

ÖAGTCM



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

Tibetische Rezeptur aus Sicht der TCM – PADMA 28

Florian Ploberger

Die Traditionelle Tibetische Medizin (TTM) wird, ebenso wie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM),

auch außerhalb Asiens immer beliebter. In diesem Artikel sollen nun erstmalig die Rezepturfamilie

PADMA 28 aus Sicht der TCM-Phytotherapie beschrieben werden.

Die Beschreibung dieser Präparate ist insofern von Interesse, als dass in den beiden traditionellen Medizinsystemen vollständig unterschiedliche Konzepte und somit auch differierende Beschreibungen der verwendeten Arzneimittelmischungen bestehen. Ziel dieses Artikels ist es, die oben angeführte tibetische Rezepturfamilie aus Sicht der TCM detailliert zu beschreiben und somit einen Brückenschlag zwischen der TCM und der TTM herzustellen.

Pharmakologische Prinzipien der TCM im Vergleich zur TTM

Wenn es bei der Beschreibung der einzelnen Pflanzen in der TCM und TTM im Detail manchmal Differenzen gibt, so ist dies zu begrüßen, da man diese Unterschiede als Diskussionsgrundlage ansehen kann.

Im Unterschied zur TTM, welche hauptsächlich den Ort, an dem eine Pflanze wächst, den Geschmack, das makroskopische Aussehen einer Pflanze sowie astrologische Aspekte bei der Beschreibung einer Pflanze berücksichtigt, ist die TCM durch exakte Beschreibung der in ihrer Materia Medica vorkommenden Pflanzen gekennzeichnet. So werden neben Geschmack, thermischer Wirkung und Organzuordnung jeweils auch die speziellen Wirkungen sowie die empfohlenen Tagesdosierungen angegeben. Eine weitere Stärke der traditionellen chinesischen Ärzte war es, über die Beschreibung der Einzelkräuter hinaus Rezepte zusammenzustellen, deren Aufbau durch eine wunderbare Präzision besticht. So kommen in den meisten TCM-Rezepturen folgende Bestandteile vor: Kaiserkräuter, Ministerkräuter, Polizeikräuter sowie Botenkräuter.

An dieser Stelle sei auch darauf hingewiesen, dass bei verschiedenen Pflanzen in Abhängigkeit davon, wo

sie gewachsen sind, welchen Witterungsbedingungen sie ausgesetzt waren, zu welchen astrologischen Konstellationen sie geerntet wurden etc. eine unterschiedliche Wirkung zu beobachten ist.

Tibetische Arzneimischungen, die in den meisten Fällen in Form von Pillen oder Pulvern verabreicht werden, enthalten mehr Einzelbestandteile als die klassischen TCM-Rezepturen. Tibetische Pillen, die 50 oder gar mehr Einzelbestandteile beinhalten, sind keine Seltenheit. Diese verschiedenen Bestandteile – früher wurden neben Pflanzen und Mineralien auch tierische Wirkstoffe verwendet, die in der heutigen Zeit aber aus ethischen Überlegungen und aus Gründen des Artenschutzes nicht mehr verwendet werden – haben oft stark differierende Geschmäcker, thermische Wirkungen sowie Funktionen. Durch diese Vorgehensweise sind tibetische Mischungen in ihrer Wirkung sehr ausgewogen und damit nebenwirkungsarm.

Interessanterweise gibt es in der TTM nicht die in der TCM übliche Vorgangsweise, klassische Rezepturen individuell an den jeweiligen Patienten anzupassen bzw. durch Hinzufügen oder Weglassen einzelner oder mehrerer Bestandteile zu variieren. Als Begründung wird der große Respekt vor den Verfassern der alten Texte bzw. Ehrfurcht vor dem Medizin-Buddha, auf den die TTM zurückzuführen ist, angegeben. Ein Großteil der heutzutage in Tibet bzw. im Exil praktizierenden TTM-Ärzte verwendet in der täglichen Praxis 100–150 verschiedene Mischungen, die nicht individuell an den Patienten angepasst werden, sondern einer fixen Rezeptur folgen. Jedoch werden verschiedene Rezepturen dem Patienten entsprechend zusammengestellt. Diese Kombination wird über den Behandlungszeitraum dem Krankheitsverlauf angepasst und ver-

ändert. Die verwendeten Mischungen stammen aus diversen klassischen Texten. Es gibt jedoch in der TTM ein Argument, welches es dem Arzt ermöglicht, auch die Rezepturen aus überlieferten Texten der Tibetischen Medizin abzuwandeln: Sollten gewisse Bestandteile einer Rezeptur nämlich nicht erhältlich bzw. aus Gründen des Artenschutzes nicht verwendet werden dürfen, dürfen sie substituiert werden. Diese Ersatzbestandteile werden nach den Kriterien Geschmack und thermische Wirkung ausgewählt und sollten dem zu ersetzenden Bestandteil möglichst ähnlich sein.

Die Rezepturfamilie PADMA 28

Im Rahmen dieser Untersuchung wurde die PADMA 28 Rezepturfamilie untersucht. Zu dieser Familie gehören unter anderem das in der Schweiz erhältliche Präparat PADMA 28 sowie das österreichische Präparat PADMA CIRCOSAN. Beide Präparate sind im jeweiligen Land als Arzneimittel am Markt. Das österreichische Produkt unterscheidet sich vom schweizerischen dadurch, dass es den Wirkstoff *Aconiti tuberis pulvis* nicht enthält. Grund für das Weglassen dieses Wirkstoffs in Österreich sind regulatorische Rahmenbedingungen in der EU. Im Rahmen dieser Untersuchung wurden PADMA 28, PADMA CIRCOSAN sowie alle darin enthaltenen Wirkstoffe bewertet.

Die Indikation für das in der Schweiz zugelassene PADMA 28 lautet „Padma 28 wirkt bei Durchblutungsstörungen mit Beschwerden wie Kribbeln, Ameisenlaufen, Schwere- und Spannungsgefühl in den Beinen und Armen, Einschlafen von Händen und Füßen und Wadenkrämpfen.“ Gemäß Beipacktext handelt es sich bei PADMA CIRCOSAN um ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel,

welches bei „kalten Hände und Füßen mit Kribbeln und bei Wadenschmerzen beim Gehen“ angewendet wird.

Die PADMA 28 Rezepturfamilie wurde basierend auf der in der Tibetischen Medizin verwendeten Rezeptur mit der Bezeichnung *Ga Bur* 25 (Campher 25) entwickelt. Die kühle Rezeptur *Ga Bur* 25 wird in der Tibetischen Medizin eingesetzt, um speziell chronischen Hitze-Erkrankungen im Bereich der Hohl- und Voll-Organen, des Gewebes sowie der Knochen entgegenzuwirken (Dawa 2003: 118).

Verwendete Quellen

Für den vorliegenden Artikel wurden hauptsächlich folgende Wörterbücher zu Rate gezogen:

„The New Tibetan-English Dictionary Of Modern Tibetan“ (Goldstein 2004), „Glossary of Standardised Terms“ (Department of Education/CTA, Terminology Project 2009), „Glossary of Standardised Terms, Serial 2“ (Department of Education/CTA, Terminology Project 2010), „Glossary of Standardised Terms, Serial 3“ (Department of Education/CTA, Terminology Project 2011), das „Tibetan-English Dictionary of Tibetan Medicine and Astrology“ (Drungtso 2005), die in tibetischer Sprache erschienenen Werke „Das große *dung dkar* Tibetisch-Chinesisch Wörterbuch“ mit dem tibetischen Titel „*dung dkar tshig mdzod chen mo*“ (*dung dkar blo bsang phrin las* 2002b), „Das große Wörterbuch der tibetischen Heilkunde“ mit dem tibetischen Titel „*bod lugs gso rig tshig mdzod chen mo*“ (*bod rang skyong ljongs sman rtsi khang* 2006) sowie „Das große Tibetisch-Chinesisch Wörterbuch“ mit dem tibetischen Titel „*bod rgya tshig mdzod chen mo*“ (*krang dbyi sun* 2003).

Darüber hinaus kam das „Rangjung Yeshe Tibetan-English Dictionary“ in

seiner im Internet zugänglichen Form (Nitharta international 2010), sowie die online Wörterbücher der THL-Webseite (THL 2010) zur Anwendung.

Für die botanischen Namen der Pflanzen dienten diverse Informationsquellen. Die Wichtigsten waren: „Tibetan Medicinal Plants“ (Kletter und Kriechbaum 2001), „A Clear Mirror of Tibetan Medicinal Plants, First bzw. Second Volume“ (Dawa 1999 bzw. 2009), „Tibetan Medicine“ (Molvray 1988), das „Dictionary Of Tibetan Materia Medica“ (Yonten 1998), sowie die in tibetischer Sprache erschienenen Bücher „*bod kyi gso rig dang a yur we dha krung dbyi'i sman gzhung bcas las bstan b'i skye dngos sman rdzas kyi dpar ris dang lag len btus*“ von Dr. Tsultrim Kalsang (*tshul khrims skal bzang* 2008) und „*khrungs dpe dri med shel gyi me long*“ von Gawa Dorje (*dga' ba'i rdo rjes* 1995).

Wenn nicht anders angegeben, folgt die TCM-Klassifizierung der einzelnen Kräuter den Werken von Bensky (1993) und Ploberger (2006 und 2013).

Charakterisierung der einzelnen pflanzlichen und mineralischen Wirkstoffe in der PADMA 28 Rezepturfamilie aus Sicht der TCM

Die in der TCM übliche Vorgangsweise, Kaiserkräuter, Ministerkräuter, Polizeikräuter sowie Botenkräuter zu definieren, lässt sich auf Arzneimittel-mischungen der Tibetischen Medizin nicht direkt übertragen, da die Mischungen der Tibetischen Medizin in der Regel aus einer größeren Anzahl von Einzelkräutern bestehen als klassische TCM-Rezepturen.

Möglicherweise lässt sich jedoch eine leitende Pflanze definieren: Hierbei handelt es sich um natürlichen Campher, ein Kristalliat des

Campherbaumöls, mit der tibetischen Bezeichnung *Ga Bur*. Der namensgebende Bestandteil der Rezeptur, der natürliche Campher ist thermisch kühl und besitzt einen bitteren, scharfen, adstringierenden Geschmack. Anwendungsgebiete sind hauptsächlich Hitze im Bereich der Lunge und des Herzens sowie Kurzatmigkeit. Darüber hinaus wird Campher aufgrund seiner schweißtreibenden Wirkung eingesetzt (*tshul khrim skal bzang* 2008: 51).

Die Wirkungen der weiteren Bestandteile der Rezeptur

Kaempferia galanga L. Rhizoma (Kaempferia-galanga-Rhizom) ist ein scharfer, bitterer, adstringierender und thermisch warmer Wurzelstock, der eingesetzt wird, um das Milz-Qi und -Yang zu tonisieren sowie Nahrungsmittel-Stagnationen zu beseitigen (*tshul khrim skal bzang* 2008: 84). Bei **Saussurea costus** (FALC.) LIPSCHITZ, radix (Indische Costuswurzel) handelt es sich um eine scharfe, bittere, thermisch warme Wurzel, welche hauptsächlich den Organen Gallenblase, Dickdarm, Milz sowie Magen zugeordnet wird. Sie wird hauptsächlich verwendet, um das Qi zu bewegen, Schmerzen zu vermindern, Nahrungsmittel-Stagnationen zu beseitigen sowie das Milz-Qi zu tonisieren.

Cetraria islandica (L.) ACHARIUS s.l., thallus (Isländisches Moos) ist süß, bitter, thermisch warm und wird den Organen Lunge sowie Magen zugeordnet. Zu den Funktionen zählen hauptsächlich das Tonisieren von Lungen-Qi und -Yin. Darüber hinaus wirkt diese Pflanze als Expektorans sowie als Mittel gegen eine Umkehrung des Magen-Qi.

Antelaea azadirachta (L.) ADELBERT, fructus (Nimbaumfrucht) besitzt einen scharfen, bitteren Geschmack und ist thermisch warm. Hauptsächliche Anwendungsgebiete

sind das Ausleiten von Feuchtigkeit sowie die Regulation der Qi-Zirkulation.

Bei **Elettaria cardamomum** (ROXB.) MATON var. *minuscule* BURK., fructus (Kardamomenfrucht) handelt es sich um scharfe, aromatische, thermisch warme Früchte, mit den Organzuordnungen Milz, Magen, Lunge und Dünndarm (Bensky 1993: 217). Diese werden eingesetzt, um das Milz-Yang zu tonisieren, Feuchte-Kälte entgegenzuwirken sowie die Trennungsfunktion des Dünndarms anzuregen. Hiermit verhindert dieses Arzneimittel eine Verletzung des Qi und trägt dazu bei, dass die gesamte Rezeptur über einen längeren Zeitraum hindurch eingenommen werden kann.

Terminalia chebula RETZ., fructus (Myrobalanenfrucht) besitzt in der Tibetischen Medizin einen großen Stellenwert. Selbst der Medizin-Buddha hält eine derartige Pflanze in seiner rechten Hand. Da diese Frucht außer dem salzigen Geschmack sämtliche Geschmacksrichtungen aufweist, kann sie laut traditioneller Sichtweise so gut wie jedes Krankheitsbild behandeln. Thermisch sind die Myrobalanenfrüchte warm (*tshul khrim skal bzang* 2008: 418).

Pterocarpus santalinus L., lignum (Rotes Sandelholz) ist vom Geschmack her fad, thermisch kühl und wird eingesetzt, um die Diurese anzuregen, das Blut zu kühlen sowie Schwellungen zu reduzieren (*tshul khrim skal bzang* 2008: 277). Darüber hinaus fördert es die Wundheilung (*Men-Tsee-Khang* 2011: 245).

Pimenta dioica (L.) MERR, fructus (Nelkenpfeffer) ist scharf, thermisch heiß und weist einen Organbezug zu Milz, Magen sowie Niere auf. Diese Pflanze wird eingesetzt, um das Milz-Yang zu tonisieren sowie Kälte zu vertreiben. Nelkenpfeffer wirkt somit aufgrund der thermisch heißen Wirkung den thermisch kühlen Kräutern

als sogenanntes Botschaftskraut entgegen. Darüber hinaus nährt sie das Nieren-Yang, welches ja auch die Basis für die Produktion von Wei-Qi darstellt. Nelkenpfeffer, der zuvor beschriebenen Kardamom, die noch folgenden drei Pflanzen Marmelosfrüchte, Gartenlattich sowie Gewürznelken sind alle thermisch warm oder gar heiß und bewirken, dass die gesamte Rezeptur thermisch als neutral bzw. lediglich leicht kühl anzusehen ist.

Bei der nächsten Pflanze, **Aegle marmelos** (L.) CORREA, fructus (Marmelosfrucht, bengalische Quitte) handelt es sich um bittere, thermisch warme Früchte, die einerseits eingesetzt werden, um Durchfall zu lindern, sowie andererseits die Wundheilung zu unterstützen (*tshul khrim skal bzang* 2008: 223). Die Kombination eines bitteren, thermisch warmen Arzneimittels ist außergewöhnlich. Sie eignet sich hervorragend, das Nieren-Yang zu tonisieren und somit Feuchtigkeit auszuleiten, ohne das Yin zu verletzen.

Calcii sulfas hemihydricus (Calciumsulfat) ist salzig, thermisch kühl, und wird zum Ausleiten von Hitze sowie bei Durchfall eingesetzt. Aufgrund der thermisch kühlen Wirkung sowie des salzigen Geschmacks wirkt Calciumsulfat den scharfen/thermisch warmen Bestandteilen der Rezeptur ausgleichend entgegen.

Aquilegia vulgaris L., herba (Akeleikraut) ist bitter, scharf, thermisch kühl und leitet speziell Feuchte-Hitze aus dem Bereich von Leber und Gallenblase aus.

Glycyrrhiza glabra L., radix (Süßholzwurzel) kommt in vielen bekannten TCM-Rezepturen vor. Diese süße, thermisch neutrale Wurzel soll neben dem Bezug zur Milz zu sämtlichen zwölf TCM-Organen eine Organzuordnung aufweisen. Einerseits wird Süßholzwurzel eingesetzt, um

das Milz-Qi zu tonisieren, andererseits unterstützt diese Wurzel die Resorption der Bestandteile einer Rezeptur (Bensky 1993: 323). Da diese Wurzel darüber hinaus die oft durchaus unterschiedlichen Wirkungen der diversen Kräuter einer Rezeptur als Polizeikraut harmonisiert, kommt Süßholzwurzel in zahlreichen traditionellen Rezepturen vor. Darüber hinaus verleiht diese Wurzel der gesamten Mischung einen angenehmen, süßen Geschmack. Rezepturen, die über einen längeren Zeitraum hindurch eingenommen werden, beinhalten aus den soeben angeführten Gründen oft Süßholzwurzel.

Plantago lanceolata L. s.l., folium (Spitzwegerichblätter) ist süß, thermisch kühl und leitet Feuchte-Hitze bzw. Hitze aus, ohne jedoch das Yin zu verletzen (Ploberger 2013: 389), dies im Gegensatz zu bitteren, thermisch kühlen Kräutern.

Bei **Polygonum aviculare** L. s.l., herba (Vogelknöterichkraut) handelt es sich um ein Yin-Tonikum, welches sowohl den Organen Niere, Lunge, aber auch Milz bzw. Magen zugeordnet wird. Dieses thermisch kühle, vom Geschmack her süße und leicht salzige Kraut wirkt nicht befeuchtend und kann somit längerfristig zum Tonisieren des Yin verwendet werden. In dieser Rezeptur verhindert Vogelknöterich eine Verletzung von Blut und Yin durch die bewegenden bzw. ausleitenden Kräuter.

Potentilla aurea L., herba (Goldfingerkraut) ist thermisch kühl, weist einen bitteren und süßen Geschmack auf. Einerseits wird es zur Behandlung von Durchfall eingesetzt, andererseits unterstützt es die Wundheilung und kann auch als allgemeines Stärkungsmittel eingesetzt werden.

Das nächste Kraut, **Syzygium aromaticum** (L.) MERRILL et L. M. PERRY, flos (Gewürznelke), weist eine von den bisher betrachteten Kräutern vollkommen unterschiedli-

che Wirkung auf. Der Geschmack ist scharf, die thermische Wirkung warm (Bensky 1993: 305). Diese Kombination eignet sich zum Tonisieren des Nieren-Yang sowie zum Vertreiben von Magen-Kälte. Tibetische Medikamente enthalten oft Einzelkräuter mit stark divergierenden Wirkungen. Auf diese Art und Weise werden Nebenwirkungen moduliert und die längere Einnahme eines Medikaments ermöglicht.

Bei **Sida cordifolia L., herba** (Sidakraut, Sandmalve) handelt es sich gemäß organoleptischer Prüfung um eine thermisch kühle Pflanze, mit leicht bitterem sowie scharfem Geschmack, die eingesetzt wird, um Feuchte-Hitze sowie Hitze auszuleiten.

Valeriana officinalis L.s.l., radix (Baldrianwurzel) ist eine süße, bittere, scharfe, thermisch neutral Pflanze, welche eingesetzt werden kann, um innerem Wind entgegenzuwirken, den Geist (*Shen*) zu beruhigen, durch Yin-Mangel bedingte Hitze auszuleiten sowie Qi-Stagnationen im Bereich des Mittleren Erwärmer zu behandeln.

Lactuca sativa var. capitata L., folium (Gartenlattich) ist süß, bitter und thermisch warm. Hierbei handelt es sich um ein Kraut, welches das Lungen-Qi und -Yin nähren kann, gleichzeitig aber auch Schleim-Stagnationen ausleitet. Darüber hinaus kann Gartenlattich auf milde Art und Wei-

se Toxischer-Hitze entgegenwirken. Kräuter, die das Yin nähren, ohne zu befeuchten, sind bei zahlreichen chronischen Krankheitsbildern einzusetzen, ohne dass man Nebenwirkungen befürchten müsste. Ähnlich wirkt die letzte in beiden Mischungen enthaltene Pflanze:

Calendula officinalis L., flos cum calyce (Ringelblumenblütenköpfchen). Mit leicht bitterem, süßem sowie salzigem Geschmack versehen kann diese thermisch neutrale Pflanze eingesetzt werden, um Toxische-Hitze auszuleiten und mild Blut-Stagnationen entgegenzuwirken, ohne das Yin zu verletzen (Ploberger 2013: 333). Hiermit können Ringelblumenblütenköpfchen bei zahlreichen Wundheilungsstörungen sowie Durchblutungsproblematiken ohne Angst vor Nebenwirkungen eingesetzt werden. Dieses Kraut stellt wieder eine Ausnahme unter den bitteren Kräutern dar. Ringelblumenblütenköpfchen sind im Unterschied zu den meisten anderen bitteren Kräutern nicht kalt bzw. kühl, sondern neutral. Aufgrund des salzigen Geschmacks können sogar auf milde Art und Weise Schleim-Stagnationen ausgeleitet werden.

Abschließend sei die lediglich in dem Präparat PADMA 28 vorkommende Pflanze, nämlich *Aconitum napellum* L., *tuberis* (Eisenhutknollen, 1 mg pro Kapsel, entspricht 0,25 Gew.-% der Wirkstoffmischung) beschrieben:

Aus Sicht der TCM ist der Eisenhutknollen vom Geschmack her scharf, thermisch heiß und wird den Organen Herz, Niere sowie Milz zugeordnet. Er wird eingesetzt, um verschwindendes Yang zu retten, das Feuer zu wärmen, Kälte zu vertreiben, im Bereich der Meridiane zu wärmen sowie Schmerzen zu lindern.

Fazit

Aus Sicht der TCM handelt es sich bei der PADMA 28 Rezepturfamilie um thermisch neutrale bzw. leicht kühle, vom Geschmack her scharfe, bittere, leicht aromatische Mischungen, welche eingesetzt werden können, um auf milde Art und Weise Qi- und Blut-Stagnationen auszuleiten, ohne das Yin zu verletzen. Darüber hinaus stärken sie das Milz-Qi und -Yang.

Danksagung

Ich möchte mich an dieser Stelle bei der Firma PADMA AG für das großzügige zur Verfügungsstellung der Einzelpflanzen sowie der Mischungen für die organoleptischen Proben bedanken, welche ich persönlich vornehmen durfte. Mit Ausnahme von *Aconiti tuberis pulvis* wurden sämtliche pflanzlichen und mineralischen Wirkstoffe von mir verkostet.

Literatur- und Quellenverzeichnis

In westlichen Sprachen

Bensky, D. (1993) *Chinese Herbal Medicine: Materia Medica*. Washington: Eastland Press.
 Boesi, A. and Cardi, F. (2006) *Tibetan Medicinal Medicine: Classification and Utilization of Natural Products Used as Materia Medica in Tibetan Traditional Medicine*. *Herbalgram*, 71, S. 38-48.
 Dash, V. B. (1994-2001) *Encyclopedia of Tibetan medicine. The Tibetan Text of Rgyud bzhi and Sanskrit restoration of Amrta Hridaya Astanga Guhyopadesha Tantra and expository Translation in English*, Vol. I-VII, Delhi: Sri Satguru Publications.

Dawa, D. (1999) *A Clear Mirror of Tibetan Medicinal Plants*, Rom: Tibet Domani.
 Dawa, D. (2009) *A Clear Mirror of Tibetan Medicinal Plants, Second Volume*, Dharamsala: Men-Tsee-Khang.
 Department of Education/CTA, Terminology Project (2009) „*Glossary of Standardised Terms*“, Dharamsala: Sherig Parkhang.
 Department of Education/CTA, Terminology Project (2010) „*Glossary of Standardised Terms, Serial 2*“, Dharamsala: Sherig Parkhang.
 Drungtso, T. T. und Drungtso T. D. (2005) „*Tibetan-English Dictionary of Tibetan Medicine and Astrology*“, Dharamsala: Drungtso publisher.

Goldstein, M. (Ed.) (2004) *The New Tibetan – English Dictionary of Modern Tibetan*, Neu Delhi: Munshiram Manoharlal.
 Kilty, G. (2009) *Mirror of Beryl - A Historical Introduction of Tibetan Medicine*, Boston: Wisdom Publications.
 Kletter, C. und Kriechbaum, M. (2001) „*Tibetan Medicinal Plants*“, Stuttgart: CRC Press, Scientific Publishers.
 Martin, D. (2007) An early Tibetan history of Indian medicine. In *Soundings in Tibetan Medicine. Anthropological and Historical Perspectives. Proceedings of the 10th Seminar of the International Association for Tibetan Studies (IATS) Oxford 2003*, ed. M Schrempf. Leiden, Boston: Brill Academic Publishers, S. 307-23.

Men-Tsee-Khang (2011) *The Subsequent Tantra*, Dharamsala: Men-Tsee-Khang Publications.

Meyer, F. (1992) 'Introduction – The Tibetan medical paintings of Tibet' In Parfinovich, Y., Dorji, G., Meyer, F. (Eds.) *Tibetan Medical Paintings. Illustrations to the Blue Beryl Treatise of Sangye Gyamtso*, London: Serindia.

Ploberger, F. (2006) *Westliche und traditionell chinesische Heilkräuter*, München: Urban & Fischer.

Ploberger, F. (2012) *Wurzeltantra und Tantra der Erklärungen aus „Die vier Tantras der Tibetischen Medizin“*, Schiedlberg: Bacopa.

Ploberger, F. (2013) *Das große Buch der westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin*, Schiedlberg: Bacopa.

Wylie, T.V. (1959) 'A Standard System of Tibetan Transcription' *Harvard Journal of Asiatic Studies*, Vol. 22, S. 261-276.

Yonten, P. (1998) *Dictionary of Tibetan Materia Medica*, Neu Delhi: Montal Bandarsidas.

Zhao, Z. I. (2010) 'Identification of medicinal plants used as Tibetan Traditional Medicine Jie-Ji', *Journal of Ethnopharmacology*, Vol. 132, S. 122-126.

In tibetischer Sprache

Dawa (2003) *bod kyi gso ba rig pa las sman rdsas spyor bzo'i lag len gang sgo 'byed pa'i lde mig*: New Delhi: Rig Drag Publication.

khro ru tshen rnam (2000) *gso rig rgyu bzhi'i 'grel chen drang srong zhal lung*, Sichuan: *mi rigs dpe skrun khang* (Minority Publishing House).

krang dbyi sun (2003) „*bod rgya tshig mdzod chen mo*“, Peking: *mi rigs dpe skrun khang* (Minority Publishing House).

phrin las, skal bsang (1997) *bod kyi gso rig byung 'phel gyi lo rgyus*. (Historical Account on the Origin and Development of Tibetan Medicine), Shanxi: *krung go'i bod kyi shes rig dpe skrun khang (hran hri zhin par khang)*.

rgya mtsho, sangs rgyas ([1687-88] 1982) *gso ba rig pa'i bstan bcos sman bla'i dngos rgyan rgyud bzhi'i gsal byed baidur sngon po'i malli ka zhes bya ba bzhug so* („Blauer Beryl“), Lhasa: *bod ljong mi dmang dpe skrun khang*.

tshul khrim skal bzang (2008) „*bod kyi gso rig dang a yur we dha krung dbyi'i sman gzhung bcas las bstan bi skye dngos sman rdzas kyi dpar ris dang lag len btus*“, Dharamsala: Men-Tsee-Khang Publications.

Dr. med. univ. FLORIAN PLOBERGER, B.Ac., MA

Wien, Österreich. Internationale universitäre und interdisziplinäre Lehrtätigkeit und zahlreiche Publikationen in den Themenbereichen TTM und TCM. Präsident der Österreichischen Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (ÖAGTCM). Von der Direktion des Men-Tsee-Khang (Institut für Tibetische Medizin und Astrologie in Dharamsala, Nordindien) mit der Übersetzung der ersten beiden und des letzten Teils des historisch und gegenwärtig bedeutendsten Werkes der Tibetischen Medizin (rGyud-bZhi) beauftragt.



BACOPA BILDUNGSZENTRUM
ZERTIFIZIERTE ERWACHSENEN-FORTBILDUNGSEINRICHTUNG

Auszug aus unseren kommenden Veranstaltungen:

Liliana Bröcker: Praxisseminar Schmerzbehandlung
Samstag, 31. Mai und Sonntag, 01. Juni 2014
Heike Wiedemann:
Was ich schon immer mal zu Tuina fragen wollte
Samstag, 21. und Sonntag, 22. Juni 2014
Volker Scheid: Physiologie und Behandlungsstrategien der Essenzen (Sommerakademie)
Freitag, 08. bis Sonntag, 10. August 2014
Tomasz Nowakowski:
Gen Tai Pa Tong Qigong (Sommerakademie)
Samstag, 23. bis Mittwoch, 27. August 2014
Claudia Lorenz: Spezialkurs Tuina AnMo - Gynäkologie
Samstag, 23. und Sonntag, 24. August 2014
Heike Wiedemann: Schröpfen und Gua Sha
Samstag, 27. und Sonntag, 28. September 2014
Jason Robertson: Meridianpalpation und Diagnose
Freitag, 03. bis Sonntag, 05. Oktober 2014

Fachbuch-, Therapie- und Lernmittelversand

... mit allem, was Sie suchen!

BACOPA
BILDUNGSZENTRUM, VERLAG, VERSAND

mail to: bildungszentrum@bacopa.at, web: www.bacopa.at
Telefon: +43 (0) 7251-222 35 Fax: +43 (0) 7251-222 35-16
Postanschrift: Waidern 42, 4521 Schiedlberg, Österreich

SEIT 2003 ZERTIFIZIERTE FORTBILDUNGSEINRICHTUNG



- EB-Qualitätssiegel der O.Ö. Erwachsenen- und Weiterbildungseinrichtungen
- waff – Wiener ArbeitnehmerInnen Förderungsfonds
- Anerkannter Bildungsträger in Kärnten und Salzburg