

Rezepturen, die Schleim und Wind ausleiten

Florian Ploberger

Im folgenden Artikel werden zwei klassische Rezepturen, die Schleim und Wind ausleiten, sowie deren westliche Entsprechungen, vorgestellt.

Zu einem kombinierten Auftreten von Schleim und innerem Wind kann es aufgrund zweier Ursachen kommen:

- Wenn der äußere „Pathogene Faktor“ Wind in den Bereich der Lunge eintritt, blockiert er dort die verteilende Funktion des Lungen-Qi. Dies hat zur Folge, dass sich Qi und Körpersäfte im Bereich der Lunge stauen. Dies wiederum kann im Laufe der Zeit zu einer Ansammlung von Schleim führen. Hauptmerkmale sind in diesem Falle: Abneigung gegenüber Wind sowie Husten mit einer starken Sputumproduktion.
- Wenn ein Patient mit massiver Feuchtigkeits- und Schleimproblematik aufgrund eines Mangels zusätzlich inneren Wind entwickelt, so folgt der Schleim dem Wind in den Bereich des Oberen Erwärmer. Entsprechende Symptome können sein: Taubheitsgefühl, Vertigo (Schwindel), Cephalaea (Kopfschmerzen), sowie in schweren Fällen Bewusstlosigkeit.

Ban Xia Bai Zhu Tian Ma Tang (Pinelliae, Atractylodis macrocephalae und Gastrodiae-Dekokt)

- Rhz. Pinelliae (*Banxia*) 4 g Kaiserkraut
- Rhz. Gastrodiae (*Tianma*) 3 g Kaiserkraut
- Rhz. Atractylodis macrocephalae (*Baizhu*) 7 g Ministerkraut
- Poria Cocos (*Fuling*) 3 g Polizeikraut
- Pericarpium Citri Erythroarpae (*Juhong*) 3 g Polizeikraut
- Rhz. Zingiberis (*Shengjiang*) 3 g Polizeikraut
- Fructus Jujubae (*Dazao*) 2 Stück Polizeikraut
- Rdx. Glycyrrhizae Uralensis (*Gancao*) 1 g Botschaftskraut

Wirkung

Tonisiert das Milz-Qi, wandelt Feuchtigkeit, leitet Schleim aus und vertreibt Wind

Indikation

Drehschwindel, Kopfschmerzen, ein Schweregefühl im Bereich des Kopfes, das Gefühl von „Nebel“ im Bereich des Kopfes, Verspannungsgefühl im Bereich des Brustkorbes, Brechreiz und Erbrechen sowie viel Sputum

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

Morbus Meniere (eine Kombination aus Drehschwindel, Hörsturz, Ohrensausen); benigner Vertigo (gutartiger Drehschwindel), Cephalaea (Kopf-

schmerzen), Hypertonie (hoher Blutdruck), tuberkulöse Meningitis (Gehirnhautentzündung).

Zunge: dicker, weißer Zungenbelag

Puls: gespannt (*xian*) und gleitend (*hua*)

Beschreibung der klassischen TCM-Rezeptur:

Bei der Rezeptur *Ban Xia Bai Zhu Tian Ma Tang* handelt es sich um eine Abwandlung der Rezeptur *Er Chen Tang*. Sie wird eingesetzt, um das Milz-Qi zu tonisieren, Feuchtigkeit umzuwandeln und Schleim und Wind auszuleiten. Typische Symptome, bei der die Rezeptur zur Anwendung kommen kann, sind: Vertigo (Schwindel), Cephalaea (Kopfschmerzen), ein Druckgefühl im Bereich des Brustkorbes sowie Brechreiz und Erbrechen. Typisch für die oben angeführten Kopfschmerzen ist, dass sie mit einem Gefühl des Druckes sowie mit einem Benommenheitsgefühl einhergehen.

Die Analyse der einzelnen Kräuter

Rhz. Pinelliae (*Banxia*) wandelt als Kaiserkraut Feuchtigkeit und Schleim um und kann eingesetzt werden, um rebellierendes Qi bei Brechreiz und Erbrechen wieder nach unten zu leiten. Das zweite Kaiserkraut, Rhz. Gastrodiae (*Tianma*), wandelt Schleim um, leitet Feuchtigkeit aus und kann eingesetzt werden, um Kopfschmerzen und Drehschwindel zu behandeln.

Rhz. *Atractylodis macrocephalae* (*Baizhu*) dient in dieser Rezeptur als Ministerkraut. Es tonisiert das Milz-Qi und wirkt Feuchtigkeit entgegen. Wenn es in Kombination mit den zwei Kaiserkräutern eingesetzt wird, unterstützt es deren Schleim ausleitende Funktion. Das Polizeikraut *Poria Cocos* (*Fuling*) tonisiert das Milz-Qi und leitet Feuchtigkeit aus. Damit wird gleichzeitig die Ursache – der Milz-Qi-Mangel – als auch das Symptom – die Feuchtigkeit – behandelt.

Das Polizeikraut *Pericarpium Citri Erythroarpae* (*Juhong*) reguliert das Qi und wandelt Schleim um. Die Kombination der Polizeikräuter Rhz. *Zingiberis* (*Shengjiang*) und *Fructus Jujubae* (*Dazao*) wird eingesetzt, um Milz und Magen zu harmonisieren. Rdx. *Glycyrrhizae* (*Gancao*) harmonisiert die Wirkungen der anderen Kräuter und wirkt als Botschaftskraut regulierend auf den Bereich des Mittleren Erwärmers.

Entsprechende Rezeptur aus westlichen Kräutern

- **Folium Olivae** (*Olivenblätter*) 6 g Kaiserkraut
- **Folium Cynariae** (*Artischocke*) 5 g Ministerkraut
- **Pericarpium Citri reticulatae** (*Mandarinenschalen*) 5 g Ministerkraut
- **Folium Betulae** (*Birkenblätter*) 5 g Polizeikraut
- **Herba et Radix Taraxaci** (*Löwenzahn*) ... 5 g Polizeikraut
- **Radix Glycyrrhizae** (*Süßholz*) 1 g Botschaftskraut
- **Rhizoma Zingiberis** (*frischer Ingwer*)..... 3 g Polizeikraut
- **Fructus Jujubae** (*Datteln*) 2 Stück Polizeikraut

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Als Kaiserkraut dieser Rezeptur dienen Olivenblätter (*Folium Olivae*).

Diese trocknen Feuchtigkeit, wandeln Schleim um und wirken innerem Wind entgegen. Unterstützt werden *Olivenblätter* (*Folium Olivae*) durch das Ministerkraut *Artischocke* (*Folium Cynariae*). Diese ist bitter, leicht salzig, thermisch kühl und kann eingesetzt werden, um einer Leber-Qi-Stagnation entgegenzuwirken, Feuchte Hitze auszuleiten und rebellierendes Qi nach unten abzusenken, so dass eventuell vorhandener Brechreiz und Erbrechen vermindert wird. Ebenfalls als Ministerkraut dienen *Mandarinenschalen* (*Pericarpium Citri ret.*). Diese regulieren die Qi-Zirkulation im Bereich des Mittleren Erwärmers, wandeln Schleim um und harmonisieren - in Kombination mit den Polizeikräutern frischer *Ingwer* (Rhz. *Zingiberis*) und *Datteln* (*Fructus Jujubae*) – den Bereich von Milz und Magen.

Das Botschaftskraut *Süßholz* (Rdx. *Glycyrrhizae*) reguliert den Bereich des Mittleren Erwärmers und harmonisiert die Wirkungen der anderen Kräuter dieser Rezeptur. Die beiden Polizeikräuter *Birkenblätter* (*Folium Betulae*) und *Löwenzahn* (*Herba et Rdx. Taraxaci*) wirken einer Leber-Qi-Stagnation entgegen und leiten Feuchte Hitze im Bereich der Blase aus. Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass diese Rezeptur aus westlichen Kräutern das Milz-Qi tonisiert, Feuchtigkeit umwandelt, Schleim ausleitet und inneren Wind vertreibt, ohne jedoch das Qi des Patienten zu verletzen.

Zhi Sou San (Pulver, das den Husten stoppt)

- **Rdx, Asteris Tatarici** (*Ziwan*) 6 g Kaiserkraut
- **Rdx. Stemonae** (*Baibu*) 6 g Kaiserkraut
- **Rdx. et Rhz. Cynanchi** (*Baiqian*) 6 g Kaiserkraut
- **Pericarpium Citri reticulatae** (*Chenpi*) 6 g Ministerkraut

- **Rdx. Platycodi** (*Jiegeng*) 6 g Ministerkraut
- **Herba seu Flos Schizonepetae** (*Jingjesui*) 6 g Polizeikraut
- **Rdx. Glycyrrhizae** (*Gancao*) 2 g Botschaftskraut

Wirkung

Vertreibt äußere Pathogene Faktoren, speziell Wind aus den Lungen, stoppt Hustenreiz, wandelt Feuchtigkeit und Schleim um, löst Qi-Stagnationen im Bereich der Lunge auf

Indikation

Husten, mit oder auch ohne leichte Phasen von Schüttelfrost sowie „Juckreiz“ im Rachen

Entsprechende westliche Krankheitsbilder

Grippale Infekte, akute Bronchitis, Pertussis (Keuchhusten) sowie Beginn einer akuten viralen Pneumonie (Lungenentzündung)

Zunge: dünner, weißer Belag

Puls: oberflächlich (*fu*)

Beschreibung der klassischen TCM-Rezeptur

Bei *Zhi Sou San* handelt es sich um eine ausgewogene Rezeptur, die eingesetzt werden kann, um Hustenreiz entgegenzuwirken; und zwar speziell dann, wenn Husten durch das Eindringen eines „Pathogenen Faktors“ hervorgerufen wurde. Sollte ein Patient Husten in Kombination mit Schüttelfrost oder Fieber; zusätzlich Halsschmerzen, einen dünnen weißen Zungenbelag sowie einen oberflächlichen (*fu*) Puls aufweisen, kann die Rezeptur *Zhi Sou San* mit gutem Gewissen verschrieben werden.

Die soeben angeführten Symptome treten auf, wenn der äußere „Pathogene Faktor“ Wind die Lunge attackiert und die Zirkulation des Lungen-Qi behindert, mit dem Resultat, dass Husten auftritt.

Der dünne, weiße Zungenbelag und der oberflächliche (*fu*) Puls sind Zeichen dafür, dass der „Pathogene Fak-

tor“ noch nicht tief in den Körper eingedrungen ist.

Zur Analyse der einzelnen Kräuter der Rezeptur

Die Kaiserkräuter Rdx. Asteris Tatari-ci (*Ziwan*), Rdx. et Rhz. Cynanchi (*Baiqian*) und Rdx. Stemonae (*Baibu*) werden eingesetzt, um Hustenreiz zu beenden und Schleim umzuwandeln. Sie können sowohl zur Behandlung akuter als auch zur Behandlung chronischer Krankheitsbilder eingesetzt werden. Die Ministerkräuter Rdx. Platycodi (*Jiegeng*) und Pericarpium Citri reticulatae (*Chenpi*) unterstützen die absteigende Bewegungsrichtung des Lungen-Qi und vermindern damit ebenfalls einen bestehenden Hustenreiz. Das Polizeikraut Herba seu Flos Schizonepetae Tenuifoliae (*Jingjiesui*) ist ein Kraut, das „Pathogene Faktoren“ von der Oberfläche vertreibt. Es wird eingesetzt, um den eventuell vorhandenen Restbestand eines „Pathogenen Faktors“ aus dem Körper zu vertreiben. Das Botschaftskraut Rdx. Glycyrrhizae (*Gancao*) harmonisiert die Wirkungen der anderen Kräuter. Zusätzlich kann es in Kombination mit Herba seu Flos Schizonepetae Tenuifoliae (*Jingjiesui*) und Rdx. Platycodi (*Jiegeng*) eingesetzt werden, um Halsschmerzen, die durch äußere „Pathogene Faktoren“ verursacht wurden, zu behandeln.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass es sich bei der Rezeptur *Zhi Sou San* um eine effektive Kombination von Kräutern handelt, um Hustenreiz zu beenden. Da die Rezeptur

relativ stark trocknend wirkt, sollte sie nicht bei Patienten mit einem Yin-Mangel zur Anwendung kommen. Des Weiteren sollte sie nicht bei Husten aufgrund von Hitze im Bereich der Lunge verwendet werden, da sie ja Husten aufgrund von Wind-Kälte entgegenwirkt.

Entsprechende Rezeptur aus westlichen Kräutern

- **Flos Verbasci** (*Königskerze*) 6 g Kaiserkraut
- **Flos Lavandulae** (*Lavendelblüten*) 3 g Ministerkraut
- **Herba Thymi** (*Thymian*) 3 g Ministerkraut
- **Pericarpium Citri reticulatae** (*Mandarinenschalen*) 6 g Ministerkraut
- **Flos Sambuci** (*Holunderblüten*) 6 g Polizeikraut
- **Herba Menthae** (*Pfefferminze*) 3 g Polizeikraut
- **Radix Glycyrrhizae** (*Süßholz*) 2 g Botschaftskraut

Beschreibung der Rezeptur aus westlichen Kräutern

Bei dem Kaiserkraut dieser Rezeptur, der *Königskerze* (Flos Verbasci), handelt es sich um ein bitteres, süßes, thermisch kühles Kraut. Dieses stoppt Hustenreiz, wandelt Feuchtigkeit und Schleim um und klärt gleichzeitig Hitze im Bereich der Lunge. Ministerkräuter dieser Rezeptur sind: *Lavendelblüten* (Flos Lavandulae), *Thymian* (Herba Thymi) sowie *Mandarinenschalen* (Pericarpium Citri ret.). Diese

drei Kräuter unterstützen die absteigende Bewegungsrichtung des Lungen-Qi und wirken somit Hustenreiz entgegen. Zusätzlich tonisieren sie das Milz-Qi und wandeln Feuchtigkeit um. Speziell *Thymian* (Herba Thymi) ist ein Kraut, das Qi-Stagnationen im Bereich der Lunge effizient auflösen kann. Die scharfe, thermisch kühle *Lavendelblüte* (Flos Lavandulae) löst Stagnationen von Qi und Blut auf. *Holunderblüten* (Flos Sambuci) und *Pfefferminze* (Herba menthae) dienen als Polizeikräuter dieser Rezeptur. Sie wirken Oberfläche befreiend, vertreiben somit äußere „Pathogene Faktoren“ (speziell Wind) aus dem Bereich der Lunge. Das Botschaftskraut dieser Rezeptur, *Süßholz* (Rdx. Glycyrrhizae), kann Beschwerden im Bereich der Atemwege behandeln, wenn diese durch den äußeren „Pathogenen Faktor“ Wind verursacht werden.

Literaturempfehlung

Ploberger, F. (2016) Die Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin, 2. Auflage, Schiedlberg: Bacopa.

Dr. Florian Ploberger,

TCM-Arzt, Univ.-Lektor, Tibetologe, Fachbuchautor, Präsident der Österreichischen Ausbildungsgesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (ÖAGTCM). Zahlreiche Vorträge: www.das-zentrum.com, www.florianploberger.com

