

ÖAGTCM

Österreichische Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin Waidern 42, 4521 Schiedlberg/Austria Tel: +43(0)7251-22235-14, Fax: 22235-16, mail: info@oeagtcn.at, www.oeagtcn.at



ÖAGTCM

In den letzten Jahrzehnten hat die TCM in Europa und insbesondere auch in Österreich einen enormen Aufschwung erlebt. Die Nachfrage nach Ärzten, die mit den Methoden der TCM arbeiten, nimmt in der Bevölkerung stetig zu. Die ÖAGTCM wurde im Dezember 2004 von einem Ärzt/inn/en-Team gegründet, um Kolleg/inn/en eine optimale TCM-Ausbildung in Oberösterreich anzubieten. War es zu Beginn die Akupunktur, die sich im Westen durchsetzen konnte, so stehen heute vielfach die Phytotherapie mit chinesischen Heilkräutern sowie die chinesische Diätetik im Mittelpunkt des Interesses. U.a. sind folgende Ziele in den Statuten der ÖAGTCM festgelegt:

- Förderung des Wissens und des Verständnisses um die Besonder-

heiten der chinesischen Diagnostik und Arzneimittellehre.

- Fort-, Aus- und Weiterbildung von Ärzt/inn/en in TCM durch theoretische und praktische Veranstaltungen auf internationalem Niveau und Einladung von international anerkannten Vortragenden, die über verschiedene Spezialthemen referieren:
 - Westliche Kräuter in der TCM
 - Hämatologie
 - Onkologie
 - Spezielle Zungen- und Pulsdiagnostik
 - Klassische Werke der TCM wie *Shang Han Lun*, *Wen Bing* und viele mehr
- internationale Kooperationen und Zusammenarbeit
- Vertretung berufspolitischer Interessen
- Öffentlichkeitsarbeit

- Entwicklung von Qualitätssicherungsmaßnahmen und -richtlinien
- Publikationen

Es besteht eine enge Kooperation zwischen ÖAGTCM, der BACOPA-Ärztegesellschaft und dem BACOPA Bildungszentrum in Oberösterreich.

Wir freuen uns, wenn unser Programm Ihr Interesse findet bzw. wenn Sie bei uns Mitglied werden möchten.

Ich wünsche Ihnen viel Freude mit der TCM!

Mit vorzüglicher Hochachtung,

Dr. med. univ. Florian Ploberger B. Ac., MA
Präsident der ÖAGTCM

* * *

Rezepturen für Syndrome der TCM

Dr. Florian Ploberger

Es folgen Ausschnitte aus dem Buch „Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin“. Das 2011 im BACOPA Verlag erschienene Werk

ist eine mehrfach überarbeitete und stark erweiterte Ausgabe des „kleineren“ Buches, dem ersten diesbezüglichen Fachbuch im deutschsprachigen

Raum, das bereits in der 7. Auflage vorliegt.

„Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin“ beschreibt im

Hauptteil circa 230 Kräuter wie z.B. Rosmarin, Basilikum, Frauenmantel, Erdrauch, Löwenzahn, etc. Bei jedem Kraut werden neben dem deutschen Namen auch der pharmazeutische, botanische und englische Name angeführt. Danach finden Sie eine Beschreibung der verwendeten Teile, von Geschmack, thermischer Wirkung, Organzuordnung, Dosierung, sowie eine detaillierte Beschreibung der Funktionen sowie die individuellen Anwendungsgebiete der jeweiligen Kräuter.

Wir bringen Ihnen hier in mehreren Auszügen aus diesem Buch Rezepturen aus westlichen Kräutern für verschiedene Syndrome der TCM. Die Rezepturen sind nach ihrer Wirkung in 20 Gruppen angeordnet und werden folgendermaßen beschrieben: Nach der Auflistung der einzelnen Kräuter mit entsprechender Tagesdosis in Gramm pro Tag folgen Wirkung, Indikation und entsprechende westliche Krankheitsbilder sowie stichwortartig der Zungen- und Pulsbefund. Um das Verständnis zu vertiefen, werden sowohl Aufbau der jeweiligen Rezeptur als auch die Wirkungen der einzelnen Kräuter erläutert. Für manche Syndrome ist nur eine Rezeptur angeführt, während bei anderen Syndromen bis zu vier verschiedene Rezepturen detailliert beschrieben werden.

Rezepturen, die harmonisierend wirken

Der Begriff der „harmonisierenden“ Methode, chinesisch „*He Fa*“, geht auf die späte Han-Dynastie zurück. Ursprünglich wurde diese Bezeichnung für Krankheitsbilder im Bereich des *Shao-Yang* verwendet; heutzutage wird der Begriff der „harmonisierenden“ Methode auch für die Behandlung von Disharmonie-Mustern im Bereich der Leber

und Milz, Gallenblase und Magen sowie Magen und Darm verwendet.

Weil Leber- und Gallenblasenbeschwerden oft zu Beschwerden im Bereich von Milz und Magen führen, wurde der Begriff der „harmonisierenden“ Methode auch auf Rezepturen, die harmonisierend auf das Verhältnis von Holz und Erde einwirken, angewendet. Typische Symptome können sein: Fieber in Abwechslung mit Schüttelfrost (gleichzeitiges Auftreten von Fieber und Schüttelfrost ist ein Hinweis für ein *Tai-Yang*-Krankheitsbild; Fieber ohne Schüttelfrost wird bei *Yang-Ming*-Krankheitsbildern gefunden). Die Gallenblase ist jenes Organ, das mit einem *Shao-Yang*-Krankheitsbild am engsten verbunden ist. Bitterer Mundgeschmack, Trockenheit der Mundschleimhaut und ein Gefühl der Fülle bzw. Stagnation unter den Rippenbögen sind charakteristische Symptome, die der Gallenblase zugeordnet werden.

„Harmonisierende“ Rezepturen sollten bei Vorliegen von äußeren „Pathogenen Faktoren“ nicht angewendet werden, da sonst möglicherweise die „Pathogenen Faktoren“ tiefer in den Körper eindringen können. Auch sollte daran gedacht werden, dass Fieber in Abwechslung mit Schüttelfrost nicht ausschließlich ein *Shao-Yang* Krankheitsbild sein muss. (Derartige Beschwerden können auch bei einem massiven *Qi*-Mangel oder bei einem *Qi*- und Blut-Mangel auftreten. Bei Vorliegen der beiden letztgenannten energetischen Muster würden „harmonisierende“ Rezeptu-

ren zu einer Verstärkung der Beschwerdebilder führen!)

Natürlich ist es so, dass viele Krankheitsbilder im Bereich von Leber und Milz durch belastende, emotionale Faktoren verursacht werden. Diese sollten bei der Erstellung der Therapie mit berücksichtigt (und nicht nur chinesische Kräuter) verschrieben werden.

Wirkung

- Bewegt Leber-*Qi*
- Wirkt Blut-Stagnation entgegen
- Wirkt schmerzstillend

Indikation

- Schmerzen im Hypochondrium (unter dem Rippenbogen)
- Fieber im Wechsel mit Schüttelfrost
- Kalte Finger und Zehen
- Manches Mal mit einem Gefühl der Reizbarkeit und Fülle im Bauchbereich
- Bitterer Mundgeschmack
- Appetitlosigkeit

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- PMS (Prämenstruelles Syndrom: Schmerzen vor der Monatsblutung)
- Dysmenorrhö (Schmerzen zur Zeit der Monatsblutung)
- Gastritis (Entzündung der Magenschleimhaut)
- Cholezystitis (Entzündung der Gallenblase)
- Cholelithiasis (Steine im Bereich der Gallengänge)

Rezeptur 1

Hb. <i>Alchemillae</i> (<i>Frauenmantel</i>).....	3 g	(Kaiserkraut)
Hb. <i>Millefolii</i> (<i>Schafgarbe</i>).....	3 g	(Ministerkraut)
Peric. <i>Citri ret.</i> (<i>Mandarinenschalen</i>).....	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. <i>Paeoniae alba weiße</i> (<i>Pfingstrosenwurzel</i>).....	3 g	(Polizeikraut)
Hb. <i>Menthae piperitae</i> (<i>Pfefferminze</i>).....	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. <i>Glycyrrhizae</i> (<i>Süßholz</i>).....	3 g	(Ministerkraut)
Fl. <i>Rosae</i> (<i>Rosenblüten</i>).....	5 g	(Ministerkraut)

- Mastitis (Brustdrüsenentzündung)
- Ulcus duodeni (Zwölffingerdarmgeschwür)

Zunge roter Zungenkörper, gelber Zungenbelag

Puls gespannt (*xian*)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Das Kaiserkraut Frauenmantel (Hb. Alchemillae) ist ein bitteres, thermisch kaltes Kraut. Dieses leitet Feuchte-Hitze aus und kühlt das Blut. Zusätzlich kann es Leber-Qi- und Blut-Stagnationen auflösen und damit schmerzstillend wirken. Unterstützt wird Frauenmantel (Hb. Alchemillae) durch die Schafgarbe (Hb. Millefolii). Dieses Ministerkraut wirkt ebenfalls Leber-Qi-Stagnationen entgegen und tonisiert gleichzeitig das Milz-Qi. Zusätzlich löst es Blut-Stagnationen auf und leitet Feuchte-Hitze aus.

Die in der Rezeptur befindlichen Mandarinenschalen (Peric. Citri ret.) lösen Stagnationen im Bereich des Mittleren Erwärmer auf und unterstützen als Ministerkraut die transportierende und umwandelnde Funktion der Milz. Das Polizeikraut, die weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba), nährt das Leber-Blut sowie das Leber-Yin. Die weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) wirkt – im Unterschied zu den ausleitenden Kräutern Frauenmantel (Hb. Alchemillae) und Schafgarbe (Hb. Millefolii) – bewahrend. Die Kombination der Kräuter Frauenmantel (Hb. Alchemillae), Schafgarbe (Hb. Millefolii) und Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) ist äußerst effektiv, um Leber-Qi-Stagnationen entgegenzuwirken, ohne das Leber-Yin zu verletzen.

Die weiteren Kräuter dienen in dieser Rezeptur als Ministerkräuter: Pfefferminze (Hb. Menthae piperitae) hat

Rezeptur 2

Hb. Alchemillae (Frauenmantel).....	3 g	(Kaiserkraut)
Hb. Millefolii (Schafgarbe).....	3 g	(Ministerkraut)
Pericarp. Citri ret. viridiae (unreife Mandarinenschalen) ...	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. et Rhz. Rhei (Rhabarberwurzel).....	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. Paeoniae alba (weiße Pfingstrosenwurzel)	3 g	(Polizeikraut)
Rhz. Zingiberis (frischer Ingwer).....	3 g	(Botschaftskraut)
Fr. Jujubae (Datteln).....	4 (Stück)	(Polizeikraut)

ebenfalls eine Leber-Qi-Stagnationen auflösende Wirkung. Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) wirkt wie immer harmonisierend auf die Wirkungen der anderen Kräuter der Rezeptur; zusätzlich wirkt es speziell in Kombination mit der weißen Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) schmerzstillend (bei krampfartigen, kolikartigen Schmerzen). Rosenblüten (Fl. Rosae) sind der Rezeptur hinzugefügt, da Rosenblüten (Fl. Rosae) nicht nur einer Leber-Qi-Stagnation entgegen wirken, sondern auch beruhigend auf ein aufsteigendes Leber-Yang sowie auf Herz-Feuer wirken. Aus diesem Grund können Rosenblüten (Fl. Rosae) immer dann eingesetzt werden, wenn die psychische Komponente bei schmerzhaften Beschwerden im Vordergrund steht.

Wirkung

- Wirkt harmonisierend
- Vertreibt „Pathogene Faktoren“ in der Shao-Yang Schicht
- Löst Verhärtungen, die durch Hitze entstanden sind, auf

Indikation

- Fieber in Abwechslung mit Schüttelfrost
- Gefühl der Fülle im Bauchbereich und unter den Rippenbögen
- Brechreiz
- Rezidivierendes Erbrechen
- Lokales Druckgefühl oder Schmerzen im Bauchbereich
- Bitterer Mundgeschmack
- Durchfall, mit einem brennenden Gefühl beim Stuhlgang
- Schwäche der Darmperistaltik

- Leichtes Gefühl der inneren Unruhe

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Akute Gastroenteritis (Entzündung des Magen-Darmtraktes)
- Cholezystitis (Entzündung der Gallenblase)
- Cholezystolithiasis (Gallensteine)
- Akute Pankreatitis (Entzündung der Bauchspeicheldrüse)
- Virale Hepatitis (Entzündung der Leber)
- Peritonitis (Entzündung des Bauchfells)
- Migräne (anfallsweise, seitliche Kopfschmerzen)
- Trigeminusneuralgie (Schmerzen im Bereich der Gesichtsnerven)
- Malaria
- Interkostalneuralgie (Entzündung der Zwischenrippengelenke)
- Maligne Hypertonie (hoher Blutdruck, der zu Schädigungen führt)

Zunge gelber Zungenbelag

Puls gespannt (*xian*) und voll (*shi*)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Als Kaiserkraut dient hier Frauenmantel (Hb. Alchemillae). Dieses leitet Hitze aus dem Bereich des Shao-Yang aus. Dabei wird es in der Hitze ausleitenden Funktion durch das Ministerkraut Schafgarbe (Hb. Millefolii) unterstützt. Als weiteres Ministerkraut dienen unreife Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae), die eingesetzt werden, um das Qi im Bereich des Mittleren Erwär-

Rezeptur 3

Hb. Millefolii (Schafgarbe).....	3 g	(Kaiserkraut)
Hb. Alchemillae (Frauenmantel).....	3 g	(Kaiserkraut)
Pericarp. Citri ret. viridae (unreife Mandarinenschalen)	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. Paeoniae alba (weiße Pfingstrosenwurzel)	3 g	(Polizeikraut)
Rdx. Glycyrrhizae (Süßholz).....	3 g	(Botschaftskraut)

mers zu bewegen, Qi-Stagnationen sowie Nahrungsmittel-Stagnationen aufzulösen und damit ein Völlegefühl im Bereich des Brustkorbes und des Abdomens zu vermindern. Die Kombination der unreifen Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae) mit Frauenmantel (Hb. Alchemillae) ist gut geeignet, um Qi-Stagnationen im Bereich des Mittleren Erwärmer aufzulösen.

Das nächste Ministerkraut, Rhabarberwurzel (Rdx. et Rhz. Rhei), leitet Hitze aus dem Bereich der Gallenblase und des Magens über den Darm aus und löst Blut-Stagnationen auf. Wenn es in Kombination mit unreifen Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae) eingesetzt wird, können diese beiden Kräuter Verhärtungen, die durch Hitze entstanden sind, auflösen.

Die weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) nährt als Polizeikraut das Blut, reguliert den Leber-Qi-Fluss und wirkt Schmerzen und Verhärtungen in der Bauchregion entgegen. Die Kombination der Kräuter: unreife Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae), Rhabarberwurzel (Rdx. et Rhz. Rhei) und weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) kann Schmerzen, die aufgrund einer Fülle im Bereich des Bauches bestehen, entgegenwirken.

Als Botschaftskraut dieser Rezeptur dient frischer Ingwer (Rhz. Zingiberis). Dieses ist scharf, thermisch warm und wirkt somit den bitter-kalten Kräutern entgegen. Zusätzlich kann Ingwer (Rhz. Zingiberis) eingesetzt werden, um Brechreiz und Erbrechen zu beenden. Die in der Rezeptur befindlichen Datteln (Fr.

Jujubae) tonisieren einerseits als Polizeikraut das Milz-Qi, andererseits wirken sie in Kombination mit der weißen Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) Schmerzen in der Bauchregion entgegen. Zusätzlich wirkt die Kombination der weißen Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) mit Datteln (Fr. Jujubae) Yin nährend, wodurch das Yin vor einer Verletzung durch die pathogene Hitze geschützt wird. Die Kombination von frischem Ingwer (Rhz. Zingiberis) mit Datteln (Fr. Jujubae) reguliert das Abwehr- und Nähr-Qi und hilft somit, „Pathogene Faktoren“ zu vertreiben.

Wirkung

- Wirkt harmonisierend
- Vertreibt „Pathogene Faktoren“
- Löst Leber-Qi-Stagnationen auf
- Reguliert die Milz

Indikation

- Kalte Finger und Zehen
- Manches Mal mit einem Gefühl der Reizbarkeit und Fülle im Bauchbereich
- Schmerzen im Bauchbereich
- Bitterer Mundgeschmack
- Appetitlosigkeit

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Gastritis (Entzündung der Magenschleimhaut)
- Cholezystitis (Entzündung der Gallenblase)
- Cholelithiasis (Steine im Bereich der Gallengänge)
- Hepatitis (Entzündung der Leber)
- Mastitis (Brustdrüsenentzündung)

- Ulcus duodeni (Zwölffingerdarmgeschwür)

Zunge roter Zungenkörper, gelber Zungenbelag

Puls gespannt (xian)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Die Kombination der Kaiserkräuter Schafgarbe (Hb. Millefolii) und Frauenmantel (Hb. Alchemillae) leitet Hitze aus und wirkt den Qi-Stagnationen entgegen. Unterstützt werden sie in ihrer Wirkung durch die unreifen Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae). Diese wirken als Ministerkraut Stagnationen im Bereich des Mittleren Erwärmer entgegen und unterstützen zusätzlich die transportierende und umwandelnde Funktion der Milz.

Als vereinfachte Regel gilt, dass unreife Schalen von Zitrusfrüchten einen stärkeren Bezug zum Holz-Element aufweisen als die reifen Schalen. Diese wiederum besitzen einen stärkeren Bezug zu Milz und Magen. Idealerweise werden unreife Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae) dann eingesetzt, wenn die Diagnose lautet: eine Leber-Qi-Stagnation (Holz) verletzt die Milz (Erde). Die weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) nährt als Polizeikraut das Leber-Blut und -Yin und wirkt im Gegensatz zu den ersten drei Kräutern bewahrend. Aus diesem Grund ist die Kombination von Schafgarbe (Hb. Millefolii), Frauenmantel (Hb. Alchemillae), unreifen Mandarinenschalen (Peric. Citri ret. viridae) sowie der weißen Pfingstrose (Rdx. Paeoniae alba) äußerst effektiv, um einer Leber-Qi-Stagnation entgegenzuwirken, ohne das Leber-Yin zu verletzen. In Kombination mit dem Botschaftskraut Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) wirkt die weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) schmerzstillend und krampflösend.

Wie immer wirkt sich Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) harmonisierend auf die Wirkung der verschiedenen Kräuter einer Rezeptur aus.

Wirkung

- Wirkt harmonisierend
- Vertreibt „Pathogene Faktoren“ in der *Shao-Yang* Schicht
- Löst Leber-*Qi*-Stagnation auf

Indikation

- Fieber in Abwechslung mit Schüttelfrost
- Trockene Mundschleimhaut
- Gefühl der Fülle im Bauchbereich und unter den Rippenbögen
- Brechreiz und Erbrechen
- Schmerzen im Bauchbereich
- Bitterer oder saurer Mundgeschmack
- Appetitlosigkeit

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Bronchitis (Erkrankung der Atmungsorgane mit Husten und Auswurf)
- Grippale Infekte
- Pneumonie (Lungenentzündung)
- TBC (Tuberkulose)
- Parotitis (Entzündung der Ohrspeicheldrüse)
- Ikterus (Gelbsucht)
- Malaria
- Akute, virale Hepatitis (Entzündung der Leber)
- Postpartales (nachgeburtliches) Fieber
- Akute Phylonephritis (Nierenbeckenentzündung)
- Cholezystitis (Entzündung der Gallenblase)
- Interkostalneuralgie (Entzündung der Zwischenrippengelenke)
- Lymphadenitis (Entzündung der Lymphbahnen)

Zunge dünner, weißer Zungenbelag

Puls gespannt (*xian*)

Rezeptur 4

Hb. Millefolii (<i>Schafgarbe</i>).....	3 g	(Kaiserkraut)
Hb. Alchemillae (<i>Frauenmantel</i>).....	3 g	(Ministerkraut)
Fr. Juniperi (<i>Wacholderbeeren</i>).....	4 g	(Polizeikraut)
Fr. Carvi (<i>Kümmel</i>).....	2 g	(Polizeikraut)
Hb. Menthae piperitae (<i>Pfefferminze</i>).....	5 g	(Polizeikraut)
Peric. Citri ret. (<i>Mandarinenschalen</i>).....	3 g	(Polizeikraut)
Rhz. Zingiberis (<i>frischer Ingwer</i>).....	1 g	(Polizeikraut)
Rdx. Ginseng (<i>Ginseng</i>).....	3 g	(Polizeikraut)
Rdx. Glycyrrhizae (<i>Süßholz</i>).....	3 g	(Polizeikraut)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Die Kombination des Kaiserkrautes Schafgarbe (Hb. Millefolii) mit dem Ministerkraut Frauenmantel (Hb. Alchemillae) kann eingesetzt werden, um „Pathogene Faktoren“ im Bereich des *Shao-Yang* auszuleiten. Beide Kräuter wirken einer Leber-*Qi*-Stagnation entgegen und leiten Feuchte-Hitze aus dem Bereich der Leber und Gallenblase aus. Da Schafgarbe (Hb. Millefolii) zusätzlich leicht schweißtreibend wirkt, kann sie eingesetzt werden, um äußere „Pathogene Faktoren“ zu vertreiben. Die Polizeikräuter Wacholderbeeren (Fr. Juniperi), Kümmel (Fr. Carvi), Pfefferminze (Hb. Menthae piperitae) und Mandarinenschalen (Peric. Citri ret.) wirken im Bereich des Mittleren Erwärmers harmonisierend. Diese Kräuter wirken leicht wärmend und können eingesetzt werden, um Feuchtigkeit und Schleim auszuleiten. Die Kombination der soeben angeführten Kräuter mit Ingwer (Rhz. Zingiberis) leitet rebellierendes *Qi* nach unten und stoppt somit Brechreiz und Erbrechen. Ginseng (Rdx. Ginseng) und Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) sind der Rezeptur als Polizeikräuter hinzugefügt, um das *Qi* zu tonisieren. Damit soll das Eindringen eines „Pathogenen Faktors“ in das Innere des Körpers verhindert werden. Zusätzlich verhindert Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae), dass bitter-kalte und scharf-warme Kräuter das *Qi* verletzen.

Wirkung

- Besänftigt die Leber
- Beseitigt Leber-*Qi*-Stagnation, speziell aufgrund eines Blut-Mangels
- Nährt das Blut
- Tonisiert das Milz-*Qi*

Indikation

- Schmerzen unter den Rippenbögen
- Kopfschmerzen
- Vertigo (Drehschwindel)
- Appetitlosigkeit
- Bitterer Mundgeschmack
- Trockene Mundschleimhaut
- Unregelmäßige Monatsblutung
- Schmerzen und Spannungen im Bereich der weiblichen Brust

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Chronische Hepatitis (Entzündung der Leber)
- Chronische Gastritis (Entzündung der Magenschleimhaut)
- Anämie (Blut-Mangel)
- Klimakterium (Wechselbeschwerden)
- Knoten in der Brust
- Dysmenorrhö (Schmerzen zur Zeit der Monatsblutung)

Zunge blassrot

Puls gespannt (*xian*) und leer (*xu*)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Die beiden Kräuter Schafgarbe (Hb. Millefolii) und Johanniskraut (Hb. Hyperici) wirken einer Leber-*Qi*-Stag-

Rezeptur 5

Hb. Millefolii (Schafgarbe).....	4 g	(Kaiserkraut)
Hb. Hyperici (Johanniskraut).....	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. Paeoniae alba (weiße Pfingstrosenwurzel)	8 g	(Ministerkraut)
Hb. Anserinae (Gänsefingerkraut).....	2 g	(Ministerkraut)
Fl. Lavandulae (Lavendelblüten).....	2 g	(Ministerkraut)
Fol. Rosmarini (Rosmarin).....	3 g	(Ministerkraut)
Rdx. Glycyrrhizae (Süßholz).....	2 g	(Polizeikraut)
Rhz. Zingiberis (Ingwer).....	2 g	(Botschaftskraut)
Hb. Menthae piperitae (Pfefferminze).....	2 g	(Botschaftskraut)

nation entgegen. Schafgarbe (Hb. Millefolii) dient als Kaiserkraut, Johanniskraut (Hb. Hyperici) als Ministerkraut. Da die westliche Angelikawurzel (Rdx. Angelicae archangelicae) – im Gegensatz zu der chinesischen Angelikawurzel (Rdx. Angelicae sinensis, chinesische Bezeichnung: Danggui) – nicht das Blut tonisiert, sondern eher das Milz-Qi und -Yang tonisiert, karminativ wirkt und Feuchte-Kälte aus dem Bereich des Dickdarmes ausleitet, kommt in dieser Rezeptur aus westlichen Kräutern eine relativ große Menge der weißen Pfingstrose (Rdx. Paeoniae Lactiflorae) zur Anwendung, um

das Blut zu tonisieren. Darüber hinaus wirkt das Ministerkraut weiße Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae Lactiflorae) sanft Qi-Stagnationen entgegen. Gänsefinger (Hb. Anserinae) ist ein Kraut, das eine nach oben gerichtete Bewegungsrichtung aufweist. In Kombination mit den anderen Qi-Stagnation auflösenden Kräutern wird durch dieses Ministerkraut die Zirkulation des Qi zusätzlich unterstützt. Die Kombination der Ministerkräuter Lavendelblüten (Fl. Lavandulae) und Rosmarin (Fol. Rosmarini) kann eingesetzt werden, um Qi-Stagnationen im Bereich des Mittleren Erwärmer

entgegenzuwirken. Das Polizeikraut Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) tonisiert einerseits das Milz-Qi, andererseits wirkt es in Kombination mit der weißen Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae alba) krampfhaften Schmerzen in der Bauchregion entgegen.

Die Kombination von Süßholz (Rdx. Glycyrrhizae) mit dem Botschaftskraut frischer Ingwer (Rhz. Zingiberis recens) tonisiert effektiv das Milz-Qi. Es ist wichtig, das Milz-Qi zu stärken, denn dieses ist für die Blutproduktion verantwortlich.

Ingwer (Rhz. Zingiberis) wirkt harmonisierend im Bereich des Verdauungstraktes und der Entwicklung eines rebellierenden Qi entgegen. Ein weiteres Botschaftskraut, Pfefferminze (Hb. Menthae piperitae), wirkt, wenn es in einer entsprechenden niedrigen Dosierung angewendet wird, einer Qi-Stagnation entgegen. Darüber hinaus kühlt Pfefferminze (Hb. Menthae piperitae) jene Hitze, die aufgrund einer Stagnation entstehen kann.

Literatur

Florian Ploberger: Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin

In knapp einem Jahr 1.000 verkaufte Exemplare! Die Traditionelle Chinesische Medizin wird immer beliebter und somit auch die chinesische Phytotherapie. So werden auch sogenannte westliche Kräuter nach Kriterien der TCM beschrieben und in der Behandlung eingesetzt.

Bei dem vorliegenden Werk handelt es sich um eine überarbeitete und erweiterte Ausgabe des ersten diesbezüglichen Fachbuches im deutschsprachigen Raum.

Ungefähr 230 Kräuter wie z.B. Rosmarin, Basilikum, Frauenmantel, Erdrauch, Löwenzahn, etc., werden beschrieben. Bei jedem Kraut werden neben dem deutschen Namen auch der pharmazeutische, botanische und englische Name angeführt. Danach finden Sie eine Beschreibung der verwendeten Teile, von Geschmack, thermischer Wirkung, Organzuordnung, Dosierung, sowie eine detaillierte Beschreibung der Funktionen sowie die individuellen Anwendungsgebiete der jeweiligen Kräuter.

Darüber hinaus wurde ein gänzlich neuer Abschnitt hinzugefügt, der sich mit Rezepturen aus westlichen Kräutern für die Syndrome der TCM beschäftigt. Alle in diesem Buch beschriebenen Kräuter sind als Zeichnungen abgebildet.

Dieses Buch dient sowohl Einsteigern als auch erfahrenen Therapeuten als wichtige Informationsquelle!

580 Seiten, 208 vierfarbige Abb., Tabellen, Lesebändchen, geb., ISBN 978-3-901618-63-5
€ 69,00

Florian Ploberger

Dr. med. univ.
Florian Ploberger
B. Ac., MA, Wien
Medizinstudium und Turnus in Wien. Bachelor in Akupunktur der K.S. Universität (USA); 4 Semester Sinologie-Studium; Studienaufenthalte China (TCM-Universität in Peking und Chengdu) sowie Indien (LTWA – Library of Tibetan Works & Archives, Men-Tsee-Khang (Institut für tibetische Medizin und Astrologie in Dharamsala, Nordindien)). 2004-2012 Master-Studi-



um der Tibetologie an der Universität Wien.

Mehrere Bücher veröffentlicht (Schwerpunkte: Westliche Kräuter aus Sicht der TCM, Tibetische Medizin).

Präsident der ÖAGTCM, Leiter des BA-COPA-Bildungszentrums.

Seit 2007 Lektor an der Wiener Universität. 2007 zudem Vortragstätigkeit am Men-Tsee-Khang.

2009 wurde er offiziell von der Exilregierung der Tibeter mit der Übersetzung der ersten beiden Teile des bedeutendsten Werkes der tibetischen Medizin (rGyud-bZhi, deutscher Titel: Vier Tantranten der Medizin) beauftragt. Im Jahr 2011 folgte der Auftrag für die Übersetzung des letzten Teiles.

Seit 2010 verschiedene Lehraufträge und Gastvorträge, u.a. Uni Prag, Uni Wien, ICOM-Kongress Seoul/Südkorea.