66	Rindenapotheke für Rücken und Wirbelsäule	90
Birkenrinde auflegen	68	Eichenrinden/Johanniskrautsalbe	92
Zypressenrindenpaste	69	Pappelrindenwickel	93
Rindenapotheke für die Knochen	70	Rindenapotheke zum Schlafen	94
Eichenrindenpulver	72	Hundsrosenrindentee	96
Kirschrindentee	73	Zypressenrindenbad	97
Rindenapotheke für die Lunge	74	Rindenapotheke bei Schmerzen	98
Fichtenrindenbrustbalsam	76	Weidenrindentee	100
Tannenrindentinktur	77	Lindenrindensalbe	101
Wacholderrindenbad	78	Zypressenrindencognaksalbe	102
Kieferrindentee	79	Johannisbeerrindenmilch	103
Rindenapotheke für die Lymphe	80	Maulbeerbaum-	
Weidenrindenbad	82	wurzelrindenessig	104
Erlenrinde	83	Rindenapotheke bei Schüttelfrost	106
Rindenapotheke für die Muskeln, Beine, Füße	84	Maulbeerbaumrindenhonig	109
Walnussrindenessig	86	Rindenapotheke für Schwangerschaft/Geburt/Stillzeit	110
Zypressenrindenbad	87	Apfelrindenbrei	112
Zypresseneinreibung	89	Erlenrindensaft	113
		Berberitzenrindenbad	114
		Fichtenrindenbad	115

Rindenapotheke für den Unterleib	116	Rindenapotheke bei Verletzungen/Wunden/Eiterungen/Ekzeme	134
Haselwurzelrindenpulver	118	Buchenrindenpaste	136
Lindenrindenmilch	119	Pappelrindenbalsam	138
Pappelrinden/ Weidenroschentinktur	120	Haselrindenbrei	139
Haselrindenauszug	121	Berberitzenrindensalbe	140
Holunderrindentee	122	Eichenrindenauszug	141
Eichenrindensitzbad	123	Rindenapotheke für die Venen	142
Rindenapotheke für die Verdauungsorgane	124	Weiden/Weißdorn/Eichen/ Apfelbaumrindenwickel	144
Rosenrindenessig	126	Rosskastanienrindenwickel	145
Buchenrinden kauen	127	Haselrindenpaste	146
Holunderrindentee	128	Zederneinreibung	147
Birkenrindenauszug	129	Rindenapotheke für Zähne/Mund/Rachenraum	148
Maulbeerbaum- wurzelrindenpulver	130	Erlenrindentee	150
Eschenrindenwein	131	Buchenrindenpulver	151
Eichenrinden/Wermuttee	133	Eichenrindenmundwasser	152
		Lindenrinde	153

Kleine Baum- und Strauchkunde 154

Apfelbaum	155	Pappel – Schwarzpappel	164
Berberitze	155	Rose	165
Birke	156	Roskastanie	165
Buche	156	Tanne	166
Eiche	157	Traubenkirsche	167
Erle	157	Wacholder	167
Esche	158	Walnussbaum	168
Fichte	158	Weide	169
Hasel	159	Weißdorn	170
Holunder	160	Zeder	170
Johannisbeere, schwarz	161	Zwetschkenbaum	171
Kiefer	162	Zypresse	171
Kirschbaum	162		
Linde	163		
Maulbeerbaum	164		