
Titel: Mind-Maps® Phytotherapie

Autor: Roman HUBER, Dr.

Verlag: Hippokrates

Erschienen: 2009

Kaufpreis von 45.95 €

Phytotherapiebücher gibt es schon viele. Was ist das besondere an diesem Buch? Der Autor verwendet die assoziative Methode Mind-Maps®, mit der die Kapazitäten des Hirns besser genutzt werden sollen. Die Methode wird in Schule, Wissenschaft und im Management zur assoziativ strukturierten Darstellung von Zusammenhängen und komplexen Sachverhalten angewandt.

Der Autor, Roman Huber, stellt 12 Indikationen/Bereiche* mit 14 Unterbereichen und 80 Symptomenkomplexen vor. Damit ist der Sinn des Buches schon beschrieben: Diese baum- oder blütenartige Zuordnung ermöglicht dem Leser, der Leserin einen schnellen Überblick und leichten Zugang zu den indikationenbezogenen Heilpflanzenvorschlägen. Der Autor verzichtet absichtlich zugunsten dieser Übersicht auf ausführliche und tiefer gehende Pflanzenbesprechungen.

136 hier angesprochene Pflanzen erhalten in 336 Symptomen- bzw. Krankheitszuordnungen jeweils Therapieindikationen mit Kurzbeschreibung, warum und in welcher Kombination diese Pflanze hier wirkungsvoll eingesetzt wird. Huber konzentriert sich als Arzt und Leiter des „Unizentrum Naturheilkunde“ des Universitätsklinikums Freiburg in seiner Rubrik „Anwendung und Dosierung“ mehr auf phytotherapeutische Fertigpräparate, als auf ausführliche Rezeptbesprechungen, was dem Buch nicht schadet. Sein Schwerpunkt liegt eindeutig auf einer zusammenfassenden Übersicht, in der die Kennzeichnung wissenschaftlich erwiesener Wirksamkeit (Grad A-D) einen interessanten Aspekt beiträgt. Ergänzend findet der Leser/die Leserin allgemeine, ernährungsbezogene und physikalisch therapeutische Vorschläge zur ganzheitlichen Therapie.

Das Heilpflanzenverzeichnis, hier Mittelverzeichnis genannt, ist sowohl in lateinisch-deutsch als auch in deutsch-lateinisch; ein wirklich komfortabler Service. 319 im Sachverzeichnis aufgeführte Stichpunkte bilden das Indexgerüst für insgesamt 202 Seiten.

Fazit: Die Übersicht in Mind-Map-Form ist verblüffend einfach und übersichtlich. Die landkartenartige Gruppenzuordnung nebst kleinem Foto der Pflanzen hilft, die Pflanzen zuzuordnen. Kombiniert, z. B. mit einer ausführlichen Materia Medica zum vertieften Studium der einzelnen Pflanze, kann dieses Buch eine sehr gute Hilfe sein, um einzelne Pflanzen in Zusammenhang stellen zu können und so die Wirkungsbreite und zugleich konkrete Symptomenzuordnung in der klassischen Phytotherapie zu erfassen. M.E. ist des Buchs vor allem als praxisnahe und intelligente Lernhilfe, sich das Heilpflanzenpektrum indikationsbezogen anzueignen, sehr hilfreich.

* *Psyche und Nervensystem, Kopf, Pulmonologie, Kardiologie, Gastroenterologie, Nephrologie-Urologie, Gynäkologie-Geburtshilfe, Rheumatologie-Orthopädie, Metabolismus-Endokrinologie, Dermatologie, Verletzungen-Notfälle, Onkologie*