

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 Traditionelle Chinesische Medizin (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 Arzt/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 Arzt/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 TCM“ 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 verschiedenen Rezepturen detailliert beschrieben werden.

Rezepturen, die die Blut-Zirkulation anregen

Rezepturen, die in diesem Abschnitt des Buches vorgestellt werden, wirken Blut-Stagnationen bzw. Blut-Stasen entgegen. Zwischen diesen beiden Begriffen bestehen fließende Übergänge. Wenn der Blutfluss innerhalb der Meridiane und Kollateralgefäße behindert und verlangsamt, jedoch noch nicht vollständig zum Erliegen gekommen ist, so wird in der Chinesischen Medizin der Ausdruck „*Xue Zhi*“ (deutsch: „Blut-Stagnation“) verwendet. Sollte sich der Befund verschlechtern und der Blutfluss zum Stillstand kommen,

so wird dies in der Chinesischen Medizin mit dem Ausdruck „*Xue Yu*“ beschrieben. Dieser Begriff kann mit „Blut-Stase“ übersetzt werden. Diese Blut-Stase wird in Abhängigkeit davon, welches Organ vorrangig betroffen ist und auch in Abhängigkeit von den auslösenden Faktoren Kälte, Hitze, Mangel oder Überschuss, weiter differenziert.

Charakteristische Symptome einer Blut-Stagnation, aber auch einer Blut-Stase sind: gut lokalisierbare, intensive Schmerzen; Abszesse (abgekapselte Eiteransammlung), Haar- ausfall, zyanotische Lippenfarbe, zyanotische Areale am Zungenkörper sowie ein rauer (*Se*) Puls.

Zu den wichtigsten Ursachen einer Blut-Stagnation bzw. einer Blut-Stase zählen ein *Qi*-Mangel sowie eine *Qi*-Stagnation. Wenn nicht ein ausreichendes Maß an *Qi* vorhanden ist bzw. eine *Qi*-Stagnation vorliegt, wird der Blutfluss beeinträchtigt.

Auch Kälte beeinträchtigt die Blutzirkulation und kann zu Blut-Stagnationen oder Blut-Stase Anlass geben. Typische Symptome sind in diesem Fall: eine verspätet einsetzende Monatsblutung mit klumpigem Blut, palpable (tastbare) Verhärtungen im Bauchbereich sowie Amenorrhö (Ausbleiben der Monatsblutung). Alle soeben aufgelisteten Symptome treten in Kombination mit gut lokalisierbaren Schmerzen auf. Wenn Kälte die Ursache für eine Blut-Stagnation oder einer Blut-Stase ist, so sollte folgendes therapeutische Vorgehen gewählt werden: Kälte sollte vertrieben,

der Blutfluss angeregt und die Blut-Stagnation aufgelöst werden.

Auch Hitze kann zu einer Blut-Stagnation oder zu einer Blut-Stase führen, und zwar immer dann, wenn das Blut durch die Hitze „eingedickt“ wird. Des Weiteren kann Hitze zu einer übermäßig starken Blutzirkulation führen, wodurch es zu Blutungen kommen kann. Beispiele dafür sind: Petechien (punktförmige Blutungen im Bereich der Haut), Epistaxis (Nasenbluten), blutiges Erbrechen, Abhusten eines blutigen Sputums, Hämaturie (Blut im Urin) und Blut im Stuhl.

Weitere Ursachen für eine Blut-Stagnation oder Blut-Stase sind: Verletzungen, Operationen, Fremdkörper innerhalb des Körpers (beispielsweise Spiralen als Verhütungsmethode) sowie laut Texten der klassischen TCM: Geburten. Viele chronisch kranke Menschen besitzen eine Blut-Stagnation oder eine Blut-Stase. Aus diesem Grund ist es sinnvoll, bei chronisch kranken Menschen an eine Blut-Stagnation zu denken; vor allem immer dann, wenn nach Einnahme zuvor verschriebener Rezepturen keine Verbesserung eingetreten ist.

Auch ein *Yin*-Mangel sowie Feuchtigkeit und Schleim können Ursachen für eine Blut-Stagnation bzw. -Stase sein. Da in westlichen Ländern praktizierende TCM-Ärzte es oft mit Patienten zu tun haben, die unter chronischen Beschwerden leiden, haben Kräuter, die die Blutzirkulation anregen, eine große Bedeutung.

Rezeptur 1

Fl. <i>Arnicae</i> (<i>Arnika</i>)	9 g (Kaiserkraut)
Hb. <i>Hyperici</i> (<i>Johanniskraut</i>).....	10 g (Kaiserkraut)
Fl. <i>Calendulae</i> (<i>Ringelblume</i>).....	8 g (Kaiserkraut)
Hb. <i>Bursae pastoris</i> (<i>Hirtentäschelkraut</i>)	3 g (Kaiserkraut)
Fol. <i>Rosmarini</i> (<i>Rosmarin</i>).....	3 g (Ministerkraut)
Sem. <i>Hippocastani</i> (<i>Roskastanie</i>).....	5 g (Ministerkraut)
Rdx. <i>Paeonia rubra</i> (<i>rote Pfingstrose</i>).....	7 g (Ministerkraut)
Rdx. et Rhz. <i>Rhei</i> (<i>Rhabarberwurzel</i>).....	3 g (Ministerkraut)

Kräuter gegen eine Blut-Stagnation oder Blut-Stase sind effizient. Ihre Einnahme kann natürlich zur Entwicklung von Nebenwirkungen führen. Aus diesem Grund sollten sie mit Vorsicht bei alten oder geschwächten Menschen eingesetzt werden. Des Weiteren sollten Kräuter, die die Blutzirkulation anregen, bei Patienten mit Blutungen (außer diese sind durch eine Blut-Stagnation verursacht worden) nur mit äußerster Vorsicht eingesetzt werden. Während einer Gravidität (Schwangerschaft) sind sie kontraindiziert.

Wirkung

- Gegen Qi-Stagnationen
- Gegen Blut-Stagnationen
- Wirkt Schmerzen und Schwellungen entgegen
- Löst Gewebsverhärtungen und Knoten auf

Indikation

- Gut lokalisierbare Schmerzen
- Zur Unterstützung der Heilungsprozesses nach Verletzungen
- Knoten in der Brust

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Nach Verletzungen wie Prellungen, Stauchungen, Knochenbrüchen, etc.
- Myalgie (Schmerzen und Verhärtungen der Muskulatur)
- Chronische Tendovaginitis Sehenscheidenentzündung)

Zunge cyanotischer Zungenkörper

Puls gespannt (*Xian*) oder rau (*Se*)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Diese Rezeptur aus westlichen Kräutern enthält mehrere Qi- und Blut bewegende Kräuter. Arnika (Fl. Arnicae), ein leicht süßes, bitteres, scharfes, thermisch neutrales Kaiserkraut, tonisiert das Herz-*Yang* und kann sowohl

innerlich als auch äußerlich angewendet werden, um Probleme im Bereich der Nerven und Blutgefäße zu behandeln. Unterstützt wird Arnika (Fl. Arnicae) durch Johanniskraut (Hb. Hyperici), das als „Kaiserkraut“ zur Behandlung von Problemen im Bereich der Nerven bezeichnet werden kann. Ringelblume (Fl. Calendulae), ein leicht bitteres, süßes, salziges, thermisch neutrales Kraut, löst ebenfalls Blut-Stagnationen auf. Darüber hinaus klärt dieses Kaiserkraut Wind-Hitze und nährt das Herz-*Yin*. Das bittere, adstringierende, scharfe, thermisch kühle Hirtentäschelkraut (Hb. Bursae pastoris) kann eingesetzt werden, um als Kaiserkraut Blut-Stagnationen, speziell im Bereich des Unteren Erwärmers, entgegenzuwirken. Dieses Kraut wird in der westlichen Kräutertherapie eingesetzt, um Blutungen, die aufgrund einer Blut-Stagnation bestehen, zu stoppen. Zusätzlich tonisiert Hirtentäschelkraut (Hb. Bursae pastoris) das Herz-*Qi* und löst Leber-*Qi*-Stagnationen auf. Die Kombination der Ministerkräuter: Rosmarin (Fol. Rosmarini), Rosskastanie (Sem. Hippocastani) und rote Pfingstrosenwurzel (Rdx. Paeoniae rubra) eignet sich, um Blut-Stagnationen aufzulösen. Auch die bittere, thermisch kalte Rhabarberwurzel (Rdx. et Rhz. Rhei) wirkt Blut-Stagnationen entgegen. Darüber hinaus kann dieses Ministerkraut eingesetzt werden, um Gewebsverhärtungen und Knoten aufzulösen. Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass sich diese Rezeptur aus westlichen Kräutern dazu eignet, Qi- und Blut-Stagnationen aufzulösen, Schmerzen und Schwellungen entgegenzuwirken und Verhärtungen aufzulösen. Dabei behandelt Arnika (Fl. Arnicae) vor allem Probleme im Bereich der Blutgefäße und Johanniskraut (Hb. Hyperici) Probleme, die im Bereich der Nerven bestehen.

Wirkung

- Leitet Hitze aus
- Gegen Blut-Stagnationen

Indikation

- Akute Schmerzen im Unterbauch
- Inkontinenz (Unfähigkeit, den Harn zu halten)
- Nächtliches Fieber
- Unruhezustände
- Sprechen sinnloser Worte
- Starker Durst
- Möglicherweise:
- Manisches Verhalten
- Unregelmäßigkeiten der Monatsblutung
- Schmerzen zur Zeit der Monatsblutung
- Ausbleiben der Monatsblutung

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

- Akute Endometritis (Entzündung der Gebärmutter Schleimhaut)
- Plazentaretention (Nicht Lösen des Mutterkuchens)
- Amenorrhö (Ausbleiben der Monatsblutung)
- Dysmenorrhö (Schmerzen zur Zeit der Monatsblutung)
- Cervicitis (Entzündung des Muttermundes der Gebärmutter)
- Adnexitis (Entzündung der Eileiter und Eierstöcke)

Rezeptur 2

Fl. Arnicae (<i>Arnika</i>)	6 g Kaiserkraut)
Rdx. et Rhz. Rhei (<i>Rhabarberwurzel</i>)	8 g (Kaiserkraut)
Ram. Cinnamomi (<i>Zimtweige</i>)	2 g (Ministerkraut)
Fol. Rosmarini (<i>Rosmarin</i>)	3 g (Ministerkraut)
Hb. Equiseti (<i>Ackerschachtelhalme</i>)	6 g (Polizeikraut)
Rdx. Glycyrrhizae (<i>Süßholz</i>)	2 g (Polizeikraut + Botschaftskraut)

- Nach Verletzungen wie Prellungen, Stauchungen, Knochenbrüchen etc.
- Manie
- Ileus (Darmverschluss)

Zunge cyanotischer Zungenkörper
Puls voll (*Shi*) gespannt (*Xian*) oder rau (*Se*)

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Als Kaiserkräuter dieser Rezeptur dienen das leicht süße, bittere, scharfe, thermisch neutrale Arnikakraut (Fl. *Arnicae*) sowie die Rhabarberwurzel (Rdx. et Rhz. Rhei). Dieses

bittere, thermisch kalte Kraut wirkt stark abführend, den „Pathogene Faktor“ Hitze ausleitend sowie Blut-Stagnationen auflösend. Rhabarberwurzel (Rdx. et Rhz. Rhei) ist in dieser Rezeptur hoch dosiert, um effektiv Hitze ausleiten zu können. Als eines der Ministerkräuter dienen Zimtweige (Ram. *Cinnamomi*). Diese wärmen im Bereich der Sehnen und Muskeln, lösen Stagnationen auf und können eingesetzt werden, um Blut-Stagnationen aufzulösen. Rosmarin (Fol. *Rosmarini*), das zweite Ministerkraut, unterstützt die wärmende, Blut bewegende Wirkung der Zimtweige (Ram. *Cinnamomi*)

im Bereich des Unteren Erwärmer. Aus diesem Grund wirkt Rosmarin (Fol. *Rosmarini*) Schmerzen zur Zeit der Monatsblutung, die aufgrund einer Kälte bzw. Blut-Stagnation bestehen, entgegen. Ackerschachtelhalm (Hb. *Equiseti*) befindet sich in der Rezeptur, um einerseits Hitze zu kühlen, andererseits als Polizeikraut das *Yin* zu bewahren. Süßholz (Rdx. *Glycyrrhizae*) dient sowohl als Polizei- als auch als Botschaftskraut. Es schützt den Magen vor den drastischen Wirkungen der anderen Kräuter und wirkt harmonisierend im Bereich des Mittleren Erwärmer.

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 in 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)). Seit 2004 Studium der Tibetologie an der Universität Wien (Master 2012). Mehrere Bücher veröffentlicht. (Schwerpunkte: Westliche Kräuter aus Sicht der TCM sowie Tibetische Medizin). Präsident der Österreichischen Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (ÖAGTCM)



und Leiter des BACOPA-Bildungszentrums.

2007 Vortragstätigkeit am Men-Tsee-Khang.

Seit 2007 Lektor an der Wiener Universität.

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 Tanten der Medizin) beauftragt. Im Jahr 2011 folgte der Auftrag für die Übersetzung des letzten Teiles.

2010 Lehrtätigkeit am „Institute of South and Central Asia“ der Prager St. Charles University, 2011 ein Gastvortrag am Institut für Ostasienwissenschaften der Universität Wien, Bereich Sinologie, 2012 Gastvortrag an der Medizinuniversität Wien sowie Vortragender an mehreren internationalen Kongressen, u.a. am 12. ICOM-Kongress in Seoul/Südkorea.