

INHALTSVERZEICHNIS

Rinde - die alte Medizin	9	Haselrinden/Birkenrindentee	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
Berberitzenrindenauszug	19	Rindenapotheke für die Haut	48
Rindenapotheke bei Entzündungen	20	Apfelbaumrinden „Mehlem“	50
Pappelrindentinktur	22	Walnussbaumrindensalbe	51
Berberitzenrindenbrei	23	Kiefern-rindenmaske	52
Rindenapotheke bei Erschöpfung/Unruhe	24	Rosenrindenessig	53
Tannenrindentee	27	Rosenrindensole	54
Tannenrindeneinreibung	28	Weidenrinden/Rosenrinden- Badebombe	55
Wachholderrindenräucherung	29	Rindenapotheke bei traurigem Herzen und Liebeskummer	56
Rindenapotheke bei Fieber	30	Weißdornrindentee	58
Fiebertee	32	Lindenrindenwein	59
Rindenwickel	33	Rindenapotheke für das Immunsystem	60
Traubenkirschenrindenmilch	34	Holunderrindentee	62
Rindenapotheke für Gelenke	36	Fichtenrindentinktur	63
Ahornrinde/Weidenrinde	38	Johannisbeerrindentrunk	64
Wachholderrindeneinreibung	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
Tannendrindentinktur	77	Lindenrindensalbe	101
Wacholderrindenbad	78	Zypressenrindencognaksalbe	102
Kiefernرindentee	79	Johannisbeerrindenmilch	103
Rindenapotheke für die Lymphe	80	Maulbeerbaum- wurzelrindenessig	104
Weidenrindenbad	82	Rindenapotheke bei Schüttelfrost	106
Erlenrinde	83	Maulbeerbaumrindenhonig	109
Rindenapotheke für die Muskeln, Beine, Füße	84	Rindenapotheke für Schwangerschaft/Geburt/Stillzeit	110
Walnussrindenessig	86	Apfelrindenbrei	112
Zypressenrindenbad	87	Erlenrindensaft	113
Zypresseneinreibung	89	Berberitzenrindenbad	114
		Fichtenrindenbad	115

**Rindenapotheke
für den Unterleib** 116

Haselwurzelrindenpulver	118
Lindenrindenmilch	119
Pappelrinden/	
Weidenroschentinktur	120
Haselrindenauszug	121
Holunderrindentee	122
Eichenrindensitzbad	123

**Rindenapotheke für
die Verdauungsorgane** 124

Rosenrindenessig	126
Buchenrinden kauen	127
Holunderrindentee	128
Birkenrindenauszug	129
Maulbeerbaum- wurzelrindenpulver	130
Eschenrindenwein	131
Eichenrinden/Wermuttee	133

**Rindenapotheke bei
Verletzungen/Wunden/
Eiterungen/Ekzeme** 134

Buchenrindenpaste	136
Pappelrindenbalsam	138
Haselrindenbrei	139
Berberitzenrindensalbe	140
Eichenrindenauszug	141

Rindenapotheke für die Venen 142

Weiden/Weißdorn/Eichen/ Apfelbaumrindenwickel	144
Roskastanienrindenwickel	145
Haselrindenpaste	146
Zederneinreibung	147

**Rindenapotheke für
Zähne/Mund/Rachenraum** 148

Erlenrindentee	150
Buchenrindenpulver	151
Eichenrindenmundwasser	152
Lindenrinde	153

Kleine Baum- und Strauchkunde 154

.....

Apfelbaum	155	Pappel – Schwarzpappel	164
Berberitze	155	Rose	165
Birke	156	Rosskastanie	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	Zwetschenbaum	171
Kiefer	162	Zypresse	171
Kirschbaum	162		
Linde	163		
Maulbeerbaum	164		