Ressort: Gesundheit

Hausapotheke nach Kneipp

Buch-Rezension

Hannover, 31.07.2026, 11:02 Uhr

GDN - Pfarrer Sebastian Kneipp ist nicht nur als Experte für Wasseranwendungen in die Geschichtsbücher eingegangen. Seine Gesundheitslehre umfasst insgesamt fünf Elemente. Sein Interesse galt schon früh in seinem Leben den Heilplanzen. Im Buch Hausapotheke werden Kneipp-Heilkräuterwissen weitergegeben.

Sebastian Kneipp lebte von 1821 bis 1897. Neben der Theologie galt sein Interesse vor allem der preisgünstigen und für jeden Menschen verfügbaren Gesundheitslehre. Er selbst kam nicht aus vermögenden Verhältnissen, erkrankte früh und wurde durch einfache Heilmethoden wieder gesund. Sein Wissen gab er weiter.

Kneipp erkannte früh, dass nicht nur ein Baustein nötig ist, damit die Menschen gesund bleiben oder wieder werden. Es entstanden die fünf Kneipp-Elemente Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung.

In dem Buch Hausapotheke aus dem Nikol-Verlag dreht sich auf 144 Seiten alles um Heilkräuter und deren Anwendung durch Tinkturen, Tee, Pulver und Öle. Es werden Heilkräuter von A wie Agave bis Z wie Zinnkraut vorgestellt. Dem Leser wird erklärt, welche Wirkung das Heilkraut hat und wie es angewand wird. Dies geschieht leicht und gut verständlich. Der Leser benötigt kein Medizin-Studium, um die Vorschläge von Kneipp umsetzen zu können.

Das Werk aus dem Nikol-Verlag ist 2019 erschienen und ist mit seinem Preis von 6,95 Euro für jeden gut erschwinglich. Es ist unter der ISBN-Nr.: 978-3-86820-507-7 erschienen und ist nicht nur für Kneipp-Fans lesenwert. Es macht Spaß, in die Heilkräuter-Welt einzutauchen und selbst Nutzen daraus zu ziehen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-125575/hausapotheke-nach-kneipp.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Hartmut Butt

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Hartmut Butt

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619