



Birgit Baur-Müller

Westliche Heilpflanzen in der chinesischen Medizin

Von der Musterdiagnose
zur Rezeptur

 Springer

Westliche Heilpflanzen in der chinesischen Medizin

Birgit Baur-Müller

Westliche Heilpflanzen in der chinesischen Medizin

Von der Musterdiagnose zur Rezeptur

Mit 136 Abbildungen und zahlreichen Tabellen

Birgit Baur-Müller
Großaitingen, Deutschland

ISBN 978-3-662-48761-7 ISBN 978-3-662-48762-4 (eBook)
DOI 10.1007/978-3-662-48762-4

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2016

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Umschlaggestaltung: deblik Berlin

Fotonachweis Umschlag: © Birgit Baur-Müller

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier.

Springer-Verlag GmbH Berlin Heidelberg ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media (www.springer.com)

Geleitwort:

Auf dem Weg zu einer integrierten Medizin

Die Anlässe können vielfältig sein: Manch einer sucht wegen der Sprachlosigkeit unserer Medizin (konventionelle oder auch Schulmedizin genannt) nach einer Alternative. Manch einem mag unsere Medizin zu aggressiv sein und sucht nach sanfteren Heilungszugängen. Manch einem ist es zu wenig, für ein Krankheitsbild eine passende medikamentöse, chirurgische oder sonstwie gestaltete Antwort zu finden. Sie oder er möchte die Patientinnen und Patienten in einem größeren Kontext verstehen, als soziales, kulturelles und biographisches Wesen, als Subjekt, nicht als Objekt. Und viele von uns mögen überhaupt nicht durch wie auch immer geartete Zweifel an der konventionellen Medizin zum Nachdenken gekommen sein. Sie haben einen anderen Zugang zu Krankheit und Heilung als Patient erfahren. So erging es mir. Ich hatte mich an der Schulter verletzt, weder Diclofenac noch physiotherapeutischer Eingriff halfen. Aber ich hatte das Glück, am selben Tag von einem kundigen Akupunkteur behandelt zu werden. Es war wie ein Wunder: eine Nadel, ein Stich, eine Sitzung – Sekundenheilung. Nicht die schlechteste Methode, sich einer neuen, bislang unbekannten Heilmethode anzunähern. Ein Stich, der meine Welt veränderte.

Zwei Jahre später war ich für mehrere Jahre in China, um mich in Chinesischer Medizin ausbilden zu lassen. Und ich nahm den Weg, den viele von uns genommen haben. Die Chinesische Medizin mit ihren Anteilen der Arzneitherapie (zhong yao) (kurz: Kräuter), der Akupunktur (zhenjiu), der Tradition der manuellen Techniken (tunina, anmo) sowie weiteren Praktiken wie des Qigong und Taijiquan erschienen uns als die große Alternative. Einige blieben in der Alternative hängen, doch das geht auf lange Sicht nur mit ideologischer Verblendung, sprich: Ausblendung realer Bestandteile unserer Lebenswelt.

Unsere konventionelle Medizin bietet natürlich gewisse Vorteile, oft lebensrettende Vorteile. Antibiotika stoppen Bakterien. Aber stärken sie das System? Akupunktur bzw. bestimmte Kräuter oder Kräuterkombinationen hingegen können je nach Indikation heilend wirken. Darüber hinaus liegt ihre Besonderheit darin, Menschen zu stärken, sie wirken aufbauend und sekundär-präventiv. Warum dies alles nicht komplementär nutzen? Nur komplementär? Nach Jahren der Arbeit mit beiden Systemen ergibt sich zumeist ein bestimmter Synergismus. Und manchmal weiß man gar nicht mehr genau, in welchem System man gerade arbeitet: vom Synergismus zum Synkretismus. Integration ergab sich uns nicht als ideologisches Zielvorhaben, sondern aus der Praxis heraus. Integrative Medizin beschreibt den Weg. Integrierte Medizin ist das Ziel.

Die klassische chinesische Kultur und ihre Ärzte schufen eine bestimmte, sprich: kulturspezifische Sichtweise, die Dinge der Welt zu beschreiben und in bestimmte Regeln zu fassen. Wir denken da z. B. an die Theorie der Fünf Wandlungsphasen, an die Möglichkeit, die Wirkung von Kräutern nach Geschmacks- und Temperaturverhalten, nach Zielorgan (Funktionskreisbezug) etc. zu klassifizieren. Und sie taten es mit den ihnen vorliegenden Kräutern – wie sollte es auch anders sein. Aber Kräuter hier und da unterscheiden sich. Viele bei uns heimische Kräuter sind ebenfalls im Laufe der Jahrhunderte aus Erfahrung heraus in ihren Heilwirkungen beschrieben worden, allerdings gemäß einer anderen, zugegebenermaßen etwas einfa-

cheren und direkteren Systematik. So wurde versucht, asiatische Kräuter bei uns zu züchten – mit wechselndem Erfolg, unterscheiden sich doch die klimatischen Gegebenheiten zwischen China und Europa gewaltig, wie es bereits Freiherr Ferdinand von Richthofen, Geograph und Forschungsreisender, und vor allem großer China-Forscher, vor 140 Jahren treffend beschrieb.

Ist es nicht einfacher, Ideen zu transportieren als Kräuter zu verpflanzen? Es lag und liegt also nahe, die klassifikatorische Systematik der Chinesischen Medizin auf unsere Pflanzenwelt anzuwenden, sowohl im medizinischen als auch im weiteren Sinne der Ernährung.

Dieses Buch ist ein weiterer Baustein in dieser Richtung. Nicht der erste, sicherlich auch nicht der letzte. Ein Experiment? Nein, die Integration chinesisch-medizinischer Systematik mit in Europa heimischen Pflanzen hat das Experimentierstadium bereits hinter sich. Die Saat ist bereits aufgegangen, sie „blüht“ bereits in mehreren Ländern und hat vielen Patientinnen und Patienten Nutzen gebracht. Jeremy Ross hat sich hier als der große Pionier hervorgetan. Inzwischen pflegen und lehren mehrere europäische Schulen der Chinesischen Medizin die Integration von TCM und westlichen Kräutern, ähnlich der schon früher vollzogenen Integration der TCM mit unseren Traditionen der Ernährungslehre.

In diesem Sinne wünsche ich dem vorliegenden Buch guten Erfolg und den Leserinnen und Lesern die notwendige Wachsamkeit und Begeisterung, dieses Anliegen praktisch fortzuentwickeln und stetig zu verbessern. Jedes Buch ist, so drückt es auch die Autorin aus, eine Momentaufnahme. Viele Momentaufnahmen, im Sinne von trial and error diskutiert, debattiert, eventuell korrigiert und fortentwickelt, formen den Weg der Erkenntnis.

Thomas Ots

Graz im September 2015

Editor-in-Chief

Deutsche Zeitschrift für Akupunktur

Vorwort

Als ich vor mehr als 15 Jahren anfang, die westlichen Kräuter in das System der Chinesischen Medizin zu integrieren, gab es kaum deutschsprachige Literatur dazu. Das hat sich zum Glück geändert, und es beschäftigen sich immer mehr Autoren mit dieser Thematik. Dieser Bereich ist im Entstehen und wächst und verändert sich mit den praktischen Erfahrungen. Mit dem vorliegenden Werk versuche ich, einen Leitfaden für die Praxis zu schaffen. Seit vielen Jahren erleichtert mir eine „Basisversion“ dieses Skriptes ein zügiges Ausarbeiten der Rezepturen. Die Chinesische Medizin mit ihrer Musterdiagnostik ermöglicht uns eine große Individualität in der Arbeit mit den Patienten, ja sogar innerhalb der Behandlung in einzelnen Abschnitten.

Für mich kommen dann die sogenannten westlichen oder eigentlich heimischen Heilpflanzen zum Zug, die mir vertraut sind, deren Wachsen ich unmittelbar beobachten kann, mit denen, anhand der Musterdiagnose, eine Rezeptur kreiert werden kann. Besonders berührt hat mich für meine Arbeit ein Satz von Matthew Wood:

» Die Aufgabe des wahren Arztes besteht nicht darin, eine Ideologie zu verbreiten, sondern der kranken Person dort zu begegnen, wo sie sich gerade befindet, ohne dabei ein Urteil zu fällen, dann nach der heilenden Lösung zu greifen, wohin diese auch immer führen mag, und schließlich beiseite zu treten und der Natur die Heilung zu überlassen. (Wood 2012, S. 91)

Da dies ein Erfahrungsleitfaden für die Praxis ist, habe ich die Patienten-Fälle nicht verändert, um zu zeigen, wie die westlichen Kräuter in der praktischen Anwendung wirklich funktionieren oder nicht.

Als ich bei der Arbeit an diesem Buch die Rezepturen nochmals ausführlich beschrieben habe, wurde mir oft fast „schwindlig“, dass ich manchmal so viele Kräuter in eine Rezeptur gepackt habe. Die Rezepturen in diesen Fällen sind jedoch nicht in erster Linie zur Nachahmung gedacht (kann man natürlich machen, wenn man will), sondern dienen neben der Veranschaulichung, wie man vorgehen kann, nachdem man eine Diagnose gestellt hat, vor allem auch als Inspiration und zum „Kennenlernen“ der Kräuter.

Jeder Praktiker hat seine Vorlieben für bestimmte Pflanzen, mit denen die meisten Erfahrungen gemacht werden. In diesem Buch wird der/die Einzelne mit der Zeit auch seine eigenen „Favoriten“ finden. Ich habe versucht, die Pflanzen einzusortieren in die einzelnen Wandlungsphasen, um einen Eindruck zu bekommen über das hauptsächlichliche Wirkungsprofil. Natürlich hat jede Pflanze oft 2–3 Hauptindikationsbereiche. So habe ich z. B. den Beifuß in das Nieren-Kapitel geordnet, er hat aber auch großen Einfluss auf die Leber und die Milz.

Dieses Werk dient als Praxisleitfaden bzw. Handbuch und ersetzt nicht die großen Nachschlagewerke. Dennoch wollte ich mit den Heilpflanzenporträts und Fotos die einzelnen Kräuter vorstellen und durch das Erzählen von nicht so alltäglichen Geschichten es dem Leser erleichtern, sich an die Pflanzen zu erinnern und auch das Buch gerne zum „Schmökern“ in die Hand zu nehmen.

Wenn wir mit kranken Menschen arbeiten, haben wir es in der Regel mit unschönen Dingen zu tun. Die Pflanzenheilkunde ermöglicht uns, Kreativität, Schönheit und Lebendigkeit in unsere Arbeit mit einfließen zu lassen. Das habe ich auch versucht, in den Fotografien einzufangen.

Natürlich ist dieses Buch, auch was mich betrifft, eine Momentaufnahme, da sich mein persönliches Interesse für einzelne Pflanzen stetig verändert und erweitert. Jedes Jahr gibt es neue „Favoriten“, auf die ich aufmerksam werde und mit Neugierde in meine Behandlungen einbaue. Auch wurde ich mit der Zeit mutiger, auch Pflanzen in die Rezepturen zu integrieren, die in ihrer Anwendung stärker, toxischer wirken (z. B. Schöllkraut).

Glücklicherweise, denn sonst wäre diese Arbeit nicht möglich, hat sich der Apotheker an meinem Wohn- und Praxisort ganz auf meine Arbeit eingestellt und vertraut mir auch völlig, wenn es um den Einsatz von nicht alltäglichen Kräutern (z. B. Alant, Thuja) geht, wo andere Apotheken sich weigern, diese in die Rezepturen zu mischen. Eine gute persönliche Kommunikation mit der Apotheke ist unerlässlich für eine gute Zusammenarbeit, das spüren auch die Patienten, was wiederum deren Compliance positiv beeinflusst.

Ich wollte nie die Chinesische Kräutermedizin imitieren, sondern vor allem integrativ vorgehen. Deshalb verwende ich in meinen Rezepturen auch nicht das Kaiser-, Minister- oder Botenkraut-System. In jeder Rezeptur verordne ich „ana partes“, zu gleichen Teilen.

Die Einnahmeform variiert je nach Vorliebe des Patienten. Am einfachsten, vor allem bei längerfristiger Einnahme, gestaltet sich die Applikation in Form von Kapseln, dabei wird die Kräutermischung vermahlen und anschließend in Gelatinekapseln abgefüllt (sicherlich existieren Alternativen für Vegetarier und Veganer). Die Patienten nehmen in der Regel 5 Kapseln am Tag, eine Kapsel enthält 250 mg Kräuter. Bei erhöhter Empfindlichkeit reduziert sich die Dosis. Wer Schwierigkeiten beim Schlucken hat oder auf die Kapseln verzichten möchte, kann das Kräuterpulver auch mit ins Essen mischen oder in etwas Wasser einrühren. Bei der Verordnung als Tee empfehle ich folgende Dosierung: 2 Essl./500 ml kochendes Wasser, 5–10 min zugedeckt ziehen lassen, 1- bis 2-mal täglich. Für Kinder: 2 Teel./125 ml, mit Saft verdünnt oder ins Essen gemischt.

In der Regel haben die Patienten eine sehr gute Compliance und setzen sich, wenn die Rezeptur noch „passt“, selbst mit der Apotheke in Verbindung, um Kapseln oder Tee wiederaufzufüllen. Wiedervorstellung in der Praxis bzw. telefonische Kontakte werden individuell vereinbart. Patienten mit einer chronischen Erkrankung erscheinen in der Regel einmal im Monat.

Manche Fälle sind sehr ausführlich beschrieben, auch mit der Vorgeschichte, viele Details habe ich jedoch weggelassen, um die Privatsphäre der PatientInnen zu wahren. Manchmal jedoch, vor allem in akuten Fällen, reicht es aus, eine Zungen- und Pulsdiagnose durchzuführen. Man bekommt dann einen ausreichenden energetischen Eindruck des Patienten, um eine Rezeptur zu verordnen. Ich beginne die Untersuchung immer mit diesen beiden diagnostischen Hilfsmitteln, und es ist erstaunlich, dass in der Regel daran anschließend eine Diagnose bereits möglich ist, die dann ggf. noch ergänzt werden kann durch anamnestische Angaben.

Die „Treffsicherheit“ der Zungendiagnose ist ja nichts Neues, ich versuche durch die Integration der Zungenbilder zu zeigen, wie hilfreich die Zungendiagnose auch im Verlauf ist. Die Patienten waren beeindruckt, wenn wir gemeinsam die Bilder im Verlauf vergleichen konnten.

Bei der Pulsdiagnose würde ich mich als „blutigen“ Anfänger bezeichnen und verwende sie mehr als groben Anhaltspunkt, wobei sie im Verlauf doch deutliche Hinweise gibt, etwa wenn ein Puls, der vorher nicht oder nur ganz schwach tastbar war, sich plötzlich erholt.

In der Regel erhalten die meisten Patienten in meiner Praxis auch Akupunktur, und viele kommen zunächst nur deswegen und sind am Anfang erstaunt, dass ich auch eine Kräuterverordnung machen möchte. Allerdings zeigt sich in vielen Fällen, dass eine tiefere Muster-Wurzelbehandlung notwendig ist.

Generell halte ich die Behandlung durch Kräuter und Akupunktur geeignet, um eine tiefere Auseinandersetzung mit sich selbst zu beginnen, die auch folgen muss, wenn man wirklich gesund werden und bleiben möchte. Die Chinesische Medizin stellt ja ebenfalls ein komplexes System dar, in dem neben den oben genannten Therapiemethoden auch Ernährung, Bewegung und Meditation (Qi Gong/Tai Qi) sowie eine generelle Lebenspflege integriert sind.

Birgit Baur-Müller

Großaitingen im Juli 2015

Danksagung

Um ein Werk wie dieses zu kreieren, muss man immer zurückgreifen auf die Arbeit, die vorher gemacht wurde. Ich durfte einen Faden ein Stück weiterspinnen, an dem vor mir unendlich viele und nach mir genauso Menschen „gesponnen“ haben und „spinnen“ werden. Dafür, dass die Früchte von jahrelanger Arbeit zur Verfügung gestellt wurden/werden, bin ich sehr dankbar. Namen zu nennen wäre hier sinnlos. Es gibt ja auch ein Literaturverzeichnis. Aber es gilt auch jenen zu danken, die im Verborgenen arbeiten, ohne einen Namen zu hinterlassen oder bereits vergessen wurden.

Außerdem wäre ein Arbeiten dieser Art ohne die Unterstützung der Patienten, die kommen, um Hilfe bitten und sich dann auch einlassen auf unsere Vorschläge – die ja gerade dann, wenn etwas Neues entsteht, oft sehr abwegig scheinen mögen – unmöglich. Danke für das Vertrauen und danke dafür, dass ich die Ergebnisse in diesem Buch verwenden durfte.

Ohne die Marienapotheke in Großaitingen, dem Apotheker Hubertus Mayr und seinen Mitarbeiterinnen, die geduldig meine oft „ellenlangen“ Rezepturen mischen, und auch von Anfang an an diesem Projekt mitgemacht haben, wäre diese Arbeit überhaupt nicht möglich gewesen. Vielen Dank!

Danke auch an alle, die an der Verwirklichung dieses Projektes beteiligt waren, allen voran Frau Eichhorn und Frau Öller vom Springer-Verlag in Wien, Herrn Drüke für das Lektorat und allen Mitarbeitern des Springer-Verlags, die an der Umsetzung des Projektes beteiligt waren. Vielen Dank den Mitarbeitern der Blumenschule Schongau und den Botanischen Gärten Augsburg und München für die Erlaubnis, zu fotografieren und zu publizieren, sowie Frau Dr. med. Birgit Seybold-Kellner, die mir bei der Lektüre des Manuskriptes einige gute Verbesserungsvorschläge gab. Auch danke ich DDr. med. Thomas Ots für das Geleitwort und Christian Yehoash, die meine ersten Schritte unterstützten, „schreiberisch“ tätig zu werden.

Zuletzt but not least geht ein Dank an meine Familie und Freunde, die sich immer geduldig meine Sorgen anhörten und stets Optimismus verbreiteten, wenn mir Zweifel an dem Projekt kamen.

Birgit Baur-Müller

im September 2015

Inhaltsverzeichnis

I Funktionskreise/Wandlungsphasen

1 Funktionskreis Lunge/Dickdarm	3
<i>Birgit Baur-Müller</i>	
1.1 Die Funktion der Lunge	5
1.2 Die Funktion des Dickdarms	5
1.3 Die Physiologie des geistigen Aspekts der Wandlungsphase Metall	6
1.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Metall	7
1.4.1 LungenQi-Mangel	7
1.4.2 LungenQi-Stagnation	8
1.4.3 LungenYin-Mangel	8
1.4.4 Lungen-Trockenheit	10
1.4.5 Befall der Lunge durch Wind/Kälte	10
1.4.6 Befall der Lunge durch Wind/Hitze	10
1.4.7 Nässe-Schleim verlegt die Lunge	13
1.4.8 Lungen-Schleim-Hitze	14
1.4.9 Lungen-Schleim-Trockenheit	14
1.4.10 Lungen-Schleim-Kälte	15
1.4.11 LungenYang-Mangel	15
1.4.12 HitzeToxin	16
1.4.13 Pathogener Restfaktor	16
1.4.14 WeiQi-Mangel	18
1.4.15 Feuchte Hitze im Darm	18
1.4.16 Trockenheit im Darm	20
1.4.17 Qi-Stagnation im Darm	20
1.4.18 Trockene Hitze im Darm	21
1.4.19 Feuchte Kälte im Darm	21
1.4.20 Feuchter Schleim im Darm	22
1.4.21 Hämorrhoiden (Blutstase, Blutung)	22
1.5 Pflanzenporträts	22
1.5.1 Echter Thymian, Feldthymian, Wilder Quendel	22
1.5.2 Huflattich	26
1.5.3 Ackerveilchen/Stiefmütterchen	28
1.5.4 Anis	31
1.5.5 Quecke	34
1.5.6 Gänsefingerkraut	36
1.5.7 Walnuss	37
1.5.8 Himbeere	40
1.5.9 Lungenkraut	42
1.5.10 Salomonsiegel/Wohlriechende Weißwurz	44
1.5.11 Dost/Wilder Oregano	46

1.5.12	Schachtelhalm/Zinnkraut	48
1.5.13	Braunwurz, knotige	51
1.5.14	Spitzwegerich	54
1.5.15	Königskerze/Wollblume	57
1.5.16	Kümmel	59
1.5.17	Sonnenhut, Echinacea	61
1.5.18	Braunelle, kleine (gemeine)	64
1.5.19	Gundermann	65
1.5.20	Thuja/Lebensbaum	68
1.6	Patientenfallbeschreibungen	70
1.6.1	Fall 28	70
1.6.2	Fall 6	73
1.6.3	Drei verschiedene Muster von Husten	76
	Literatur	80
2	Funktionskreis Milz/Magen	81
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
2.1	Die Funktion der Milz	83
2.2	Die Funktion des Magens	83
2.3	Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Erde	84
2.4	Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Erde	85
2.4.1	MilzQi-Mangel	86
2.4.2	MilzYang-Mangel	87
2.4.3	Absinkendes MilzQi	88
2.4.4	Nässe-Kälte befällt die Milz	88
2.4.5	Milz kontrolliert das Blut nicht	88
2.4.6	Bluttonika	90
2.4.7	MagenQi-Mangel	90
2.4.8	MagenQi rebelliert aufwärts	91
2.4.9	MagenQi-Stagnation	91
2.4.10	MagenFeuer	93
2.4.11	Kälte befällt den Magen	93
2.4.12	Magen-Trockenheit, Yin-Mangel	94
2.4.13	Harmonisiert den Magen	94
2.4.14	Feuchte Hitze im Magen	94
2.4.15	Toxische Hitze im Magen	95
2.4.16	Nahrungsmittelstagnation	95
2.5	Pflanzenporträts	95
2.5.1	Alant	95
2.5.2	Schafgarbe	98
2.5.3	Fenchel	102
2.5.4	Steinklee	104
2.5.5	Eibisch	107
2.5.6	Mädesüß	109
2.5.7	Süßholz	112
2.5.8	Pomeranze/Bitterorange	115
2.5.9	Kamille	117
2.5.10	Vogelmiere	121

2.5.11	Luzerne/Alfalfa	123
2.5.12	Enzian, gelber	126
2.5.13	Engelwurz, Erzengelwurz	128
2.5.14	Petersilie	131
2.5.15	Tausendgüldenkraut	134
2.5.16	Ingwer	136
2.5.17	Hirtentäschel	139
2.6	Patientenfälle	142
2.6.1	Fall 68	142
2.6.2	Fall 37	144
2.6.3	Fall 141	145
	Literatur	149
3	Funktionskreis Niere/Blase	151
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
3.1	Die Aufgaben der Niere	153
3.2	Die Funktion der Blase	154
3.3	Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Wasser	154
3.4	Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Wasser	155
3.4.1	NierenYin-Mangel	155
3.4.2	NierenYang-Mangel	156
3.4.3	NierenEssenz-Mangel	156
3.4.4	NierenQi-Mangel	158
3.4.5	NierenQi-Stagnation	158
3.4.6	NierenYin-Mangel mit emporloderndem Leerefeuer	160
3.4.7	NierenQi ist nicht fest (Ross 2010)	160
3.4.8	Die Niere kann das Qi nicht aufnehmen (Ross 2010)	160
3.4.9	Nieren-Angst (Ross 2010)	161
3.4.10	Nässe-Hitze in der Blase	161
3.4.11	BlasenQi-Mangel	161
3.4.12	BlasenQi-Stagnation	163
3.4.13	Feuchte Kälte in der Blase (Ploberger 2011)	163
3.4.14	Chronisches Leeresymptom/Chronische Zystitis (Ploberger 2011)	164
3.5	Pflanzenporträts	164
3.5.1	Rosmarin	164
3.5.2	Beifuß	167
3.5.3	Liebstöckel	170
3.5.4	Basilikum	173
3.5.5	Zimt	175
3.5.6	Wegwarte	178
3.5.7	Bergbohnenkraut	180
3.5.8	Goldrute	181
3.5.9	Brennnessel	184
3.5.10	Johanniskraut	187
3.5.11	Holunder	190
3.5.12	Brombeere	192
3.5.13	Die große Klette	195
3.5.14	Raute	197

3.5.15	Ruprechtskraut/Stinkender Storchschnabel	200
3.5.16	Rotklee	201
3.5.17	Vogelknöterich	204
3.5.18	Beinwell	206
3.5.19	Birke	209
3.5.20	Klettenlabkraut	211
3.6	Patientenfälle	213
3.6.1	Fall 57	213
3.6.2	Fall 17	216
3.6.3	Fall 50	217
	Literatur	221
4	Funktionskreis Herz/Dünndarm	223
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
4.1	Die Aufgaben des Herzens	225
4.2	Die Funktion des Dünndarms	225
4.3	Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Feuer	226
4.4	Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Feuer	227
4.4.1	HerzQi-Mangel	227
4.4.2	HerzQi-Stagnation	228
4.4.3	HerzBlut-Stagnation	228
4.4.4	Schleim verlegt die Herzöffnungen (Orifizien)	228
4.4.5	HerzYang-Mangel	230
4.4.6	HerzYang-Kollaps	230
4.4.7	HerzBlut-Mangel	231
4.4.8	HerzYin-Mangel	231
4.4.9	HerzFeuer	232
4.4.10	Beunruhigter HerzGeist	233
4.5	Pflanzenporträts	233
4.5.1	Melisse	233
4.5.2	Baldrian	237
4.5.3	Hopfen	240
4.5.4	Rose	243
4.5.5	Ziest/Betonie	246
4.5.6	Weißdorn	249
4.5.7	Lavendel	252
4.5.8	Weißes Taubnessel	256
4.5.9	Borretsch	258
4.5.10	Mistel	261
4.5.11	Herzgespann	264
4.5.12	Passionsblume	267
4.5.13	Linde	269
4.5.14	Schlüsselblume	272
4.5.15	Ringelblume	275
4.5.16	Gingko	277
4.5.17	Ysop	279

4.6	Patientenfälle	281
4.6.1	Fall 29	281
4.6.2	Fall 67	285
4.6.3	Fall 104	286
	Literatur	290
5	Funktionskreis Leber/Gallenblase	291
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
5.1	Die Aufgaben der Leber	293
5.2	Die Funktionen der Gallenblase	294
5.3	Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Holz	294
5.4	Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Holz	295
5.4.1	LeberQi-Stagnation	295
5.4.2	LeberBlut-Stagnation	297
5.4.3	Emporloderndes LeberFeuer	297
5.4.4	Innerer LeberWind	297
5.4.5	Aufsteigendes LeberYang	299
5.4.6	LeberBlut-Mangel	299
5.4.7	Nässe-Hitze in Leber und Gallenblase	301
5.4.8	Kälte-Stagnation in der Leber-Leitbahn	302
5.4.9	Leber attackiert die Milz	302
5.4.10	Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche	302
5.4.11	Tonisiert das LeberQi	302
5.4.12	Nässe-Hitze in der Gallenblase	302
5.4.13	GallenblasenQi-Stagnation	304
5.4.14	GallenblasenQi-Mangel	304
5.4.15	GallenblasenYang-Exzess	304
5.5	Pflanzenporträts	304
5.5.1	Eisenkraut	304
5.5.2	Löwenzahn	309
5.5.3	Frauenmantel	313
5.5.4	Wermut	315
5.5.5	Salbei	318
5.5.6	Schöllkraut	322
5.5.7	Odermennig	324
5.5.8	Augentrost	327
5.5.9	Poleiminze	329
5.5.10	Pfefferminze, Feldminze	331
5.5.11	Mutterkraut	334
5.5.12	Krauser Ampfer	336
5.5.13	Pestwurz	338
5.5.14	Kardendistel, Weberkard, Wilde Distel	341
5.6	Patientenfälle	343
5.6.1	Fall 23	343
5.6.2	Fall 16	347
	Literatur	349

II Spezielle Fächer

6	Gynäkologie	353
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
6.1	Die physiologischen Vorgänge im weiblichen Organismus	354
6.1.1	Die Physiologie des Uterus, die Menstruation	354
6.1.2	Empfängnis, Schwangerschaft, Geburt	354
6.1.3	Menopause	355
6.2	Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für Uteruspathologien	355
6.2.1	UterusKälte-Stagnation	356
6.2.2	UterusQi-Stagnation	356
6.2.3	UterusBlut-Mangel/Qi-Mangel	356
6.2.4	UterusBlut-Stase/Blutandrang/Fülle	358
6.2.5	Ergänzende Symptome bei Ross (2010)	358
6.2.6	Geeignete Kräuter in der Schwangerschaft/Stillzeit	358
6.3	Patientenfälle	358
6.3.1	Fall 38	358
6.3.2	Fall 40	363
6.3.3	Fall 45	367
6.3.4	Fall 58	369
6.3.5	Fall 43	371
6.3.6	Fall 106	373
6.3.7	Fall 21	376
6.3.8	Fall 71	376
	Literatur	380
7	Kinderheilkunde	381
	<i>Birgit Baur-Müller</i>	
7.1	Fall 14 und Fall 89: „Eine prophylaktische Teeverordnung“	382
7.2	Fall 35: „Einem unruhigen HerzGeist zu einem Ruhekissen verhelfen“	382
7.2.1	Diskussion und Verlauf	384
7.3	Fall 3: „Heraus aus der Sackgasse“	385
7.3.1	Diskussion und Verlauf	386
7.4	Fall 42: „Chronische Infektionen bei Lungen- und MilzQi-Schwäche“	386
7.4.1	Diskussion und Verlauf	386
7.5	Fall 88: „Eine Salbe für eine aus dem Gleichgewicht geratene Haut“	386
7.6	Fall 137: „Hilfe, um nach Krebstherapie die Batterien wieder aufzufüllen“	389
7.6.1	Diskussion und Verlauf	389
7.7	Fall 128: „Ein aus der Balance geratener ‚LeberGeneral‘ besetzt den Thron des Kaisers“ (chronische Schlafprobleme)	389
7.7.1	Diskussion und Verlauf	391
7.8	Fall 119: „Erschöpftes Milz-, WeiQi und pathogener Restfaktor führen in eine Sackgasse von Schmerz und Hilflosigkeit“ (rezidivierende Kopf- und Ohrenschmerzen)	392
7.8.1	Diskussion und Verlauf	392
7.8.2	Diskussion und Verlauf	395
	Literatur	395

8 Autoimmunerkrankungen 397

Birgit Baur-Müller

8.1 **Autoimmunerkrankungen aus Sicht der Chinesischen Medizin** 398

8.1.1 Chronische Belastung des Immunsystems durch immer wieder attackierenden Wind 398

8.1.2 Qi-Mangel von Milz und Lunge schwächt das aufrechte Qi.....398

8.1.3 Die Niere als Batterie für die Lebensenergie, Schleimpathologie durch eine
Schwächung von Lunge, Milz und Niere 399

8.1.4 Woher kommt die aggressive Komponente? 400

8.1.5 Yin-Mangel als wesentlicher Faktor bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen 400

8.2 **Therapiestrategien bei Autoimmunerkrankungen**.....401

8.3 **Patientenfälle** 404

8.3.1 Fall 55 404

8.3.2 Fall 101 406

8.3.3 Fall 129 409

8.3.4 Fall 41 412

Literatur 414

Serviceteil 415

Stichwortverzeichnis 416

Funktionskreise/ Wandlungsphasen

- Kapitel 1** **Funktionskreis Lunge/Dickdarm – 3**
Birgit Baur-Müller
- Kapitel 2** **Funktionskreis Milz/Magen – 81**
Birgit Baur-Müller
- Kapitel 3** **Funktionskreis Niere/Blase – 151**
Birgit Baur-Müller
- Kapitel 4** **Funktionskreis Herz/Dünndarm – 223**
Birgit Baur-Müller
- Kapitel 5** **Funktionskreis Leber/Gallenblase – 291**
Birgit Baur-Müller

Funktionskreis Lunge/ Dickdarm

Birgit Baur-Müller

- 1.1 Die Funktion der Lunge – 5**
- 1.2 Die Funktion des Dickdarms – 5**
- 1.3 Die Physiologie des geistigen Aspekts
der Wandlungsphase Metall – 6**
- 1.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen
für die Wandlungsphase Metall – 7**
 - 1.4.1 LungenQi-Mangel – 7
 - 1.4.2 LungenQi-Stagnation – 8
 - 1.4.3 LungenYin-Mangel – 8
 - 1.4.4 Lungen-Trockenheit – 10
 - 1.4.5 Befall der Lunge durch Wind/Kälte – 10
 - 1.4.6 Befall der Lunge durch Wind/Hitze – 10
 - 1.4.7 Nässe-Schleim verlegt die Lunge – 13
 - 1.4.8 Lungen-Schleim-Hitze – 14
 - 1.4.9 Lungen-Schleim-Trockenheit – 14
 - 1.4.10 Lungen-Schleim-Kälte – 15
 - 1.4.11 LungenYang-Mangel – 15
 - 1.4.12 HitzeToxin – 16
 - 1.4.13 Pathogener Restfaktor – 16
 - 1.4.14 WeiQi-Mangel – 18
 - 1.4.15 Feuchte Hitze im Darm – 18
 - 1.4.16 Trockenheit im Darm – 20
 - 1.4.17 Qi-Stagnation im Darm – 20
 - 1.4.18 Trockene Hitze im Darm – 21
 - 1.4.19 Feuchte Kälte im Darm – 21
 - 1.4.20 Feuchter Schleim im Darm – 22
 - 1.4.21 Hämorrhoiden (Blutstase, Blutung) – 22

1.5 Pflanzenporträts – 22

- 1.5.1 Echter Thymian, Feldthymian, Wilder Quendel – 22
- 1.5.2 Huflattich – 26
- 1.5.3 Ackerveilchen/Stiefmütterchen – 28
- 1.5.4 Anis – 31
- 1.5.5 Quecke – 34
- 1.5.6 Gänsefingerkraut – 36
- 1.5.7 Walnuss – 37
- 1.5.8 Himbeere – 40
- 1.5.9 Lungenkraut – 42
- 1.5.10 Salomonsiegel/Wohlrichende Weißwurz – 44
- 1.5.11 Dost/Wilder Oregano – 46
- 1.5.12 Schachtelhalm/Zinnkraut – 48
- 1.5.13 Braunwurz, knotige – 51
- 1.5.14 Spitzwegerich – 54
- 1.5.15 Königskerze/Wollblume – 57
- 1.5.16 Kümmel – 59
- 1.5.17 Sonnenhut, Echinacea – 61
- 1.5.18 Braunelle, kleine (gemeine) – 64
- 1.5.19 Gundermann – 65
- 1.5.20 Thuja/Lebensbaum – 68

1.6 Patientenfallbeschreibungen – 70

- 1.6.1 Fall 28 – 70
- 1.6.2 Fall 6 – 73
- 1.6.3 Drei verschiedene Muster von Husten – 76

Literatur – 80

1.1 Die Funktion der Lunge

Die Lunge ist das zarte Organ. Auch in der westlichen Anatomie ist ihre Struktur feingliedrig und zerbrechlich. Sie hat eine regelrecht „luftige“ Gestalt. Dennoch hat sie zugleich von allen Zang Organen die direkteste Verbindung zur Außenwelt. Die Lunge reguliert das Qi und beherrscht die Atmung. Als Mittlerin zwischen Organismus und Umwelt schützt sie den Menschen vor schädigenden energetischen Einflüssen. Sie ist wie ein „Minister, der Entscheidungen trifft“ (Maciocia 1997) und u. a. darüber entscheidet, wen oder was sie zum Kaiser (Herzen) vorlässt. Man könnte vielleicht auch sagen, dass, wenn ein Mensch sich nicht schützen kann vor energetischen Einflüssen von anderen – die Esoterik bezeichnet das als Auraschwäche –, sein LungenQi geschwächt ist.

Die Lunge hat eine verteilende und herabführende Funktion, reguliert die Wasserwege und beherrscht die Körperoberfläche (Haut). Sie manifestiert sich in der Körperbehaarung und öffnet sich durch die Nase. Ist die Lunge schwach, ist die Bildung und Bewegung des Qi beeinträchtigt, was zu Qi-Leere und -Stagnation in jedem beliebigen Körperareal führen kann. Die Lunge verteilt das Qi im ganzen Körper. Der Aspekt des Qi, um den es hier geht, ist das *ZhenQi*, welches sich zusammensetzt aus *WeiQi* (= der Yang-Aspekt), das sog. AbwehrQi, das Haut, Muskeln und Körperoberfläche schützt und aus *YingQi* (= der Yin-Aspekt), der die ZangFu und das Gewebe ernährt. Dabei fördert die Lunge die Verteilung des *WeiQi* in Muskeln und Haut außerhalb der *JingLuo* (Hauptmeridiane) und die Verteilung von *YingQi* im ganzen Körper innerhalb der *JingLuo* (Ross 2003a).

■ **Die Lunge und die Körperflüssigkeiten JinYe**
Die Lunge verteilt mit dem *WeiQi* die *Jin* (Yang-Aspekt) in Haut und Muskeln und mit dem *YingQi* die *Ye* (Yin-Aspekt) an die *ZangFu*, Gelenke, Gehirn und Öffner. Wenn die Verteilungsfunktion beeinträchtigt ist, folgen Leere und Stagnation von *JinYe* im ganzen System (Ross 2003a).

■ **Die herabführende Funktion**

Die Bewegung des Qi der Lunge ist abwärts gerichtet. Für den richtigen Fluss und die Verteilung von

Qi ist die Beziehung zwischen Lunge und Niere essentiell. Die Lunge führt das Qi herab, und die Niere nimmt das Qi auf und hält es fest. Wenn einer der beiden seine Aufgaben nicht erfüllen kann, wird das Qi unkontrolliert aufsteigen und die Verteilungsfunktion und den regelmäßigen Atemrhythmus beeinträchtigen (ebd.). Die Lunge verflüssigt die unreinen Flüssigkeiten weiter und führt sie zur Niere herab, wo sie getrennt und ausgeschieden werden. Die Niere verdampft einen Teil dieser Flüssigkeiten, der dann wieder zur Lunge aufsteigt. Wenn die Lunge den unreinen Teil nicht herabführen kann, entstehen Ödeme und die Verteilungsfunktion ist geschwächt (ebd.).

■ **Regulation der Wasserwege**

Die Lunge empfängt die reinen Anteile der Körperflüssigkeiten von der Milz in Form von Dampf, trennt sie und lässt sie im ganzen Körper zirkulieren. Dabei werden die reineren Anteile in Form von Dampf zirkuliert und die unreineren in flüssiger Form abwärts bewegt. Ist diese Funktion geschwächt, kann es zu übermäßigem oder fehlendem Schwitzen kommen. Auch lokalisierte oder generalisierte Ödeme in der oberen Körperhälfte sind möglich (Ross 2003a).

■ **Beherrschung der Körperoberfläche**

Dadurch dass dieses zarte Organ den direktesten Kontakt zur äußeren Umgebung hat, ist es am meisten dem Einfluss von äußeren pathogenen Faktoren ausgesetzt. Wenn das Qi der Lunge geschwächt ist, kann das *WeiQi* nicht mehr genügend Abwehrenenergie bilden, und äußere pathogene Faktoren können leichter in den Körper eindringen. Außerdem wird die Haut rau, trocken und schlaff, da sie nicht genügend ernährt und befeuchtet wird. Voraussetzung ist natürlich, dass die Lunge genügend Körperflüssigkeiten von der Milz erhält (Ross 2003a).

1.2 Die Funktion des Dickdarms

Wie in der westlichen Physiologie übernimmt der Dickdarm die Substanzen vom Dünndarm, transportiert sie weiter, absorbiert etwas Flüssigkeit und scheidet den Rest aus. Aus Sicht der Chinesischen Medizin gehören wesentliche Aufgaben von

Dick- und Dünndarm zur Funktion der Milz (Umwandlung und Transport der Nahrung und Flüssigkeiten im Verdauungssystem; Maciocia 1997). Der Dickdarm hat wichtige Beziehungen mit der Lunge, er benötigt das LungenQi für die Defäkation. Gibt es einen Mangel, entsteht Obstipation. Umgekehrt kann durch Stagnation von Nahrung im Dickdarm die absteigende Funktion des LungenQi beeinträchtigt werden und Atemnot entsteht (Maciocia 1997).

1.3 Die Physiologie des geistigen Aspekts der Wandlungsphase Metall

■ Die Körperseele Po

Die Körperseele Po stellt den dichtesten, körperlichsten und materiellsten Aspekt der Seele im Konzept der Chinesischen Medizin dar und ist mit dem Organsystem Lunge in Verbindung. Sie entspricht dem westlichen Konzept des Ätherleibs, dem Energiekörper und verbindet den materiellen Körper mit dem energetischen-(Nerven)System (Ross 2000). Die Körperseele, deren chinesisches Schriftzeichen „Weißer Geist“ bedeutet, kommt am dritten Tag nach der Konzeption in den Organismus (Maciocia 2009). Man bezeichnet sie auch als Organisation des Organismus und koordinierende Kraft hinter allen physiologischen Prozessen (Maciocia 2009). Auch ist sie verantwortlich für die physischen Bewegungen des Körpers, deren Agilität, Balance und Koordination (Maciocia 2009).

■ Die Funktion der Trauer

Wenn wir eine emotionale Bindung eingehen mit einem Gegenstand oder Lebewesen, kreieren wir einen Energiestrang. Bei Verlust muss dieser Strang wieder durchtrennt werden, was den Trennungsschmerz, die Emotionen der Trauer hervorruft. Wenn die Energiestränge durchtrennt werden, wird der Mensch ganz auf sich selbst zurückgeworfen, kann also die Wertschätzung seiner Identität wiedererlangen.

- » Die Trauer und das Element Metall sind mit dem Schwert der Wahrheit zu vergleichen, das das Unwichtige, die Illusionen, wegschneidet und

das Individuum mit der Wahrheit konfrontiert.
(Ross 2000, S. 47)

Durchlebt man den Schmerz, den das Loslassen einer Verbindung erzeugt, ermöglicht das, dass man eine höhere Ebene der Selbsterkenntnis und des Bewusstseins erreicht, wobei man sich einen weiteren Schritt der Weisheit nähert (Ross 2000). In dem Moment, in dem die Verbindung zu etwas oder jemandem durchtrennt wird, zu dem eine emotionale Bindung bestand, entsteht Trauer. Unverarbeitete Trauer zieht einen chronischen Schmerz nach sich, durch einen Konflikt zwischen Loslassen und Festhalten. Das kann zu einer Stagnation des LungenQi im ganzen Körper führen, was zur Entstehung von Karzinomen beitragen kann (ebd.).

■ Die Yin-Funktion der Wandlungsphase Metall

Zum Bindungsaufbau, wenn vom Dantian aus Energiefäden zum angestrebten Objekt gebildet werden, ist eine Yin-Funktion nötig. Die treibende Kraft, einen Bindungsfaden aufzubauen, ist materieller, animalischer Natur. Soll sich die Beziehung weiterentwickeln, kommen als nächstes die Erdenergien Loyalität, Verlässlichkeit und Vertrauenswürdigkeit ins Spiel, um die Beziehung zu nähren und zu umsorgen (Hammer 2000). Die LungenYin-Fäden bilden dabei einen materiellen „Kanal“, in den die energetischen Ingredienzien fließen: Gedanken, Konzepte, Gefühle, die für eine ständige Erneuerung des Bandes notwendig sind (ebd.). Das MetallYin will binden, verbinden und halten und übermittelt ein Gefühl der Traurigkeit, wenn diese Bindungen („Fäden“) durchtrennt werden.

- » Wer diese Fäden leichtfertig behandelt, sie scheinbar ungestraft unterbricht und die Traurigkeit ignoriert, die auf eine Trennung folgen muss, sollte sich im Klaren darüber sein, dass sich diese losen, gebrochenen Fasern in Form von physischem Schmerz, Verfall und ernster Krankheit manifestieren. (Hammer 2000, S. 333)

Eine weitere Funktion des MetallYin besteht darin, uns zu einem tieferen Gefühl für unsere eigene Identität zu führen, einem sicheren Wissen darüber, dass „ich bin“ (Hammer 2000).

■ **Tab. 1.1** Kräuter für die Behandlung von LungenQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad. Helenii
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct. Anisi
Basilikum	Ploberger 2011	Ocimum basilicum	Herb. Basilici
Engelwurz	Ross 2010; Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad. Angelicae arch.
Gundermann	Ploberger 2011	Glechoma hederacea	Herb. Glechomae
Huflattich	Ploberger 2011	Tussilago farfara	Herb. Tussilaginis
Pestwurz	Ploberger 2011	Petasites hybridus	Rad. Petasites
Rosmarin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol. Rosmarini
Schafgarbe	Ross 2010	Achillea millefolium	Herb. Millefolii
Sonnenhut	Ross 2010	Echinacea angustifolia	Rad. Echinaceae
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rad. Glycyrrhizae
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb. Thujae
Thymian	Holmes 1989	Thymus vulgaris	Herb. Thymi
Ysop	Ploberger 2011	Hyssopus officinalis	Herb. Hyssopi

■ Die Yang-Funktion der Wandlungsphase Metall

Das MetallYang hilft, das Anhaften an Gedanken, Ansichten, Emotionen und Menschen aufzugeben. LungenYang übermittelt das Gefühl der Freude und Aufregung, wenn man sich auf etwas Neues einlässt. Das MetallYang unterstützt das Selbst dabei, das Beste aus Gesellschaft und Kultur herauszufiltern und weise zu nutzen (Hammer 2000). Die Autorität ins Selbst zu korporieren (verantwortliche Individuation), d. h., die volle Verantwortung zu übernehmen für seine Entscheidungen und Taten und sie nicht einem höheren Wesen zuzuschieben, ist eine in der menschlichen Geschichte junge Entwicklung mit unsicherem Ausgang (ebd.). Die MetallYin-Energie strebt nach zunehmender Individuation, die durch die Stärkung der Energiefäden zwischen Dantian und Seele (Gott) in der Meditation erreicht wird. Das MetallYang versucht gleichzeitig, gegenteilig diese höchst individualisierte Seele ins Äußere, in nährenden Beziehungen mit anderen Individuen in der Gesellschaft einzubinden. Die Wandlungsphase Metall ist jene Instanz, die den Organismus mit den feineren Energien des Universums verbindet und unseren Geist mit jedem Atemzug läutert und erneuert (ebd.).

1.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Metall

Die Mustereinteilung mit Symptombeschreibung und Vorschlägen für Akupunktur orientiert sich an Maciocias Grundlagen der Chinesischen Medizin (Maciocia 1997).

1.4.1 LungenQi-Mangel

Symptome Atemnot, Husten, wässriges Sputum, schwache Stimme, Schwitzen tagsüber, Abneigung gegen Sprechen, Abneigung gegen Kälte, leuchtend weißes Gesicht, Erkältungsneigung, Müdigkeit, Erschöpfung

Zunge Blass oder normal

Akupunktur Lu9, Lu7, Bl13, Du12 (stärkt die Lunge bei chronischen Problemen), Ma36

Die Kräuter für die Behandlung sind in ■ Tab. 1.1 angeführt.

Das Eindringen eines pathogenen Faktors von außen bzw. die schädigende Einflussnahme eines inneren emotionalen Faktors beginnt immer mit einer Schwäche im betreffenden Organ. Dringt ein äußerer pathogener Faktor, meist Wind und oder Kälte, in die Lunge ein, ist in der Regel immer das aufrechte Qi erschöpft bzw. im Vergleich zum pathogenen Faktor schwächer. *Thymian*, *Schafgarbe*, *Sonnenhut* und *Thuja* stärken auch speziell das WeiQi.

Auch ist es wichtig, auf die Grundkonstitution des Patienten Rücksicht zu nehmen: Besteht z. B. gleichzeitig ein MilzQi-Mangel, dann werden aus dieser Gruppe Kräuter wie *Alant*, *Anis*, *Schafgarbe* oder *Engelwurz* zum Einsatz kommen. Bei gleichzeitiger Schwäche des NierenYang kann man sich entscheiden für *Anis*, *Thymian*, *Rosmarin* oder *Basilikum*. Häufig ist auch gleichzeitig das Yin geschwächt. Dann würde man aus dieser Gruppe die temperaturneutralen bzw. eher kühlen Kräuter bevorzugen, z. B. *Huflattich*, *Alant*, *Schafgarbe*, oder direkt mit Yin-tonisierenden Pflanzen kombinieren, z. B. *Vogelmiere*, *Salomonsiegel* oder *Rotklee*. Bei starkem, krampfartigem Reizhusten eignet sich *Ysop* besonders, da er den Brustkorb öffnet. Kommt die krampfartige Anspannung von einem stagnierten LeberQi würde ich mit *Schöllkraut* oder *Lavendel* kombinieren. Oft ist bei chronischem Reizhusten mit schlaflosen Nächten auch das HerzQi in Mitleidenschaft gezogen und das Nervensystem völlig überreizt, dann wäre eine Kombination mit *Melisse* oder *Baldrian* sinnvoll. Aus dieser Gruppe würde ich *Anis* oder *Pestwurz* auswählen. In den meisten Fällen haben wir es mit pathogenen Restfaktoren zu tun. Um den Körper davon zu klären, eignen sich in dieser Gruppe besonders und vor allem auch in dieser Kombination *Thuja*, *Thymian* und *Schafgarbe* (Ross 2003b). Wenn die Patienten mit reichlich Schleim zu kämpfen haben, würde ich mich für *Gundermann*, *Alant* oder *Schafgarbe* entscheiden. Ansonsten ist es sinnvoll, die einzelnen Muster nebeneinanderzustellen und Kräuter auszuwählen, die für möglichst viele Indikationen erwähnt werden, wie z. B. der *Thymian*, der das LungenQi stärkt und bewegt, die Lunge von Wind/Kälte befreit, Nässe/Schleim ausleitet, Lungen-Schleim-Trockenheit befeuchtet, Schleim/Kälte ausleitet und das WeiQi stärkt.

1.4.2 LungenQi-Stagnation

Symptome Rastlosigkeit, spastischer, krampfartiger, trockener Husten, starkes Schnaufen, Keuchen, „quälendes Denken“, Druckgefühl in der Brust, kann auftreten im Anschluss an Trauer oder Thoraxtrauma

Zunge Kann normal sein

Akupunktur Lu1 (akut), Lu2, Lu6 (akut Asthma), Lu7, Ren17, Ren22

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.2 aufgeführt.

Das Qi in der Lunge stagniert vor allem aufgrund emotionaler Ursachen. Handelt es sich eher um eine Trauersituation, wo auch die HerzEnergie beteiligt ist, würde man aus dieser Gruppe z. B. das *Ackerveilchen*, *Anis*, *Baldrian* oder *Melisse* verwenden. Steht eher eine Frustrations- oder Ärgerproblematik mit stagniertem oder attackierendem LeberQi im Vordergrund, dann würde ich *Lavendel*, *Schöllkraut* oder *Raute* verwenden. Ist der Patient sehr nervös und leidet unter starker Anspannung, kämen *Ziest*, *Thymian* oder *Passionsblume* infrage. Wenn das „quälende Denken“ mit einer MilzQi-Schwäche verbunden ist, wären *Alant* oder *Engelwurz* geeignet. Natürlich spielt auch der Yin/Yang-Aspekt bzw. Feuchtigkeit/Trockenheit eine Rolle, so eignen sich *Thymian* oder *Raute* eher bei Feuchtigkeit und Yang-Schwäche, *Rotklee* und *Hopfen* hingegen würden bei Yin-Schwäche und Trockenheit zum Einsatz kommen.

1.4.3 LungenYin-Mangel

Symptome Trockener Husten oder wenig klebriges Sputum, blutiges Sputum, niedriges Fieber am Nachmittag, Hitzegefühl nachmittags und abends, Rötung der Wangenknochen, Nachtschweiß, Hitze der fünf Flächen, Schlafstörungen, trockener Mund und Hals, Heiserkeit, Kitzeln in der Kehle, häufig kombiniert mit Magen- und/oder NierenYin-Mangel

Zunge Belaglos, rot (bei Hitze), Risse im Lungenareal, trocken

■ Tab. 1.2 Kräuter für die Behandlung von LungenQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Holmes 1989	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Alant	Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Dost	Holmes 1989; Ploberger 2011	Origanum vulgare	Herb.Origani
Engelwurz	Holmes 1989; Ross 2010	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Holmes 1989	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos. Matricariae
Königskerze	Holmes 1989	Verbasum thapsiforme	Flos.Verbasci
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Passionsblume	Holmes 1989	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Poleiminze	Holmes 1989	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Pomeranzenschale	Holmes 1989	Citrus aurantium	Peric.Aurantii
Raute	Holmes 1989	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rotklee	Holmes 1989	Trifolium pratense	Flos.Trifolii prat.
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schöllkraut	Holmes 1989	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Thymian	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Ysop	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

Akupunktur Lu9, Ren17, Bl43 (stärkt das Lungen-Yin v.a. in chronischen Fällen), Bl13, Ren4, Ni6 (unterstützt die Kehle), Ren12, Lu10 (beseitigt LeereHitze)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.3 aufgeführt.

Bei Yin-Mangel muss man darauf achten, ob LeereHitze vorhanden ist. In diesen Fällen ist die belaglose Zunge rot. Die Kräuter sollten zugleich kühlend und befeuchtend sein, wie z.B. *Lungenkraut*, *Vogelmiere* oder *Rotklee*.

■ Tab. 1.3 Kräuter für die Behandlung von LungenYin-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad.Helenii
Beinwell	Holmes 1989; Ploberger 2011	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Borretsch	Holmes 1989; Ploberger 2011	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Eibisch	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Althea officinalis	Rad.Altheae
Huflattich	Holmes 1989; Ploberger 2011	Tussilago farfara	Fol.Tussilaginis
Königskerze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Lungenkraut	Ploberger 2011	Pulmonaria officinalis	Herb.Pulmonariae
Rotklee	Ploberger 2011	Trifolium pratense	Flos.Trifolii prat.
Salomonsiegel	Ploberger 2011	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati od.
Schachtelhalm (roh)	Ploberger 2011	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Vogelmiere	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Stellaria media	Herb.Stellariae

1.4.4 Lungen-Trockenheit

Symptome Trockener Husten, trockene Haut, trockene Kehle, trockener Mund, Durst, Heiserkeit

Zunge Trocken

Akupunktur Lu9, Ren4, Ni6, Mi6, Ren12

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.4 angeführt.

Zugleich MagenYin-tonisierend sind: Ackerveilchen, Eibisch, Spitzwegerich und Vogelmiere. Möchte man auch das NierenYin tonisieren, eignen sich Ackerveilchen, Eibisch, Ackerschachtelhalm (roh) oder Beinwell.

1.4.5 Befall der Lunge durch Wind/Kälte

Symptome Husten, Halskratzen, verstopfte oder rinnende Nase mit klarem, wässrigen Sekret, Niesen, Abneigung gegen Kälte, Hinterkopfschmerz, Körperschmerz

Dieses Muster entspricht dem TaiYang Stadium, der äußere pathogene Faktor befindet sich in der WeiQi-Schicht.

Akupunktur Lu7, Di4, Du12 (befreit die Oberfläche, vertreibt Wind, Schröpfen)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.5 angeführt.

1.4.6 Befall der Lunge durch Wind/Hitze

Symptome Husten, Fieber, Abneigung gegen Kälte, Halsschmerzen, verstopfte Nase oder Nasenrinnen mit gelbem Sekret, Kopf- und Gliederschmerzen, leichtes Schwitzen, Durst, geschwollene Tonsillen. Der pathogene Faktor ist jetzt in die Qi-Schicht eingedrungen.

Zunge Ränder oder Spitze gerötet, dünner, weißer Belag

Akupunktur Di4, Di11, Du14 (beseitigt Hitze), Bl12, Du16+Gb20 (vertreiben äußeren Wind)

■ **Tab. 1.4** Kräuter für die Behandlung von Lungen-Trockenheit

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	<i>Viola tricoloris</i>	Herb.Violae tric.
Eibisch	Ross 2010	<i>Althea officinalis</i>	Rad.Altheae
Königskerze	Holmes 1989	<i>Verbascum thapsiforme</i>	Flos.Verbasci
Rotklee	Holmes 1989	<i>Trifolium pratense</i>	Flos.Trifolii prat.
Spitzwegerich	Holmes 1989	<i>Plantago lanceolata</i>	Herb.Plantaginis lanc.
Süßholz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	Rad.Glycyrrhizae
Vogelmiere	Ross 2010	<i>Stellaria media</i>	Herb.Stellariae

■ **Tab. 1.5** Kräuter für die Behandlung der Lunge bei Befall durch Wind/Kälte

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Augentrost	Holmes 1989	<i>Euphrasia rostkoviana</i>	Herb.Euphrasiae
Beifuß	Holmes 1989	<i>Artemisia vulgaris</i>	Herb.Artemisiae vulg.
Bergbohlenkraut	Ploberger 2011	<i>Satureia montana</i>	Herb.Satureiae
Brennnessel	Ross 2010	<i>Urtica dioica</i>	Herb.Urticae
Dost	Holmes 1989	<i>Origanum vulgare</i>	Herb.Origani
Engelwurz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Angelica archangelica</i>	Rad.Angelicae arch.
Ingwer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Zingiber officinalis</i>	Rhiz.Zingiberis
Pestwurz	Ploberger 2011	<i>Petasites hybridus</i>	Rhiz.Petasites
Pfefferminze	Holmes 1989	<i>Mentha x piperita</i>	Herb.Menthae x pip.
Rosmarin	Holmes 1989	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Fol.Rosmarini
Salbei	Ross 2010	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Schafgarbe	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989	<i>Chelidonium majus</i>	Herb.Chelidonii
Sonnenhut	Ross 2010	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Thuja	Ross 2010	<i>Thuja occidentalis</i>	Herb.Thujae
Thymian	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Thymus vulgaris</i>	Herb.Thymi
Ysop	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Hyssopus officinalis</i>	Herb.Hyssopi
Zimt	Ross 2010	<i>Cinnamomum verum</i>	Cort.Cinnamomi

■ Tab. 1.6 Kräuter für die Behandlung der Lunge bei Befall durch Wind/Hitze

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Viola tricoloris</i>	Herb.Violae tric.
Augentrost	Ross 2010	<i>Euphrasia rostkoviana</i>	Herb.Euphrasiae
Beifuß	Holmes 1989	<i>Artemisia vulgaris</i>	Herb.Artemisiae vulg.
Birke	Holmes 1989	<i>Betula pendula</i>	Fol.Betulae
Borretsch	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Borago officialis</i>	Herb.Boraginis
Brennnessel	Ross 2010	<i>Urtica dioica</i>	Herb.Urticae
Eisenkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Verbena officinalis</i>	Herb.Verbenae
Feldminze	Holmes 1989	<i>Mentha arvensis</i>	Herb.Menthae arv.
Große Klette	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Arctium lappa</i>	Rad.Bardanae
Holunder	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Sambuccus nigra</i>	Flos.Sambuci
Herzgespann	Holmes 1989	<i>Leonurus cardiaca</i>	Herb.Leonuri
Ingwer	Ross 2010	<i>Zingiber officinalis</i>	Rhiz.Zingiberis
Kamille	Holmes 1989	<i>Matricaria chamomilla</i>	Flos.Matricariae
Königskerze	Ploberger 2011	<i>Verbascum thapsiforme</i>	Flos.Verbasci
Lavendel	Holmes 1989	<i>Lavandula officinalis</i>	Flos.Lavandulae
Linde	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Tilia cordata</i>	Flos.Tiliae
Mädesüß	Holmes 1989	<i>Filipendula ulmaria</i>	Herb.Spireae
Melisse	Holmes 1989	<i>Melissa officinalis</i>	Fol.Melissae
Mutterkraut	Ross 2010	<i>Tanacetum parthenium</i>	Herb.Chrysanthemi parth.
Pfefferminze	Ross 2010	<i>Mentha x piperita</i>	Herb.Menthae x pip.
Poleiminze	Holmes 1989	<i>Mentha pulegium</i>	Herb.Menthae pul.
Ringelblume	Holmes 1989	<i>Calendula officinalis</i>	Flos.Calendulae
Salbei	Ross 2010	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Schafgarbe	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989	<i>Chelidonium majus</i>	Herb.Chelidonii
Sonnenhut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Ysop	Ross 2010	<i>Hyssopus officinalis</i>	Herb.Hyssopi

Die Kräuter zur Behandlung sind in [Tab. 1.6](#) angeführt.

des „Verstopft seins“, Atemnot, Abneigung gegen Liegen

1.4.7 Nässe-Schleim verlegt die Lunge

Zunge Dick klebrig weiß belegt

Akupunktur Lu5, Lu7, Lu1, Ren17, Ma40, Pe6, Ren22, Ren12, Ren9, Bl20, Bl13

Symptome Chronischer Husten, anfallsweise, reichlich weißes leicht abzuhustendes Sputum, weißer, teigiger Teint, Engegefühl im Thorax, Gefühl

Die Kräuter zur Behandlung sind in [Tab. 1.7](#) angeführt.

Tab. 1.7 Kräuter für die Behandlung von Nässe-Schleim, der die Lunge verlegt

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad.Helenii
Augentrost	Ross 2010	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Brennnessel	Holmes 1989 ; Ross 2010	Urtica dioica	Herb.Urticae
Dost	Holmes 1989	Origanum vulgare	Herb.Origani
Eibisch	Ploberger 2011	Althea officinalis	Rad.Altheae
Fenchel	Holmes 1989	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Goldrute	Ross 2010	Solidago virgaurea	Herb.Solidaginis
Gundermann	Ploberger 2011	Glechoma hederacea	Herb.Glechomae
Herzgespann	Holmes 1989	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Holunder	Ross 2010	Sambucus nigra	Flos.Sambuci
Huflattich	Holmes 1989 ; Ploberger 2011	Tussilago farfara	Fol.Tussilaginis
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Königskerze	Holmes 1989 ; Ploberger 2011	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Mädesüß	Ploberger 2011	Filipendula ulmaria	Herb.Spireae
Linde	Ploberger 2011	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Mutterkraut	Holmes 1989	Tanacetum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Odermennig	Holmes 1989	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Pestwurz	Ploberger 2011	Petasites hybridus	Rad.Petasites
Raute	Holmes 1989 ; Ploberger 2011	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Salbei	Holmes 1989 ; Ploberger 2011	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schafgarbe	Ross 2010	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Rad.Primulae
Spitzwegerich	Ploberger 2011	Plantago lanceolata	Herb.Plantaginis lanc.
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rad.Glycyrrhizae

■ Tab. 1.7 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Thuja	Holmes 1989; Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Thymian	Ross 2010; Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Ysop	Ross 2010; Ploberger 2011	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ Tab. 1.8 Kräuter für die Behandlung von Lungen-Schleim-Hitze

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Augentrost	Ross 2010	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Brennnessel	Ploberger 2011	Urtica dioica	Herb.Urticae
Gundermann	Ross 2010	Glechoma hederacea	Herb.Glechomae
Holunder	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Sambucus nigra	Flos.Sambuci
Huflattich	Holmes 1989	Tussilago farfara	Fol.Tussilaginis
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Königskerze	Holmes 1989	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasce
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Odermennig	Holmes 1989	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Sonnenhut	Ross 2010	Echinacea purpurea	Rad.Echinaceae
Spitzwegerich	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Plantago lanceolata	Herb.Plantaginis lanc.
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

1.4.8 Lungen-Schleim-Hitze

Symptome Bellender Husten, reichlich gelbes und grünes Sputum, faulig riechend, Atemnot, Asthma, Engegefühl im Thorax

Zunge Rot, dicker, gelber Belag

Akupunktur Lu5, Lu7, Lu10, Di11, Di4, Lu1, Bl13, Ren12, Ma40

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.8 angeführt.

1.4.9 Lungen-Schleim-Trockenheit

Symptome Trockener, schwerer Husten, erschwertes Atmen, Aushusten von Schleimbälgen

Zunge Trockener klebriger Belag

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.9 angeführt.

■ **Tab. 1.9** Kräuter für die Behandlung von Lungen-Schleim-Trockenheit

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Königskerze	Holmes 1989	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasce
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Rad.Primulae
Süßholz	Holmes 1989	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Thymian	Holmes 1989	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae

■ **Tab. 1.10** Kräuter für die Behandlung von Lungen-Schleim-Kälte

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989; Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Holmes 1989; Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Dost	Holmes 1989; Ploberger 2011	Origanum vulgare	Herb.Origani
Engelwurz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Fenchel	Ploberger 2011	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Thymian	Holmes 1989	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Ysop	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi

1.4.10 Lungen-Schleim-Kälte

Symptome Voller, produktiver Husten mit dünnem weißen Sputum, Keuchen, chronische Bronchitis, Emphysem

Zunge Blass, geschwollen, dicker weißer Belag

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.10 aufgeführt.

1.4.11 LungenYang-Mangel

Symptome Erschöpfung, Blässe, Kurzatmigkeit, schwache Stimme, schwacher Husten, Kältesensationen, Mengen von wässrigem Sputum, evtl. spontanes Schwitzen oder Schwitzen bei sehr leichter Anstrengung, meist kombiniert mit Yang-Mangel der Niere und/oder Milz

Zunge Blass, nass, gedunsen

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.11 aufgelistet.

■ Tab. 1.11 Kräuter für die Behandlung von Lungen-Yang-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Basilikum	Ploberger 2011	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Engelwurz	Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae

Zugleich das NierenYang tonisieren Thuja, Ingwer und Basilikum. Das MilzYang wird tonisiert von Basilikum, Engelwurz und Ingwer.

1.4.12 HitzeToxin

Symptome Fieber, Lethargie, evtl. Abszesse, evtl. heiße, schmerzhaftes Geschwüre, sehr aggressive Keime, die auch bei intaktem WeiQi schnell in den Körper eindringen

Zunge Rot, man erkennt bei einer Infektionskrankheit daran, dass ein vorher vorhandener Belag auf der Zunge verschwunden ist, dass der pathogene Faktor tiefer eingedrungen ist in die Blut-Schicht (Maciocia 2015). In diesem Stadium sollte der Patient Notfallmedizinisch behandelt werden.

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.12 aufgelistet.

Kann man unterscheiden, welches Organ vor allem vom HitzeToxin betroffen ist, so würde ich für die Lunge Huflattich, Königskerze oder Spitzwegerich verwenden, für den Magen Tausendgüldenkraut, Mädesüß oder Enzian, für die Leber Frauenmantel, Wermut oder Löwenzahn, für den Darm Gänsefingerkraut, krauser Ampfer oder Quecke und für die Blase große Klette oder Holunder.

1.4.13 Pathogener Restfaktor

Symptome Wiederkehrende Infektionen mit rezidivierendem Fieber, evtl. laufende Nase, juckender Rachen, chronische Müdigkeit, Infektanfälligkeit

Zunge Oft sieht man kleine rote Punkte, vor allem im Lungenareal

Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.13 aufgeführt.

Ein pathogener Restfaktor entsteht, wenn das eingedrungene Pathogen (Wind, Kälte, Feuchtigkeit, Hitze) nicht völlig aus dem Organismus eliminiert werden kann. Das geschieht besonders häufig bei der Behandlung mit Antibiotika, wo Hitze (Fieber) durch den kühlenden Effekt unterdrückt wird. Es stellt sich eine scheinbare Verbesserung ein, die pathogenen Faktoren verbleiben allerdings im Körper. Laut Maciocia handelt es sich gewöhnlich um Schleim/Hitze. 50 % aller kindlichen Probleme lassen sich auf pathogene Restfaktoren zurückführen (Maciocia 2015). Schafgarbe, Beifuß und Thuja eignen sich vor allem für pathogene Restfaktoren in der Blase. Die Ringelblume eignet sich, wenn der pathogene Faktor auf der Blutebene ist (hier denke ich an Autoimmunerkrankungen, wo der Faktor Wind sehr tief eingedrungen ist, sich in Hitze bzw. Wind/Hitze umgewandelt hat und das Gewebe zerstört). Brennnessel eignet sich für pathogene Restfaktoren in Form von Schleim/Feuchtigkeit, große Klette leitet vor allem einen Hitzefaktor aus.

■ **Tab. 1.12** Kräuter für die Behandlung von HitzeToxin

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerweilchen	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Viola tricoloris</i>	Herb.Violae tric.
Borretsch	Holmes 1989	<i>Borago officinalis</i>	Herb.Boraginis
Braunwurz	Holmes 1989	<i>Scrophularia nodosa</i>	Herb.Scrophulariae
Enzian	Holmes 1989	<i>Gentiana lutea</i>	Rad.Gentianae
Frauenmantel	Holmes 1989	<i>Alchemilla vulgaris</i>	Herb.Alchemillae
Gänsefingerkraut	Holmes 1989	<i>Potentilla anserina</i>	Herb.Anserinae
Große Klette	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Arctium lappa</i>	Rad.Bardanae
Holunder	Holmes 1989	<i>Sambucus nigra</i>	Flos.Sambuci
Huflattich	Holmes 1989	<i>Tussilago farfara</i>	Fol.Tussilaginis
Klettenlabkraut	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Galium aparine</i>	Herb.Galii aparine
Königskerze	Holmes 1989	<i>Verbascum thapsiforme</i>	Flos.Verbasci
Krauser Ampfer	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Rumex crispus</i>	Rad.Rumicis crispi
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Taraxacum officinalis</i>	Rad.Taraxaci
Mädesüß	Holmes 1989	<i>Filipendula ulmaria</i>	Herb.Spireae
Petersilie	Ross 2010	<i>Petroselinum crispum</i>	Rad.Petroselini
Quecke	Holmes 1989	<i>Agropyrum repens</i>	Rhiz.Agropyri
Raute	Holmes 1989	<i>Ruta graveolens</i>	Herb.Rutae
Ringelblume	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Calendula officinalis</i>	Flos.Calendulae
Rose	Holmes 1989	<i>Rosa gallica</i>	Flos.Rosae
Rotklee	Holmes 1989	<i>Trifolium pratense</i>	Flos.Trifolii prat.
Sonnenhut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Spitzwegerich	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Plantago lanceolata</i>	Herb.Plantaginis
Steinklee	Holmes 1989	<i>Melilotus officinalis</i>	Herb.Meliloti
Süßholz	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	Rhiz.Glycyrrhizae
Taubnessel	Holmes 1989	<i>Lamium album</i>	Herb.Lamii albi
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989	<i>Centaurium erythrea</i>	Herb.Centauri
Thuja	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Thuja occidentalis</i>	Herb.Thujae
Vogelmiere	Holmes 1989	<i>Stellaria media</i>	Herb.Stellariae
Walnuss	Ross 2010	<i>Juglans regia</i>	Fol.Juglandis
Wermut	Holmes 1989	<i>Artemisia absinthum</i>	Herb.Artemisiae abs.

Tab. 1.13 Kräuter für die Behandlung von pathogenem Restfaktor

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Ross 2010	<i>Artemisia vulgaris</i>	Herb.Artemisiae vulg.
Brennnessel	Ross 2010	<i>Urtica dioica</i>	Herb.Urticae
Große Klette	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Arctium lappa</i>	Rad.Bardanae
Lungenkraut	Ploberger 2011	<i>Pulmonaria officinalis</i>	Herb.Pulmonariae
Ringelblume	Ross 2010	<i>Calendula officinalis</i>	Flos.Calendulae
Schafgarbe	Ross 2010	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Sonnenhut	Ross 2010	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Thuja	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Thuja occidentalis</i>	Herb.Thujae

Tab. 1.14 Kräuter für die Behandlung von WeiQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Raute	Ploberger 2011	<i>Ruta graveolens</i>	Herb.Rutae
Salbei	Ross 2010	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Schafgarbe	Ross 2010	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Sonnenhut	Ross 2010	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Thymian	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Thymus vulgaris</i>	Herb.Thymi
Thuja	Ploberger 2011	<i>Thuja occidentalis</i>	Herb.Thujae

1.4.14 WeiQi-Mangel

Symptome Wiederkehrende Infekte, Immunschwäche

Kräuter zur Behandlung sind in [Tab. 1.14](#) aufgeführt.

Leidet der Patient unter rezidivierenden Zystitiden mit WeiQi-Schwäche, dann könnte man Schafgarbe, Thymian oder Thuja wählen.

1.4.15 Feuchte Hitze im Darm

Symptome Bauchschmerz, Diarrhoe, Schleim- und Blutauflagerungen im Stuhl, stinkende Stühle, Brennen im Anus, spärlicher, dunkler Urin, Fieber, Schwitzen ohne Fiebersenkung, Durst ohne Verlangen zu trinken, Schweregefühl des Körpers und in

den Extremitäten, Enge von Thorax und Epigastrium

Zunge Rot, klebriger, gelber Belag

Akupunktur Mi9, Mi6, Ren3, Ma25, Bl25, Ren12, Di11, Ma37, Bl20

Die Kräuter zur Behandlung sind in [Tab. 1.15](#) aufgeführt.

Oft ist die feuchte Hitze zugleich in der Blase, dann wäre Taubnessel, Spitzwegerich oder Goldrute passend. Ist die feuchte Hitze zugleich im Magen, dann käme Gänsefingerkraut oder Löwenzahn zum Einsatz.

■ **Tab. 1.15** Kräuter für die Behandlung von feuchter Hitze im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Beinwell	Holmes 1989	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Birke	Holmes 1989	Betula pendule	Fol.Betulae
Eibisch	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Althea officinalis	Rad.Altheae
Enzian	Holmes 1989; Ploberger 2011	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Frauenmantel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Alchemilla vulgaris	Herb.Alchemillae
Gänsefingerkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anseriniae
Goldrute	Holmes 1989	Solidago virgaurea	Herb.Solidaginis
Große Klette	Ploberger 2011	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Himbeerblätter	Ploberger 2011	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Hirtentäschel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Königskerze	Holmes 1989	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Odermennig	Ploberger 2011	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Quecke	Holmes 1989	Agropyrum repens	Rhiz.Agropyri
Rose	Holmes 1989	Rosa gallica	Flos.Rosae
Ruprechtskraut	Holmes 1989	Geranium robertianum	Herb.Geranii robert.
Schachtelhalm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Spitzwegerich	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Plantago lanceolata	Herb.Plantaginis lanc.
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis
Wermut	Holmes 1989; Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

1.4.16 Trockenheit im Darm

Symptome Trockener, schwer abzusetzender Stuhl, trockener Mund und Hals, dünner Körper

Zunge Trocken, blass (bei Blutmangel), rot (bei Hitze), belaglos (bei Yin-Mangel)

Akupunktur Ma36, Mi6, Ni6 (Stuhlbefeuchtung), Ren4

Die Kräuter sind in [Tab. 1.16](#) aufgelistet.

1.4.17 Qi-Stagnation im Darm

Symptome Schmerzen im Bauch, Spannen, Blähungen

Akupunktur Ma25, Ren6, Di4, Le3, Ma36, Ma37

Die Kräuter zur Behandlung sind in [Tab. 1.17](#) aufgeführt.

Qi-Stagnation im Darm resultiert oft aus einer Qi-Stagnation der Leber, die dann den Darm „angreift“ oder „lahmlegt“. Hier kämen vor allem Schöllkraut, Raute oder Wermut zum Einsatz. Wenn aufgrund einer nervösen Anspannung das Qi stagniert, dann könnte man Baldrian, Anis, Lavendel oder Lindenblüte einsetzen. Handelt es sich um eine Stagnation wegen Schwäche, dann würde ich Eisenkraut, Engelwurz, Rosmarin oder Schafgarbe wählen. Eine Rezeptur für Schwangere oder Kinder könnte Anis, Pomeranzenschale, Engelwurz, Kamille, krausen Ampfer, Lavendel, Lindenblüte oder Süßholz enthalten.

Tab. 1.16 Kräuter für die Behandlung von Trockenheit im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beinwell	Holmes 1989	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Eibisch	Holmes 1989; Ross 2010	Althea officinalis	Rad.Altheae
Große Klette (Samen)	Ross 2010	Arctium lappa	Fruct.Bardanae
Rotklee	Holmes 1989	Trifolium pratense	Flos.Trifolii prat.
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae

Tab. 1.17 Kräuter für die Behandlung von Qi-Stagnation im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Ross 2010	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Bergbohnenkraut	Ploberger 2011	Satureia montana	Herb.Satureiae
Braunwurz	Holmes 1989	Scrophularia nodosa	Herb.Scrophulariae
Eisenkraut	Holmes 1989	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Engelwurz	Ross 2010	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Herzgespann	Holmes 1989	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hirtentäschel	Holmes 1989	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.

■ Tab. 1.17 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Lavendel	Holmes 1989; Ross 2010	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Linde	Holmes 1989	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Petersilie	Holmes 1989	Petroselinum crispum	Sem.Petroselini
Poleiminze	Holmes 1989	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Pomeranzenschale	Ploberger 2011	Citrus aurantium	Perc.Aurantii
Raute	Holmes 1989	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schachtelhalm	Ploberger 2011	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Süßholz	Holmes 1989	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis
Wermut	Holmes 1989	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

1.4.18 Trockene Hitze im Darm

Symptome Chronische Verstopfung, Trockenheit, Durst, Schmerzen, Fieber

Zunge Gelber, trockener Belag

Akupunktur Di11, Di4, Mi15 (fördert die Stuhlentleerung), 3E6, Mi6, Di2, Ma44, Ma25, Ren4 (tonisiert das Yin), Ma37

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.18 angeführt.

Dieses Symptom ist oft bei gleichzeitigem Yin-Mangel der Niere vorhanden, hier würde sich Borretsch oder Wegwarte besonders eignen.

1.4.19 Feuchte Kälte im Darm

Symptome Wässriger Durchfall, Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit, blasser Urin, kalte Extremitäten, Kälte

Zunge Blass, geschwollen, nass, dicker weißer Belag

Akupunktur Ma25, Ren6, Ma36, Ma37, Bl25, Bl20, Moxa

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.19 aufgeführt.

Handelt es sich um chronische Zustände mit Schwäche des NierenYang, dann eignen sich aus dieser Gruppe vor allem Rosmarin und Thymian.

■ Tab. 1.18 Kräuter für die Behandlung von trockener Hitze im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Borretsch	Holmes 1989	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Vogelmiere	Ploberger 2011	Stellaria media	Herb.Stellariae
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Wermut	Holmes 1989	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

■ Tab. 1.19 Kräuter für die Behandlung von feuchter Kälte im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Engelwurz	Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Gänsefingerkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anserinae
Königskerze	Holmes 1989	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasce
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Liebstöckel	Ploberger 2011	Levisticum officinale	Rad.Levistici
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Thymian	Holmes 1989	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Walnuss	Holmes 1989; Ploberger 2011	Juglans regia	Fol.Juglandis

Ist auch /oder das MilzYang geschwächt, könnte man Engelwurz, Thymian, Rosmarin oder Walnuss verwenden.

1.4.20 Feuchter Schleim im Darm

Symptome Unverdaute Nahrung, Blähungen, Schleimauflagerungen auf dem Stuhl, Gluggern, gespannter, schmerzhafter Bauch, schwerer Körper und Kopf

Zunge Geschwollen, nass

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.20 aufgeführt.

Feuchter Schleim im Darm betrifft oft den gesamten unteren Erwärmer, sodass bei rezidivierenden Zystitiden oder Leukorrhoe vor allem Brennessel, Goldrute, Salbei oder Thymian verwendet werden können.

1.4.21 Hämorrhoiden (Blutstase, Blutung)

Symptome Schmerzen, Juckreiz, Brennen im Anus, Blutung

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 1.21 aufgeführt.

1.5 Pflanzenporträts

1.5.1 Echter Thymian, Feldthymian, Wilder Quendel

Lat.: *Thymus vulgaris*, *Thymus serpyllum*, engl.: *thyme*
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Historie

Der wilde Thymian, von dem es mindestens zwölf Arten gibt, ist heimisch in eher nördlichen Sphären wie Mittel- und Nordeuropa. Inzwischen ist jedoch der mediterrane Garten-Thymian (■ Abb. 1.1) in den

■ **Tab. 1.20** Kräuter für die Behandlung von feuchtem Schleim im Darm

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Brennnessel	Ploberger 2011	Urtica dioica	Herb.Urticae
Dost	Holmes 1989	Origanum vulgare	Herb.Origani
Engelwurz	Holmes 1989	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Goldrute	Ploberger 2011	Solidago virgaurea	Herb.Solidaginis
Gundermann	Ploberger 2011	Glechoma hederacea	Herb.Glechomae
Himbeerblätter	Holmes 1989	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Mutterkraut	Holmes 1989	Tanacetum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Raute	Ploberger 2011	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Ruprechtskraut	Ploberger 2011	Geranium robertianum	Herb.Geranii rob.
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi

■ **Tab. 1.21** Kräuter für die Behandlung von Hämorrhoiden

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Borretsch	Ploberger 2011	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Braunwurz	Ploberger 2011	Scrophularia nodosa	Herb.Scrophulariae
Himbeerblätter	Ploberger 2011	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Hirtentäschel	Ploberger 2011	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Königskerze	Ploberger 2011	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Löwenzahn	Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Lungenkraut	Ploberger 2011	Pulmonaria officinalis	Herb.Pulmonariae
Schafgarbe	Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Spitzwegerich	Ploberger 2011	Plantago lanceolata	Herb.Plantaginis lanc.

meisten Ländern mit einem temperierten Klima „eingezogen“. Ich möchte die beiden in diesem Porträt zusammenfassen, da sie eine ähnliche Wirkung haben.

Der Name Thymian kommt aus dem griechischen „thymos“, welches sich wiederum ableitet von „Thyo“ = „den Göttern ein Opfer bringen“. Man konnte, wenn der teure, importierte Weihrauch zu knapp wurde, Thymianbüschel zum Räuchern verwenden, ohne die Götter zu beleidigen (Rätsch 1989). Die Ägypter verwendeten den Thymian zur

Parfümierung der Harze, mit denen sie die Einbalsamierungen vornahmen (ebd.). Der Thymian war bereits Hildegard von Bingen bekannt, die ihn als „Quendula“ bezeichnete und ihn empfahl, u. a. für ein Gehirn, das krank und wie leer ist (Scherf 2003). Das könnte ein interessanter Hinweis sein auf eine Verwendungsmöglichkeit für Alterskrankheiten, die mit Schleim zu tun haben, wie z. B. Demenz.

Neben dem Gebrauch als Lungenheilpflanze hat der Thymian auch eine uralte Bedeutung als



■ Abb. 1.1 Thymian, *Thymus vulgaris*

Frauenkraut. In der germanischen Mythologie war die Pflanze der Liebes- und Muttergöttin Freya zugeordnet (ebd.). Er wurde verwendet sowohl für die Förderung der Fruchtbarkeit als auch als empfängnisverhütendes Kraut und als Abortivum (ebd.). Culpepper sah im Thymian ein „heldenhafte“ Stärkungsmittel für die Lunge, das beste Heilmittel für Keuchhusten, er reinigt den Körper von Schleim und ist ein hervorragendes Mittel gegen Kurzatmigkeit (Grieve 1980). Interessant ist auch die Erwähnung von M. Grieve, dass die Römer den

Thymian bei Melancholie verordneten (ebd.), was einen Zusammenhang mit der Chinesischen Medizin und der „emotionalen“ Lunge herstellen könnte.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Anwendungsmöglichkeiten des Thymians ergeben sich vor allem durch seine antiseptischen und tonisierenden Eigenschaften. So wird er bei chronischen Infektionen, insbesondere bei Pilzkrankheiten, bei Atemwegsinfekten wie Bronchitis, Keuchhusten oder Rippenfellentzündung sowie bei Asthma und Heuschnupfen verwendet, bei Kindern auch als Wurmmittel (Chevallier 2000). Maria Treben empfiehlt neben der Anwendung als Tee ein Thymian-Kissen zur äußerlichen Auflage bei krampfartigen Magen- oder Menstruationsbeschwerden (Treben 1987). Interessant ist auch ihre Empfehlung bei Trunksucht: Eine Handvoll getrockneter Thymian wird mit einem Liter kochendem Wasser überbrüht, zwei Minuten abgedeckt und ziehen gelassen, anschließend in eine Thermoskanne abgefüllt. Der Alkoholiker nimmt davon alle 15 Minuten einen Esslöffel zu sich. Es sind drastische Reaktionen des Körpers auf diese „Kur“ zu erwarten: Übelkeit, Erbrechen, starker Stuhl drang und starkes Urinieren sowie Schweißausbrüche. Weiterhin empfiehlt sie ihn bei Amputationsschmerz und für weitere für einen Schulmediziner wohl sehr umstrittene Anwendungen (z. B. Epilepsie, Leukämie, Multiple Sklerose).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

■ Tab. 1.22 und ■ Tab. 1.23

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.22 Wirkqualitäten und Tropismus des Thymians

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010, Ploberger 2011
Warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Darm	Holmes 1989; Ross 2010

■ Tab. 1.22 (Fortsetzung)

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Kühl	Ross 2010	Nerven	Holmes 1989
Adstringierend, trocken, erneuernd, stimulierend	Holmes 1989	Niere	Ross 2010; Ploberger 2011
		Adrenerge Drüsen	Holmes 1989
		Blase, Herz, Milz	Ross 2010

■ Tab. 1.23 Chinesisches Muster/Wirkung, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Thymians

Chinesische Muster/Wirkung	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989	Chronische Bronchitis, Husten mit reichlich weiß- klarem Auswurf	Engelwurz, Alant, Fenchel
Trockener Schleim in der Lunge	Holmes 1989	Trockene, schwer abzu- hustende Schleimbrocken	Vogelmiere, Rotklee, Königskerze, Salomonsiegel
Transformiert Schleim und lindert Husten und Keuchen	Ross 2010	Keuchhusten, Schleim und Husten im nasopharyngea- len und bronchialen System	Schöllkraut, Ysop, Raute
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989; Ross 2010	Keuchhusten, krampfartiger Husten, trockener Reiz- husten, Keuchen, zwang- haftes Denken, allergisches Asthma	Lavendel, Anis, Ziest, Melisse, Baldrian
Senkt das LungenQi ab	Ploberger 2011	Reizhusten	Dost, Alant
Stärkt das WeiQi	Ploberger 2011	Infektanfälligkeit, niedrige Leukozytenzahl	Schafgarbe, Sonnenhut, Thuja, Salbei
Lungen-Wind-Kälte	Holmes 1989	Laryngitis, Erkältung, Influenza im Frühstadium	Ingwer, Pfefferminze, Brennnessel, Schafgarbe
Feuchte Kälte im Kopf	Holmes 1989	Sinusitis, Rhinitis	Salbei, Holunder, Gundermann, Thuja
Feuchter Schleim im Darm/ in der Milz, feuchte Kälte im Darm	Holmes 1989	Übelkeit, Verdauungs- schwäche, Dyspepsie, intes- tinale Dysbiose, Candidiasis, Gastroenteritis, muköse Kolitis, intestinale Parasiten	Anis, Raute, Engelwurz, Gundermann
Kälte im Uterus, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Amenorrhoe, Dysmenor- rhoe, Libidoverlust	Engelwurz, Thuja, Dost
Feuchte Kälte im Urogenital- system, NierenYang-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leukorrhoe, Bettnässen, Libidomangel	Fenchel, Rosmarin, Johanniskraut
Qi-Mangel allgemein	Holmes 1989	Müdigkeit, Blässe, Kurz- atmigkeit, Appetitverlust, Immunschwäche	Salbei, Alant, Zimt, Eisenkraut

■ Tab. 1.23 (Fortsetzung)

Chinesische Muster/Wirkung	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
LungenQi-Mangel	Holmes 1989	Kurzatmigkeit, Keuchen, Müdigkeit, Ausdauerschwäche, schnelles Schwitzen bei leichter Anstrengung	Alant, Engelwurz, Huflattich
Nerven- und Gehirnschwäche	Holmes 1989	Nervöse Erschöpfung, Konzentrationsschwäche, zerebrale Schwäche, Neurasthenie	Rosmarin, Ziest, Lavendel, Schlüsselblume, Salbei
Pathogener Restfaktor, v. a. in Lunge und Blase	Ross 2010	Rezidivierende Harnwegsinfekte, rezidivierende Infekte in den Oberen Luftwegen	Thuja, Schafgarbe, Sonnenhut, Lungenkraut, Brennnessel, große Klette
Reguliert die MilzEnergie	Ross 2010	Verdauungsschwäche, Blähungskoliken, chronische Gastritis, Helikobacter pylori, Durchfall bei Kindern	Anis, Fenchel, Vogelmiere
Reguliert das BlasenQi	Ross 2010	Enuresis	Spitzwegerich, Schachtelhalm, Brennnessel, Johanniskraut, Thuja, Königskerze, Schafgarbe
Beruhigt die Niere bei Angst, beruhigt den HerzGeist	Ross 2010	Alpträume, nervöse Angst bei Kindern, mentale Lethargie	Johanniskraut, Lavendel, Raute (bei kleinen Kindern nicht)
Tonisiert das HerzQi	Ploberger 2011	Insomnia	Anis, Schlüsselblume
Senkt das MagenQi ab, tonisiert das MagenYang	Ploberger 2011		Alant, Augentrost, Fenchel, Ingwer
Lindert Entzündung, fördert Geweberegeneration, klärt Parasiten	Holmes 1989	Candidiasis, TBC, Herpes zoster, Psoriasis, eitrige Wunden	Dost, Schachtelhalm, Spitzwegerich, krauser Ampfer, Braunelle, Thuja

- ❗ **Thymian sollte als uterines Stimulanz nicht in der Schwangerschaft verwendet werden und bei Hyperthyreose nicht zum Einsatz kommen. Vorsichtig verwenden bei Trockenheit oder Yin-Mangel-Zuständen (Holmes 1989).**

1.5.2 Huflattich

Lat.: *Tussilago farfara*, engl.: coltsfoot

Verwendeter Teil: Blüten und Blätter

Rezeptierform: Fol.Tussilaginis, Flos.Tussilaginis

Historie

Marzell bezeichnet den Huflattich (■ Abb. 1.2) als eines der „ältesten und ursprünglichsten Hustenmittel“ (Marzell 2002, S. 288). Der Brauch, Huflattichblätter zu rauchen, ist ca. 2000 Jahre alt und diente in früheren Zeiten ausschließlich zu Heilzwecken. In jüngerer Zeit hat der Pharmakologe H. Schulz im Eigenversuch festgestellt, dass eine Mischung aus Tabak und Huflattichblättern zu gleichen Teilen „die Schleimhaut des harten Gaumens auffallend glatt und schlüpfrig macht und dass eine vermehrte und leichte Expektoration von Bronchialschleim erfolgte“ (ebd., S. 289). Huflattichblät-

ter sind der Hauptbestandteil des „British Herb Tobacco“, der denjenigen, die an Asthma, Katarrh und anderen Lungenproblemen leiden, gute Linderung bringt (Grieve 1980).

Einer meiner großen „Inspiratoren“, Wolf-Dieter Storl, beschreibt in seinem Buch „Mit Pflanzen verbunden“ eine für einen rationalen Menschen schwer nachzuvollziehende Möglichkeit, mit Heilpflanzen in Verbindung zu kommen. Nachdem er sich durch die Arbeit an einem Buch völlig verausgabt hatte, erkrankte er an einer Lungenentzündung. Im Traum begegnete er dem Huflattich: In der Nacht hatte er „einen kristallklaren Traum von einer kleinen Blüte, die wie die Sonne am blauen Himmel strahlte“ (Storl 2005, S. 86 f.). „Es war Ende Februar, und die Natur war noch tief verschneit ..., aber an einer kleinen Stelle neben dem Haus leuchteten mir kleine gelbe Blüten entgegen“ (ebd., S. 87). Nachdem er sich vergewissert hatte, um welche Heilpflanze es sich hier handelte, kochte er (bzw. seine Frau) drei Tage lang Huflattichtee, den er dann auch trank. Danach war die Entzündung abgeklungen. Wir vergessen in unserer industrialisierten, von technischem Wissen dominierten Welt oft, dass die Menschen zu der Zeit, als die Pflanzen in ein Heilsystem integriert wurden, keine labormedizinischen Möglichkeiten vorhanden waren, um Pflanzeninhaltsstoffe zu bestimmen. Dennoch gab es Menschen, die einen besonderen Zugang zu den Pflanzen hatten und sich auf verschiedene Weise von den Pflanzenwesen „angesprochen“ fühlten. Heutzutage steht uns dann die wissenschaftliche Literatur zur Verfügung, die es ermöglicht, eine Brücke zu bauen von der Inspiration zum Verstand.

Erwähnen möchte ich auch noch eine „Brücke“ für den seelischen Aspekt der Huflattichblüte im Zusammenhang mit Traurigkeit und Lunge. Susanne Fischer-Rizzi schreibt, dass der Huflattich so viel Licht und Optimismus ausstrahlt, dass er, nach Madaus, sogar auf reiner Braunkohle wachsen kann (Fischer-Rizzi 2002). Dieses Potenzial könnte man vielleicht auch nutzen, wenn die Lungenenergie geschwächt ist und der Patient zu Depression und Melancholie neigt.



■ Abb. 1.2 Huflattich, *Tussilago farfara*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Inhaltsstoffe des Huflattichs, u. a. Polysaccharide, wirken immunstimulierend, die Flavonoide entzündungshemmend und krampflösend. Leider enthält die Pflanze auch Pyrrolizidinalkaloide, die lebertoxisch sind und die Anwendung einschränken (Chevallier 2000). Pahlow schreibt, dass die Blüten weitgehend frei davon sind (Pahlow 2006). Für mich handelt es sich allerdings um eine sehr wertvolle Heilpflanze, die bei bestimmter Indikation ihren Platz in der Rezeptur haben sollte. (Auf die Anwendungsbeschränkungen gehen wir ausführlich unten ein.) Empfohlen wird der Huflattich bei chronischer Bronchitis, Staublunge, Lungenemphysem, Reizhusten und starker Verschleimung (ebd.). Maria Treben verwendet ihn außerdem bei Heiserkeit, Ohrenschmerzen, Asthma, skrophulösen Geschwüren, Lungentuberkulose, äußerlich bei Schleimbeutelentzündung und Venenentzündung (Treben 1987).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.24 und ■ Tab. 1.25)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.24 Wirkqualität und Tropismus des Huflattichs

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht adstringierend	Holmes 1989	Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Bitter und süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dickdarm	Ploberger 2011
Warm	Ploberger 2011	Hals	Holmes 1989
Kühl, trocken/feucht, stimulierend/entspannend	Holmes 1989		

■ Tab. 1.25 Chinesisches Muster/Wirkung, Westliche Indikationen/Wirkung und Kombinationsmöglichkeiten des Huflattichs

Chinesisches Muster/Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Hitze/ Feuchtigkeit, Lungen- Schleim-Stagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Asthma, Bronchitis, Husten, Keuchen, Emphysem, Keuchhusten, Silikose, TBC	Königskerze, Ackerveilchen, Melisse
LungenYin-Mangel, tonisiert das LungenQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Niedriges Fieber, Nacht- schweiß, trockener Husten, Laryngitis, Pharyngitis	Alant, Rotklee, Salomonsiegel
FeuerToxin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Furunkel, Abszesse, Pyodermie	Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut
Beruhigt den Geist Shen	Ploberger 2011	Unruhe mit Einschlaf- schwierigkeiten	Eibisch, Thymian, Königskerze, Ysop
Tonisiert das DickdarmYin	Ploberger 2011	Obstipation	Salomonsiegel, Vogelmiere, Eibisch, Rotklee

❗ Wegen der Pyrrolizidinalkaloide nicht in der Schwangerschaft und Stillzeit verwenden. Keine Langzeitanwendung über 4–6 Wochen empfohlen, darf in Österreich nicht verkauft werden (Ploberger 2011).

Hempfen „erlaubt“ die Anwendung in der Schwangerschaft mit Vorsicht (Hempfen u. Fischer 2001). Ich denke, man kann diese hochwirksame Pflanze durchaus einsetzen, integriert in eine Rezeptur, bei klarer Indikation. Storl zitiert bei der Diskussion um den Pyrrolizidingehalt der Pflanze die Frau des ehemaligen Bundespräsidenten und Vorsitzende der Naturärztevereinigung Dr. med. Veronika Carstens: „Wenn Huflattich verboten wird, pflanze ich Huflattich in meinem Garten an.“ (nach Storl 2005, S. 103)

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempfen u. Fischer 2001)

Kuan Dong Hua, Tussilaginis farfarae flos

Wirkung: Qi absenkend, Husten stillend, Keuchen stillend, Schwäche im Funktionskreis Lunge, kalten Schleim umwandelnd

1.5.3 Ackerveilchen/Stiefmütterchen

Lat.: *Viola tricoloris*, engl.: heartsease

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb. *Viola tricoloris*

Historie

Die Pflanze wird zum ersten Mal eindeutig 1485 im „Gart der Gesundheit“ beschrieben, und zwar

als „Freisamkraut“. Unter „fraisen“ verstand man die krampfartigen Anfälle von Kindern (Marzell 2002). Auch Dioskurides empfiehlt das Veilchen gegen Epilepsie der Kinder. In der Volksheilkunde wurde es bei Kindern bei Milchschorf und der Neurodermitis ähnlichen Ekzemen verwendet (ebd.). Es wird mir immer in Erinnerung bleiben, dass auf der Insel Amrum, wo ich früher mit meiner Familie die Sommerurlaube verbrachte, das Ackerveilchen auf den Feldern regelrecht wucherte. Auf dieser Insel gibt es mehrere Kuranstalten für Kinder mit Erkrankungen der Haut und Atemwege. Das war ein erstmaliger Kontakt für mich mit der Lehre von Paracelsus: „ubi malum, ibi remedium“ – wo die Krankheit ist, da findet man auch das Heilmittel. Dazu ist an anderer Stelle ausführlicher zu lesen.

Im Englischen hat das Ackerveilchen (■ Abb. 1.3) viele verschiedene Namen, als Beispiel möchte ich die Bezeichnung „Love-in-idleness“ (Liebe im Müßiggang) erwähnen, die der ungewöhnlich pflanzenkundige Shakespeare in seinem Sommernachtstraum für das Kraut verwendete. Hierin, wie im englischen Namen der Pflanze „Heartsease“, liegt ein Hinweis auf die Verwendung der Pflanze für Liebeszaubertränke (Grieve 1980).

Verwendung der Pflanze in der westlichen Phytotherapie

Das Ackerveilchen wird in der modernen Phytotherapie innerlich und äußerlich verwendet, etwa bei Hauterkrankungen wie Ekzemen. Eine gute Möglichkeit zur Juckreizlinderung bietet hier die Herstellung eines Körpersprays (einfacher Teeaufguss). Die Kinder können dann die juckenden Hautareale auch selbst besprühen. Weiterhin wird es angewandt wegen seiner auswurfördernden Wirkung bei Bronchitis und Keuchhusten. Sein harntreibender Effekt verhilft bei Rheuma, Blasenentzündung und Problemen beim Wasserlassen zu Linderung (Chevallier 2000). Pahlow macht eine interessante Aussage zum Widerspruch bezüglich der Heilwirkung der Pflanze und den tatsächlich gefundenen Inhaltsstoffen:

» Dieser Heilpflanze gerecht zu werden ist schwierig. Fest steht, dass sie bei den verschie-



■ Abb. 1.3 Ackerveilchen, *Viola tricolor*s

densten Hautkrankheiten, vor allem Milchschorf und Ekzemen der Kleinkinder, wirksam ist, (...) bei Katarrhen der Luftwege mit Fieber und trockenem Husten und mangelhafter Schleimsekretion hervorragend wirkt, (...) dennoch wird sie nur zögernd verordnet, es fehlt dem Stiefmütterchen an attraktiven Inhaltsstoffen. (Pahlow 2006, S. 307)

Solche „Kandidaten“ werden uns noch öfter begegnen. Vielleicht sollte man in Erwägung ziehen, dass durch die Wissenschaft noch längst nicht alle Wirkstoffe zu entschlüsseln sind bzw. die Zusammenwirkung einzelner Wirkstoffe ein komplexes Wirkungsprofil ergeben. Das Wissen um den positiven Einfluss der sekundären Pflanzenwirkstoffe in Obst und Gemüse ist auch noch nicht allzu lange bekannt („Krebszellen mögen keine Himbeeren“, Beliveau u. Gringas 2007, S. 66).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 1.26 und ■ Tab. 1.27)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.26 Wirkqualität und Tropismus des Ackerveilchens

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ross 2010	Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Bitter	Ross 2010; Ploberger 2011	Herz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Salzig, neutral, feucht, stimulierend, auflösend, entstauend	Holmes 1989	Nerven, Flüssigkeiten, Haut, Gelenke, Niere	Holmes 1989
Sauer	Ross 2010		

■ Tab. 1.27 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Ackerveilchens

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxikose mit Nässe	Holmes 1989	Chronische Ekzeme, rezidivierende Harnwegs- infekte, geschwollene Drüsen, chronische Schmerzen	Walnuss (kühlt), Schachtelhalm (kühlt), Braunwurz (kühlt), Klettenlabkraut (kühlt), Löwenzahn (kühlt), Liebstöckel (wärmt), Wermut (wärmt)
Wind-Nässe in der Haut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Ekzem (inkl. allergisch), Juckreiz, Milchschorf, Impetigo, Psoriasis, Akne, Syphilis, Herpes, Urtikaria, Herpes zoster, Allergien	Kamille, Vogelknöterich, Ringelblume
Löst Ansammlungen und Lymphstau	Holmes 1989	Atherosklerose, Harnsteine, Lymphadenitis, Phlebitis, Varikosis, Hämorrhoiden, Rheuma, Gicht	Steinklee, Thuja, Königskerze
Qi-Mangel im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Reizblase, Dysurie, Inkontinenz, Bettnässen	Spitzwegerich, Schafgarbe, Johanniskraut
Feuchte Hitze in der Blase	Ross 2010	Akute/chronische Infekte des Harntraktes	Schachtelhalm, Brennnessel, Goldrute, Thymian
Wind-Hitze in der Lunge	Holmes 1989; Ross 2010	Erkältung, Influenza im Frühstadium, chronische Bronchitis	Holunder, Mädesüß, Linde, Schafgarbe, Ingwer

■ **Tab. 1.27** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma, Krupphusten	Ysop, Schöllkraut, Melisse
Trockenheit in der Lunge	Ross 2010	Heiserkeit, Laryngitis, trockener Husten	Rotklee, Eibisch, Vogelmier, Spitzwegerich, Königskerze
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989	Nervöse Palpitationen	Engelwurz, Herzgespann, Melisse, Baldrian, Anis
Nervenschwäche	Holmes 1989	Chronische Müdigkeit, nervöse Erschöpfung, Schwäche	Melisse, Baldrian, Ziest, Lavendel, Salbei
Innerer Wind	Holmes 1989	Spasmen, Tremor, Krämpfe	Passionsblume, Baldrian, Hopfen, Weißdorn (bei NierenYin-Mangel), Lavendel, Mistel (Wind/Schleim in den Meridianen), Linde, Dost (Blutmangel), Schlüsselblume, Salbei
Toxische Hitze, v. a. im Bereich des Halses	Ploberger 2011	Mumps, Masern, Scharlach, Laryngitis, Tonsillitis	Salbei, Löwenzahn, Melisse (viral), große Klette, Holunder, Huflattich, Braunwurz, Spitzwegerich, Königs-kerze
Blut-Hitze	Ploberger 2011		Ringelblume, Linde, Taubnessel, Rose, Lungenkraut (stoppt Blutung), Spitzwegerich, Thuja

❗ **Durch hohe Konzentration an Schleimstoffen kann eine Langzeitanwendung (als Einzelkraut) in hoher Dosis bei empfindlichen Menschen zu leichtem Durchfall, Übelkeit oder Erbrechen führen (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempfen u. Fischer 2001)

Zi Hua Di Ding, Viola herba cum radicae

Wirkung: Hitze kühlend, entgiftend, desinfizierend, Ekzeme, Verbrennungen, Geschwüre, Schwellungen zerteilend, feuchte Hitze ausleitend, Blut kühlend

1.5.4 Anis

Lat.: *Pimpinella anisum*, engl.: aniseed

Verwendeter Teil: Samen

Rezeptierform: Fruct.Anis

Historie

Anis (■ Abb. 1.4) gehört zu den Nutzpflanzen, die aus der römischen Kultur übernommen wurden. Er stammt wohl ursprünglich aus dem Orient und wird bei Dioskurides erwähnt als wärmende, austrocknende, das Atmen erleichternde Heilpflanze, die auch schmerzstillend wirkt. Plinius führt ihn auf als Inhaltsstoff des berühmten „Theriaks“, eines Mittels gegen alle Gifte, den der syrische König Antiochus der Große (224–187 v. Chr.) verwendet haben soll (Marzell 2002). Vielleicht passt hier auch die von M. Grieve beschriebene Anwendung, dass Anis eines der Kräuter war, die gegen das „Evil Eye“ Schutz boten (Grieve 1980). Die Ägypter verwendeten Anis bereits vor mindestens 4000 Jahren zur Behandlung von Harnverhalt, Verdauungsbeschwerden und Zahnschmerzen (Chevallier 2000).



■ Abb. 1.4 Anis, *Pimpinella anisum*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Anissamen kommen zum Einsatz bei Blähungen und Völlegefühl, bei Koliken der Säuglinge und Kleinkinder (äußerlich als Fenchel-Anis-Kümmel-Öl von Ingeborg Stadelmann), Übelkeit und Verdauungsstörungen. Die entkrampfende Wirkung lindert die Symptome bei Periodenschmerzen, Asthma, Keuchhusten und Bronchitis. Anthenol (das ätherische Öl des Anis) wirkt östrogenartig und fördert die Milchbildung sowie die Libido (Chevalier 2000). Pahlow gibt dem Anis den Vorzug bei Blähungen, wo der Kümmel eigentlich wirksamer ist, und auch bei Husten, wo der Fenchel wirksamer ist, da Anis von den dreien am besten schmeckt (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 1.28 und ■ Tab. 1.29)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.28 Wirkqualität und Tropismus des Anis

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf	Holmes 1989; Ross 2010	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Süß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Scott u. Barlow 2006
Warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Scott u. Barlow 2006	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010, Ploberger 2011; Scott u. Barlow 2006
Aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Kardiovaskuläres System	Holmes 1989
Trocken, entspannend, stimulierend, restorierend	Holmes 1989	Milz, Leber, Niere	Ploberger 2011
Tonisierend	Scott u. Barlow 2006		

■ **Tab. 1.29** Chinesisches Muster/Wirkung, Westliche Indikation/Wirkung und Kombinationsmöglichkeiten des Anis

Chinesisches Muster/Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Trockener Reizhusten, Asthma, Keuchen	Schöllkraut, Melisse, Ysop
Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Scott u. Barlow 2006	Bronchitis, auch chronische, mit Abhusten von reichlich weißem Schleim, Engegefühl in der Brust	Thymian, Basilikum, Rosmarin, Alant, Engelwurz, Fenchel
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989	Palpitationen, Stress, neurocardiale Symptome, Nervosität	Engelwurz, Melisse, Schlüsselblume
Qi-Stagnation im Darm	Holmes 1989; Scott u. Barlow 2006	Reizdarm, Kolitis, Schmerzen im Bauch, Verdauungsschwäche, Flatulenz	Eisenkraut, Johanniskraut, Braunwurz, Raute, Fenchel, Kümmel
Tonisiert und reguliert das Qi im Magen und Darm	Holmes 1989; Ross 2010	Kolik bei Kleinkindern, Flatulenz, Kolik bei Erwachsenen	Weißdorn, Luzerne, Pomeranzenschale
Magenkälte	Ploberger 2011	Dyspepsie, Appetitlosigkeit, Verdauungsschwäche	Fenchel, Engelwurz, Alant
Qi-Stagnation im Uterus, Prostata	Holmes 1989, Ross 2010, Ploberger 2011	Dysmenorrhoe, chronische Prostatitis	Beifuß, Himbeerblätter, Schafgarbe, Thuja
Herz- und LungenQi-Mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Kurzatmigkeit, Palpitationen, Schwäche nach Überarbeitung, Stress, chronische Krankheit, konstitutionell	Thymian, Rosmarin, Schafgarbe, Alant
Feuchter Schleim im Darm	Holmes 1989	Übelkeit, Verdauungsschwäche, Gastroenteritis, Kolitis, Erbrechen, Schluckauf	Dost, Engelwurz, Himbeerblätter, Ruprechtskraut, Goldrute
Tonisiert MilzQi und -Yang	Ploberger 2011	Mangelnde Laktation, Appetitlosigkeit, Meteorismus	Alant, Engelwurz, Raute, Rosmarin, Salbei, Thymian, Walnuss, Wermut, Zimt
LeberQi-Stagnation	Ploberger 2011		Lavendel, Melisse (oberer Erwärmer), Kamille (mittlerer Erwärmer), Goldrute (unterer Erwärmer)
NierenYang-Mangel	Ploberger 2011; Holmes 1989	Libidomangel, insuffiziente Spermienproduktion	Thymian, Beifuß, Basilikum
Lindert Schmerz	Holmes 1989	Gicht, Neuralgie, Rheuma, Geburt	Rotklee, Tausendgüldenkraut, Luzerne, Süßholz, Königskerze, Spitzwegerich, Dost, Passionsblume, Frauenmantel, Pfefferminze, Beinwell, Mutterkraut, Pestwurz
Wirkt gegen Gifte, klärt Parasiten	Holmes 1989	Skabies, Läuse, Tierbisse, Insekten	Wermut, Eisenkraut, Ziest, Baldrian, Vogelknöterich, große Klette, Zimt, Beifuß, Tausendgüldenkraut, Fenchel

! Anis kann Allergien auslösen, vor allem, wenn er äußerlich verwendet wird (Holmes 1989).

1.5.5 Quecke

Lat.: *Agropyrum repens*/*Triticum repens*,

engl.: couch grass

Verwendeter Teil: das Rhizom

Rezeptierform: Rhiz.*Agropyri*

Historie

Es gestaltet sich als schwierig, in den historischen Schriften (etwa von Dioskurides oder Galen) oder auch bei den Kräutergelehrten des Mittelalters (Brunfels, Bock und Fuchs) eindeutig die Quecke (■ Abb. 1.5) zu finden. Tabernaemontanus (1613) beschreibt ein „Quecken-Rech- oder Hundsgraß“, womit wohl die Quecke gemeint ist. Sie „treibt den Harn, Gries und Stein und vertreibt den Kaltseich und Harnstreng“ (nach Marzell 2002). Der Name Quecke taucht zu Beginn des 15. Jahrhunderts auf und geht auf das mitteldeutsche quec (= lebendig, munter, frisch) zurück (s. auch „Quecksilber“ bzw. „keck“) (Marzell 2002). Quicklebendig wächst dieses ungeliebte, schwer ausrottbare „Unkraut“ immer wieder nach und liefert wohl auch als Heilpflanze diese Energie. Culpepper preist die Heilwirkung der Pflanze für die Erkrankungen der Niere, und auch Gerard empfiehlt den „unwillkommenen Gast auf den Feldern“ bei Verstopfung der Leber und der Nieren (Grieve 1980). Bei Hungersnöten wurde die Wurzel als Kaffeeersatz oder Mehl verwendet (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Quecke ist ein sanft wirksames Kraut, das den Harnfluss anregt und bei Entzündung der Blase und Harnwege zum Einsatz kommt. Es steigert die Urinmenge und wirkt dadurch verdünnend, soll sogar Harnsteine auflösen und eine Prostatitis sowie die Prostatahyperplasie bei mehrmona-



■ Abb. 1.5 Quecke, *Agropyrum repens*

tiger Behandlung günstig beeinflussen (Chevallier 2000). Pahlow empfiehlt das kieselsäurehaltige Kraut bei Bronchialleiden, Stoffwechselbeschwerden, Rheuma und Gicht (Pahlow 2006). Für die Behandlung der Akne junger Menschen empfiehlt er folgende Mischung: Quecke 20.0, Ackerveilchen 10.0, Ackerschachtelhalm 10.0 und Brennessel 10.0 (ebd., S. 250).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.30 und ■ Tab. 1.31)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 1.30** Wirkqualität und Tropismus des Quecke

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Geschmacklos	Holmes 1989; Ross 2010	Blase	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht süß	Holmes 1989; Ross 2010	Niere	Holmes 1989; Ross 2010
Kalt, feucht, nährend, stimulierend, entstauend, erweichend, auflösend	Holmes 1989	Lymphatisches System, Haut, Leber, 3 Erwärmer (Regulation der Flüssigkeiten)	Holmes 1989

■ **Tab. 1.31** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Quecke

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere	Holmes 1989	Müdigkeit, Ödeme	Braunwurz, Mädesüß, Petersilie, Beifuß, Liebstöckel, Wegwarte, Goldrute, Brennessel, Löwenzahn, Wermut, Birke
Leitet Feuchtigkeit aus	Ross 2010		Pestwurz, Birke, Klettenlabkraut, große Klette, Löwenzahn
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989; Ross 2010	Chronische Ekzeme, Muskelrheuma, Lymphadenitis	Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Reguliert Nieren- und BlasenQi	Ross 2010	Infekte des Harntraktes, Dysurie, Prostatitis, benigne Prostatahyperplasie, Harnsteine	Bergbohnenkraut, Goldrute, Johanniskraut
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie, Reizblase, Strangurie, Prostatitis, neurogene Blase	Johanniskraut, Ziest, Schafgarbe, Rotklee, Melisse
Trockenheit der Niere	Holmes 1989	Durst, Lethargie, metabolische Azidose	Wegwarte, Eibisch, Ackerveilchen
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Nephritis, Zystitis, Pyelitis, Dysurie, Fieber	Birke, Klettenlabkraut, Holunder, Goldrute, Löwenzahn, Vogelknöterich
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Enteritis, schmerzhafte Defäkation, Diarrhoe	Königskerze, Steinklee, Taubnessel, krauser Ampfer, Ruprechtskraut
FeuerToxin	Holmes 1989	Abszesse, Furunkel	Huflattich, Königskerze, Süßholz, Vogelmiere, Enzian, Holunder, Tausendgüldenkraut, Raute, Rose, Wermut, Taubnessel
Stärkt die Lunge	Holmes 1989	Lungenerkrankungen aufgrund von Schwäche, TBC	Thymian, Alant, Engelwurz (haben eine generell Qi-tonisierende und wärmende Wirkung); bei LeereHitze oder Yin-Mangel ist eine Kombination mit Beinwell, Huflattich, Vogelmiere oder Schachtelhalm (roh) empfehlenswert
Nährt das Blut	Holmes 1989	Anämie, Nährstoffmangel	Krauser Ampfer, Schafgarbe, Vogelmiere, Luzerne, Engelwurz, Petersilie, Zimt, Wegwarte, Rotklee, Mistel, Beinwell



■ Abb. 1.6 Gänsefingerkraut, *Potentilla anserina*

1.5.6 Gänsefingerkraut

Lat.: *Potentilla anserina*, engl.: silverweed

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: *Herb.Anserinæ*

Historie

Das Gänsefingerkraut (■ Abb. 1.6) ist ein typischer Bewohner der gemäßigten und kalten Zone der nördlichen Halbkugel und wird deshalb in den Schriften der antiken Ärzte (Dioskurides, Galen) nicht erwähnt (Marzell 2002). Tabernaemontanus berichtet ausführlich über die Heilwirkungen der Pflanze, die wohl auf altes Volkswissen zurückgehen. In Notzeiten diente die Wurzel des „Gänserich“ als Nahrung, vor allem in skandinavischen Ländern (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Auch wenn man in den klassischen antiken Schriften vergeblich nach dieser Pflanze sucht, so hat sie doch eine große Bedeutung. Madaus beispielsweise

erwähnt sie als „höchst wertvolles, krampfstillendes Mittel, bei dem keine unangenehmen Nebenerscheinungen zu befürchten sind“ (Fischer-Rizzi 2002), und Pfarrer Kneipp hat es bei vielen Patienten erprobt und als wunderbares, krampfstillendes Mittel sehr gelobt (ebd.). Gänsefingerkraut wirkt entkrampfend auf die glatte Muskulatur, vor allem bei Magen- und Darmkrämpfen sowie Krämpfen des Magenausgangs, insbesondere bei Säuglingen und Dysmenorrhoe (ebd.). In der wissenschaftlichen Literatur gibt es unterschiedliche Angaben. So schreibt z.B. Chevallier (2000), dass heutige Naturheilkundler die adstringierende Wirkung als am wichtigsten ansehen. Pahlow (2006) hingegen hält diese Pflanze für wirksam als entkrampfendes Mittel, auch wenn diese Wirkung in der ärztlichen Praxis bestritten wird. Exakte wissenschaftliche Untersuchungen wurden (noch) nicht gemacht. Wegen des hohen Gerbstoffgehaltes nennt das BGA leichte Entzündungen im Bereich der Mund- und Rachenschleimhaut, akute, unspezifische Durchfälle, sowie leichte, krampfartige Magen- und Darmbeschwerden bei Schulkindern und Erwachsenen als Indikation (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 1.32 und ■ Tab. 1.33)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.32 Wirkqualität und Tropismus des Gänsefingerkrautes

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend, leicht süß, bitter, scharf, kühl	Ploberger 2011	Magen, Dickdarm	Ploberger 2011

Tab. 1.33 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Gänsefingerkrautes

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Qi- und Blut-Stagnation	Ploberger 2011	Rheumatische Arthritis, Spasmen, Krämpfe, Dysmenorrhoe	Braunwurz (Qi-Stagnation im unteren Erwärmer), krauser Ampfer (Blutstase in Leber/Uterus), Thuja (Blutstase), Schafgarbe, Steinklee, Pomeranzenschale (Qi-Stagnation), Luzerne (Qi-Stagnation), Engelwurz (Qi-Stagnation), Hirtentäschel, Rosmarin (Blutstase), Bergbohnenkraut (Qi-Stagnation), Rotklee, Rose (Uterus), Weißdorn (HerzBlut, Uterus), Taubnessel (Blutstase im Uterus), Mistel (Blutstase in Uterus/Prostata), Herzgespann (HerzBlut), Ringelblume (Blutstase im Uterus/venöses System), Gingko (HerzBlut/venöses System), Eisenkraut (bewegt das Qi bei Schwäche), Löwenzahn (LeberBlut/venöses System), Frauenmantel (LeberBlut), Schöllkraut (v. a. Herz), Klettenlabkraut (Blutstase)
Feuchte Kälte und feuchte Hitze, v. a. im Darm und Urogenitalsystem	Ploberger 2011, Holmes 1989	Gastroenteritis, Fluor vaginalis, chronische Diarrhoe, Magenulkus, Dysenterie, Kolitis, chronische Diarrhoe im Wechsel mit Obstipation	Schachtelhalm, Goldrute, Spitzwegerich, Schafgarbe
Toxische Hitze	Ploberger 2011		Walnuss, Himbeerblätter, Braunwurz, krauser Ampfer, Braunelle (Qi-Ebene)
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011	Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Diabetes, weiche Stühle	Alant, Engelwurz, Schafgarbe, Weißdorn
Hebt das Qi	Ploberger 2011; Holmes 1989	Uterusprolaps, Gastropse, Inkontinenz, Spermatorrhoe, Analprolaps, Hämorrhoiden	Große Klette, Gänsefingerkraut, Thuja, Walnuss

1.5.7 Walnuss

Lat.: *Juglans regia*, engl.: walnut

Verwendeter Teil: Blätter, Fruchthülle

Rezeptierform: Fol.Juglandis, Cort. Fructi

Historie

Laut Marzell lässt sich die Behauptung, die Walnuss (Abb. 1.7) stamme ursprünglich aus Asien, nicht ganz belegen, da es Funde von Walnussblättern in einem Grab aus der Eisenzeit im heutigen

Frankreich gibt und der Baum zweifelsfrei wild in Griechenland vorkommt (Marzell 2002). In Deutschland wurde die Walnuss in den ersten Jahrhunderten nach Christus durch die Römer eingeführt. Im Volksglauben hält man den Walnussbaum für schädlich und unheilbringend, in dessen Nähe wäre die Erde unfruchtbar, heißt es, und in seinem Schatten könnte kein anderes Gewächs gedeihen. Ähnliche Aussagen machten bereits Dioskurides und Plinius, die die Nüsse für schädlich für Magen und Gehirn hielten (ebd.). Jedoch kann man an der



■ Abb. 1.7 Walnuss, *Juglans regia*

Form der Walnüsse sehr schön die Signaturenlehre zeigen, die davon ausgeht, dass man am Aussehen einer Pflanze Rückschlüsse ziehen könne auf ihre Verwendungsmöglichkeit – und die Walnuss ähnelt sehr dem menschlichen Gehirn. William Cole beschreibt 1657 nicht nur die essbare Nussform, sondern geht sogar so weit, dass er die grüne Hülle

als Kopfhaut bezeichnet (deshalb sei sie gut für die Haare). Die hölzerne, sehr harte Schale entspricht dem Schädelknochen, und das gelbe Häutchen, das die Nuss umgibt, den Meningen (Grieve 1980). Im Englischen heißt die Walnuss auch „Jupiter’s nut“, da gesagt wird, dass im „Goldenen Zeitalter“ die Menschen von Eicheln lebten und die Götter von Walnüssen (ebd.), was ein Hinweis darauf ist, dass man wohl großen Respekt vor der Pflanze hatte.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Als Gerbstoffdroge wird die Walnuss überall da eingesetzt, wo es um die Behandlung von entzündeten Schleimhäuten geht: Diarrhoe, Gastritis, Entzündungen im Mund, Zahnfleisch oder Rachen sowie bei Lidrandentzündung. Besonders geeignet ist sie bei Ekzemen und Akne (Pahlow 2006). Hier ist vor allem auch die äußerliche Anwendung sinnvoll (Treben 1987). Weiterhin empfiehlt Maria Treben die Walnuss zur Blutreinigung, bei Erfrierungen (äußerlich), Haarausfall (äußerlich), Gingivitis herpetica, eitrigen, eingewachsenen Zehennägeln (äußerlich), Schweißfüßen (äußerlich), Obstipation, Fluor vaginalis (äußerlich), Ikterus, Laryngitis und Rachitis (als Vollbad).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.34 und ■ Tab. 1.35)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.34 Wirkqualität und Tropismus der Walnuss

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Ross 2010
Neutral(Blätter), kühl(Hülle), trocken, auflösend, stabilisierend, stimulierend, festigend	Holmes 1989	Pankreas, Haut, Venen, Knochen, Nerven, Milz, Niere	Holmes 1989
Sauer	Ross 2010		

Tab. 1.35 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Walnuss

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxikose mit feuchter Kälte, HitzeToxin mit feuchter Hitze, toxische Hitze ausleitend	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Trockene Ekzeme, Müdigkeit, Schmerzen, Obstipation, Rheuma, chronische Diarrhoe, Dermatitis, Akne, chronische Entzündungen im Urogenitaltrakt, Varizen	Quecke, Schachtelhalm, Braunwurz, Mädesüß, Rosmarin, Wegwarte, große Klette, Rotklee, Mistel, Klettenlabkraut, Birke
Wind-Feuchtigkeit in der Haut	Holmes 1989	Chronische, juckende Ekzeme, schlecht heilende Wunden	Kamille, Ackerveilchen, Ringelblume, Vogelknöterich
Lindert Lymphstau und verkleinert Tumoren	Holmes 1989	Lymphadenitis, Tumore inklusive maligne	Schachtelhalm, Thuja, Steinklee, Goldrute, Brennnessel, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Melisse, Mistel, Ringelblume, Löwenzahn, Schöllkraut, Klettenlabkraut
Qi-Stagantion im Darm	Holmes 1989	Verstopfung, v. a. auch chronische auch bei Schwangerschaft, Spannungs- und Schmerzgefühl im Abdomen	Linde, Anis, krauser Ampfer, Ingwer, Schachtelhalm (alle auch in der Schwangerschaft möglich), bei Qi-Stagnation wegen Fülle: Poleiminze, Raute, Wermut, Schöllkraut, bei Leere: Johanniskraut, Eisenkraut, Steinklee, Rosmarin, Engelwurz
Blutmangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Schwäche, Blässe, Anämie, Mineralstoffmangel, Chronic fatigue syndrome	Brennnessel, Schafgarbe, Vogelmiere, Luzerne, Petersilie, Salbei, Rotklee
Leber- und Nieren-schwäche	Holmes 1989	Schmerzen/Schwäche im unteren Rücken, Knie, Beine, verlangsamte Entwicklung (mental/physisch) bei Kindern, Schwäche von Knochen und Sehnen, Skoliose, Osteomalazie, Osteoporose, Haarausfall	Schachtelhalm, Rosmarin, Beifuß, Wegwarte (v. a. das Yin/ Essenz), Melisse, Löwenzahn, Wermut, Klettenlabkraut, Beinwell
Feuchte Kälte/Hitze im Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronische Diarrhoe, intestinale Dysbiose/Toxikose, Gastroenteritis, Kolitis, Reizdarm, peptisches Ulkus, Candidiasis, Leukorrhoe	Bei Hitze: Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Taunessel, Löwenzahn, Spitzwegerich, Ruprechtskraut, bei Kälte: Rosmarin, Gänsefingerkraut, Königskerze, Thymian, Kümmel, Engelwurz, Liebstöckel
Hebt das zentrale Qi	Holmes 1989	Organprolaps	Gänsefingerkraut, große Klette, Himbeerblätter, Thuja
Bewegt den Stuhl	Ross 2010	Chronische Obstipation v. a. auch bei kleinen Kindern und älteren Menschen	Krauser Ampfer, Anis, Kamille, Kümmel, Engelwurz (wärmend), Schachtelhalm

■ Tab. 1.35 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert und bewegt das Qi von Magen, Darm, Leber und Gallenblase	Ross 2010	Völlegefühl und Unbehagen im Epigastrium, Leberschwäche	Tausendgüldenkraut, Luzerne, Gänsefingerkraut, Melisse
Tonisiert das MilzQi und -Yang	Ploberger 2011	Diabetes, Appetitlosigkeit, weiche Stühle	Alant, Anis, Engelwurz, Raute, Rosmarin, Salbei, Wermut, Zimt
Fördert Gewebereneration, lindert Entzündung, nährt Haut und Knochen	Holmes 1989	Zervikale Erosionen, Geschwüre, Abszesse, Entzündung von Mund/Zahnfleisch/Augen, Karies	Beinwell, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Schafgarbe

! Die Blätter wirken wärmend und krampflösend, die Schalen kühlend und entzündungshemmend (Ploberger 2011).

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempfen u. Fischer 2001)

Hu Tao Ren, Juglans regia

Wirkung: Yang stützend, Qi stützend und ergänzend, Trockenheit befeuchtend, laxierend



■ Abb. 1.8 Himbeere, Rubus idaeus

1.5.8 Himbeere

Lat.: Rubus idaeus, engl.: raspberry

Verwendeter Teil: die Blätter

Rezeptierform: Fol.Rubi idaei

Historie

Dioskurides und Plinius empfehlen beide in Honig zerriebene Blüten als Salbe gegen Augenentzündungen und Gesichtsrose (Marzell 2002). In der mittelalterlichen Heilkunde von Bock und Becher erscheint die Himbeere (■ Abb. 1.8) zur Kühlung von heftigem Fieber, zur Behandlung von Durchfällen und zur Herzstärkung (ebd.). Eine Geschichte aus der griechischen Mythologie beschreiben Beliveau und Gingras: So fütterte die Nymphe Ida (Rubus idaeus), die Amme von Zeus, in den Bergen von Kreta den Kleinen mit Himbeerfrüchten, um ihn von seinen schrecklichen Wutausbrüchen zu kurieren (Beliveau u. Gingras 2007).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Als adstringierende Droge werden Himbeerblätter bei Schleimhautentzündung in Mund und Rachen sowie gegen Durchfall eingesetzt (Pahlow 2006). Die Anwendung der Blätter ist jedoch in den Hintergrund getreten. Nach wie vor kommt der Saft der Beeren bei der Behandlung von Fieber zum Einsatz und scheint, was den Vitamin-C-Gehalt betrifft, mit Zitrusfrüchten mithalten zu können (ebd.). Die russische Volksheilkunde setzte Himbeersaft zur Behandlung von Skorbut und als Schwitzmittel ein (Marzell 2002). Chevallier beschreibt den Einsatz von Himbeerblättertee für leichteren Geburtsverlauf, wobei die Wirkungsweise nicht genau bekannt ist. Man vermutet, dass die längs verlaufenden Uterusmuskeln gestärkt werden und so die Kontraktionen der Gebärmutter kräftiger werden (Chevallier 2000). Aktuell erlangt die Himbeere Berühmtheit

insbesondere als Nahrungsmittel, denn sie enthält, wie auch die Erdbeere, große Mengen des krebs-hemmenden Stoffs Ellagsäure und taucht sogar im Titel „Krebszellen mögen keine Himbeeren“ von Beliveau und Gingras (2007) in ihrem Werk über Nahrungsmittel gegen Krebs auf.

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 1.36 und ■ Tab. 1.37)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.36 Wirkqualität und Tropismus der Himbeere

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011; Ramakers 2003
Kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Trocken	Holmes 1989; Ramakers 2003	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Stimulierend, restorierend	Holmes 1989	Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011; Ramakers 2003
Neutral, bitter, sauer	Ross 2010	Blase	Holmes 1989; Ramakers 2003
		ChongMai, RenMai	Holmes 1989; Ramakers 2003

■ Tab. 1.37 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Himbeere

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Blutung durch Qi-Mangel	Holmes 1989; Ramakers 2003	Menorrhagie, milde Hämorrhagie	Schachtelhalm, Schafgarbe, Hirtentäschel, Beifuß, Johanniskraut, Melisse, Ziest, Ringelblume, Frauenmantel, Beinwell
Mangel des aufrechten Qi	Holmes 1989	Uterusprolaps, Hämorrhoiden	Gänsefingerkraut, große Klette, Thuja, Walnuss
UterusQi-Mangel und Stagnation	Holmes 1989; Ross 2010	Dysmenorrhoe, Einsatz sowohl vor/während der Schwangerschaft und zur/nach der Geburt, stärkt das reproduktive System, verringert die Gefahr einer Fehlgeburt, unterstützt die Wehentätigkeit, lindert Blutung postpartum und fördert Rekonvaleszenz	Beifuß, Salbei, Rose
Löst feuchten Schleim, leitet feuchte Hitze aus	Holmes 1989; Ploberger 2011	Diarrhoe, Reizblase, Prostatairritation	Goldrute, Gundermann, Thymian
Stoppt Ausfluss und Blutung	Holmes 1989; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Leukorrhoe, Hämorrhoiden	Schafgarbe, Ziest, Hirtentäschel, Brennnessel, Taubnessel, Johanniskraut, Vogelknöterich, Herzgespann, Ringelblume, Frauenmantel, Mutterkraut

■ Tab. 1.37 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Qi-Stagnation im Magen durch feuchte Hitze, Stagnation im mittleren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Saures Aufstoßen, Verdauungsschwäche, Diarrhoe, Obstipation, Hyperemesis	Alant, Engelwurz, Schafgarbe, Fenchel, Mädesüß, Pomeranzenschale, Kamille,ENZIAN, Tausendgüldenkraut, Ingwer, Hirtentäschel
Toxische Hitze	Ploberger 2011		ENZIAN, Luzerne (v. a. Magen), Vogelmieri, Süßholz, Eibisch, Braunelle (Qi-Ebene), krauser Ampfer, Braunwurz, Walnuss, Gänsefingerkraut, Ackerweilchen (v. a. im Bereich des Halses), Goldrute (Blut), Brennnessel, große Klette, Ruprechtskraut, Rotklee, Borretsch, Ringelblume, Löwenzahn, Frauenmantel, Birke, Sonnenhut
Essenztonikum	Ramakers 2003	Libidotonium sowohl für Frauen als auch für Männer	Melisse, Eisenkraut, Hagebutte (Frauen), unreife Brombeerfrüchte (Männer)
Stärkt das LungenQi	Ramakers 2003	Heiserkeit, Stimmverlust, Bronchitis	Thymian, Alant, Anis, Huflattich
Nahrungsstagnation	Ramakers 2003		Weißdorn, Engelwurz, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Vogelmieri
Fördert die Laktation	Holmes 1989; Ploberger 2011		Fenchel, Anis, Eibisch, Vogelmieri, Petersilie, Holunder, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Borretsch

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempfen u. Fischer 2001)

Fu Pen Zi, Rubus chingii (Chinesische Waldhimbeerfrüchte)

Wirkung: stützt das Jing (Essenz), stützt das Yang, stützt und ergänzt das Yin, stabilisiert die Blase

1.5.9 Lungenkraut

Lat.: *Pulmonaria officinalis*, engl.: lungwort
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Pulmonariae

Historie

Das Lungenkraut (■ Abb. 1.9) scheint in den antiken Schriften nicht erwähnt zu werden und auch den „Vätern der deutschen Botanik“ wenig vertraut zu sein (Marzell 2002). Die Pflanze eignet sich vortrefflich, um die Signaturenlehre des Paracelsus zu studieren, wonach man früher, als es noch nicht die Möglichkeit gab, im Labor die Wirkstoffe zu studieren, sich am äußeren Erscheinungsbild orientierte und Rückschlüsse zog auf die Anwendungsmöglichkeiten bzw. Organbezüge. So kann man z. B. von den hellen Flecken auf den Blättern des Lungenkrautes auf die Alveolen in der Lunge schließen. Sehr interessant ist es ebenfalls, dass die Pflanze zweifarbige



■ Abb. 1.9 Lungenkraut, *Pulmonaria officinalis*

Blüten hat, rote und blaue, worin man einen Bezug zum venösen bzw. arteriellen Blut in der Lunge sah (Chevallier 2000; Pahlow 2006).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die in der Pflanze enthaltenen Schleimstoffe und Kieselsäuren bewirken eine Reizlinderung auf den Schleimhäuten und haben einen positiven Einfluss auf das Bindegewebe. Die Schulmedizin setzt die Pflanze nicht ein. In der Volksmedizin wird es verwendet bei Halsweh, Heiserkeit, Husten, Verschleimung, Durchfall, Ruhr und Blasenleiden (Pahlow 2006). Chevallier beschreibt, dass das Lungenkraut im Gegensatz zu anderen Boraginaceen (Beinwell, Borretsch) keine Pyrrolizidinalkaloide enthält (Chevallier 2000; Hiller u. Melzig 2006), was die Pflanze für die Kinderheilkunde interessant machen könnte. Weitere Einsatzgebiete sind chronische Bronchitis, Bluthusten bei TBC, Keuchhusten und Asthma (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.38 und ■ Tab. 1.39)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.38 Wirkqualität und Tropismus des Lungenkrautes

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß, kühl	Ploberger 2011	Lunge, Dickdarm	Ploberger 2011

■ Tab. 1.39 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Lungenkrautes

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das LungenYin	Ploberger 2011	Trockener Husten, Pseudokrupp, TBC	Eibisch, Beinwell, Borretsch, Huflattich, Alant, Vogelmilch, Königskerze, Ackerveilchen, Salomonsiegel, Rotklee, Schachtelhalm
Pathogener Restfaktor im Bereich der Lunge	Ploberger 2011	Rezidivierende Infekte der oberen Luftwege	Sonnenhut, Thuja, Schafgarbe

■ Tab. 1.39 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stoppt Blutung bei BlutHitze	Ploberger 2011	Blutiges Sputum, Hämorrhoiden	Taubnessel, Linde, Ringelblume, Frauenmantel, Odermennig
Wirkt mild HerzFeuer entgegen	Ploberger 2011	Unruhe, Palpitationen	Borretsch, Weißdorn, Rose, Melisse, Passionsblume, Lavendel, Hopfen

1.5.10 Salomonsiegel/Wohlrriechende Weißwurz

Lat.: *Polygonatum odoratum/vulgare*, engl.: Salomon's seal

Verwendeter Teil: das Rhizom

Rezeptierform: Rhiz.*Polygonati odorati*

Historie

Das Salomonsiegel (■ Abb. 1.10) wird mit der „sagenhaften Springwurz“ in Verbindung gebracht, mit der König Salomon die Felsen gesprengt haben soll, die beim Bau seines Tempels im Weg standen (Scherf 2003). Im Mittelalter glaubte man, mit Hilfe der Pflanze könnte man verborgene Schätze finden und sogar Eisenfesseln sprengen, weshalb die Verwendung durch Verordnungen unterbunden wurde (ebd.). Die Pflanze wird in der europäischen Kräuterméizin seit der Antike gebraucht und sowohl von Dioskurides und Plinius als auch von Galen beschrieben (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die äußerliche Anwendung von Salomonsiegel eignet sich zur Behandlung von Verletzungen mit Schwellungen, es unterstützt die Gewebeheilung (Chevallier 2000). Laut Matthew Wood heilt diese Pflanze alle möglichen Probleme im Bereich Muskulatur und Knochen, wie z. B. „tanzende“ Knie-scheiben oder Knochensporne. Sie ist eines der wenigen Mittel, das die Intelligenz besitzt, Knochen zu richten (Wood 2012). Leider ist die Yin nährende Wirkung der Pflanze mit dem „Tod“ der westlichen energetischen Méizin in Vergessenheit geraten und hat ihren Einfluss in der westlichen Kräuter-



■ Abb. 1.10 Salomonsiegel, *Polygonatum odoratum*

heilkunde verloren (Holmes 1989). Ich denke, es ist Zeit, sich dem Salomonsiegel wieder mit vermehrter Aufmerksamkeit zuzuwenden und seine Anwendung in der Praxis zu erproben, vor allem im Hinblick auf die Yin-stützende Wirkung. Einen Bezug zu dieser Yin-nährenden Kraft stellt Wood mit seiner Aussage „Die Heilkraft dringt den Vorstellungen der chinesischen Pflanzenheilkunde zufolge bis ins Knochenmark“ her (Wood 2012, S. 506). Von der

dunkelhäutigen Bevölkerung im Süden der USA wird die Pflanze auch als „High oder Little John“ bezeichnet, um auf ihre Zauberkraft hinzuweisen. Sie hilft denjenigen, die sich an Weggabelungen des Schicksals befinden, um die Vorzeichen zu erkennen, die den Weg zu einem besseren Leben weisen, und dann ein Risiko einzugehen, um die Gelegenheit zu nutzen und neu anzufangen (Wood 2012).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.40 und ■ Tab. 1.41)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.40 Wirkqualität und Tropismus des Salomonsiegels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Neutral, feucht, restorierend, auflösend, entspannend	Holmes 1989	Organe des Urogenitalsystems, Darm, kardiovaskuläres System, Milz	Holmes 1989
		Magen	Ploberger 2011

■ Tab. 1.41 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Salomonsiegels

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Mangel an Yin und Flüssigkeiten, v. a. in der Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dehydratation, Trockenheit von Mund, Hals, Schleimhäuten, Durst, Hitzewallungen, Müdigkeit	Rotklee, Eibisch, Beinwell, Huf-lattich, Vogelmiere, Königskerze, Ackerveilchen
Lungen-Trockenheit	Holmes 1989	Chronische Bronchitis, trockener Reizhusten, TBC, Krupphusten	Rotklee, Eibisch, Vogelmiere, Ackerveilchen
Trockenheit in Magen und Darm, Leere/Hitze des Magens	Holmes 1989; Ploberger 2011	Obstipation	Ackerveilchen, Rotklee, Mädesüß, Eibisch, Vogelmiere, Spitzweg-erich
MilzQi-Mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Gewichtsverlust, Malabsorption, Diabethes	Alant, Anis, Beifuß, Gänsefinger-kraut, Luzerne, Schafgarbe, Tausendgüldenkräut
HerzQi-Mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Kurzatmigkeit, Altersherz, Schwäche nach chronischer Krankheit, Stress, postpartum, Herzinfarkt, Burn-out	Baldrian, Melisse, Weißdorn, Herzgespann
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Kopfschmerz, Rheuma, Arthritis, Nephritis	Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere
Innerer Wind aufgrund von Säftemangel, nährt Sehnen und Muskeln	Ploberger 2011	Spastik der Extremitäten	Baldrian, Hopfen, Schlüsselblume, Salbei, Königskerze, Mistel, Dost
Lindert Entzündung und Schwellung, nährt die Haut	Holmes 1989	Karbunkel, Hämorrhoiden, Ekzeme, Narben	Süßholz, Liebstöckel, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Melisse, Rose, Salbei, Birke, Beinwell

- ! Bei Feuchtigkeit und Kälte im mittleren Erwärmer Feuchtigkeit im Darm, schlechte Verdauung, Diarrhoe (Holmes 1989) kontraindiziert (Ploberger 2011). Die Beeren sind nicht essbar und verursachen Übelkeit und Diarrhoe (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Yu Zhu, *Polygonatum officinale*/*P. odoratum* u. a.

Wirkung: Yin-stützend und -ergänzend, Säfte ergänzend, Trockenheit befeuchtend, Wind ausleitend, MagenHitze beseitigend

Huang Jing, *Polygonatum sibiricum* u. a.

Wirkung: Qi-stützend und -ergänzend, Yin-stützend und -ergänzend, Säfte ergänzend

1.5.11 Dost/Wilder Oregano

Lat.: *Origanum vulgare*, engl.: wild marjoram

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Oregani

Historie

Marzell berichtet, dass der Oregano (■ Abb. 1.11) in den alten deutschen Kräuterbüchern sehr berühmt war. Wohlgemut wurde er genannt und galt als zauberabweisendes Kraut, das auch Ameisen vertreiben konnte. „Es ist hexenabweisend, vertreibt den Teufel und die bösen Geister!“ (Marzell 2002, S. 207) Auch wurde er, wie andere Kräuter (z. B. echtes Labkraut *Galium verum*, Johanniskraut *Hypericum perforatum* und Quendel *Thymus serpyllum*) als „unser Liebfrauenbettstroh“ bezeichnet (Marzell 2002). Damit ist das Kinsbett der heiligen Maria gemeint und bezieht sich darauf, wie wichtig es war, dass die Wöchnerin und das Neugeborene vor schädigenden physischen (Keimen) und energetischen (jede Form von Stress, aber auch z. B. Neid, s. auch „böser Blick“ beim Rosmarin) Einflüssen geschützt war. Der Name Wohlgemut kommt aus der Anwendung



■ Abb. 1.11 Dost, *Origanum vulgare*

der Volksheilkunde, wo Dost als Mittel gegen Traurigkeit und Schwermut galt (Scherf 2003).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die im Dost enthaltenen ätherischen Öle Carvacrol und Thymol haben antibakterielle und antimykotische Eigenschaften (Chevallier 2000). Die Pflanze wird eingesetzt bei Husten, Mandelentzündung, Bronchitis und Asthma. Weiterhin hilft sie bei Blähungen und regt den Gallenfluss an, hat eine emmenagoge Wirkung und lindert Zahn- und Gelenkschmerzen (hier äußerlich das ätherische Öl) (ebd.). Pahlow preist den gleichzeitigen Inhalt von Gerb- und Bitterstoffen sowie ätherischen Ölen und dadurch „ausgezeichnete“ Einsatzmöglichkeiten bei Erkrankungen im Magen- und Darmtrakt: „Desinfektion des Verdauungstraktes, Aktivierung der Verdauungssaftproduktion gehen Hand in Hand; der Gerbstoffanteil wirkt auch bei Durchfällen.“ (Pahlow 2006, S. 103)

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.42 und ■ Tab. 1.43)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 1.42** Wirkqualität und Tropismus des Dosts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, warm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Leber, Milz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Scharf, trocken, entspannend, stimulierend, verteilend	Holmes 1989	Darm, Genitalorgane, Haut	Holmes 1989
		Magen	Ploberger 2011

■ **Tab. 1.43** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Dosts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes LungenQi, senkt das LungenQi ab	Holmes 1989; Ploberger 2011	Asthma, Reizhusten, Keuchhusten, Dyspnoe, Thoraxschmerz	Alant, Thymian
Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute/chronische Bronchitis, Pharyngitis, Laryngitis, Tonsillitis	Thymian, Ysop, Alant, Anis, Engelwurz, Fenchel
Lungen-Wind-Kälte	Holmes 1989	Erkältung, Influenza im Frühstadium, Kopfschmerz, Abneigung gegen Kälte, Gliederschmerzen, Masern, Windpocken	Pfefferminze, Ingwer, Beifuß, Schafgarbe, Thymian, Sonnenhut, Thuja
Feuchter Schleim im Darm/Milz	Holmes 1989	Verdauungsschwäche, Schmerz und Spannungsgefühl im Epigastrium/Abdomen, Müdigkeit, Flatulenz, Diarrhoe, Gastroenteritis, Kolik, Anorexie	Anis, Engelwurz, Salbei, Mutterkraut, Ruprechtskraut, Raute, Thymian
Uteruskälte	Holmes 1989	Amenorrhoe, Dysmenorrhoe	Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute, Rosmarin
Lindert Infektion, wirkt gegen toxische Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Eitrige Tonsillitis, virale, bakterielle und fungale Infekte, Insektenstiche, Tierbisse, parasitäre Hautinfekte mit Juckreiz	Sonnenhut, Klettenlabkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Rose, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Vogelmiere, Süßholz, Mädesüß, Eibisch, Braunelle, krauser Ampfer, Königskerze, Spitzwegerich
Lindert Schmerz, lindert Bi-Syndrom (Wind-Kälte-Feuchtigkeit)	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schmerzen, Myalgie, Rheuma	Spitzwegerich (Schmerz), Königskerze (Schmerz), Alant (Bi-Sy.), Mädesüß (Bi-Sy.), Süßholz (Schmerz), Luzerne (Schmerz), Engelwurz (Bi-Sy.), Tausendgüldenkraut (Schmerz), Rosmarin (Bi-Sy.), Beifuß (Bi-Sy.), Zimt (Bi-Sy.), Rotklee (Schmerz), Ziest (Schmerz), Lavendel (Bi-Sy.), Mistel (Bi-Sy., v. a. Wind/Schleim), Passionsblume (Schmerz), Linde (Schmerz), Schlüsselblume (Bi-Sy.), Eisenkraut (Bi-Sy.), Frauenmantel (Schmerz), Schöllkraut (Bi-Sy.), Pfefferminze (Schmerz), Beinwell (Schmerz), Mutterkraut (Schmerz und Bi-Sy.), Pestwurz (Schmerz)

■ Tab. 1.43 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Ulzerationen, Zellulitis	Pestwurz, Sonnenhut, Beinwell, Klettenlabkraut, Odermennig, Schöllkraut, Salbei, Frauenmantel, Ringelblume, Rose, Vogelknöterich, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Brombeere, Hirtentäschel, Vogelmie, Schafgarbe, Braunelle, Spitzwegerich
Tonisiert das MagenQi	Ploberger 2011	Atonische Obstipation, Völlegefühl nach dem Essen	Enzian, große Klette, Löwenzahn, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Vogelmie
Bewegt stagniertes LeberQi	Ploberger 2011		Alant, Anis, Baldrian, Beifuß, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute (im unteren Erwärmer), Lavendel, Melisse u. a.
Innerer Wind infolge Blutmangel	Ploberger 2011	Spasmen, Vertigo	Salbei, Beifuß, Weißdorn, Baldrian

❗ Als uterines Stimulanz ist Dost kontraindiziert in der Schwangerschaft. Das ätherische Öl wirkt stark reizend auf die Haut und sollte nur in entsprechender Verdünnung aufgetragen werden (Holmes 1989).

1.5.12 Schachtelhalm/Zinnkraut

Lat.: *Equisetum arvense*, engl.: horsetail
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Equiseti

Historie

Albertus Magnus erwähnt die blutstillende Kraft des Schachtelhalmes (■ Abb. 1.12) im 12. Jahrhundert und bezieht sich dabei auf den arabischen Arzt Avicenna (Marzell 2002). Genauere Beschreibungen der Pflanze tauchen dann in den Kräuterbüchern des 16. Jahrhunderts auf, wie z. B. bei Hieronimus Bock, welcher sich ebenfalls auf die blutstillende Kraft des Krautes bezieht (ebd.). In neuerer Zeit wurde man vor allem durch Sebastian Kneipp wieder aufmerksam auf den Schachtelhalm, der mit seiner Hilfe seine Schwindsucht heilte. Kneipp empfiehlt ihn als Lungenmittel, „jeder gut- oder bösartige Tumor kann mit Zinnkraut zum Stillstand gebracht und allmählich aufgelöst werden“ (Storl 1996, S. 119).



■ Abb. 1.12 Schachtelhalm, *Equisetum arvense*

Die „überirdische“ Heilwirkung beschreibt auch der englische Kräuteralter John Gerard, wenn er Dioskurides und Galen zitiert:

- » Der Schachtelhalm gestampft und aufgelegt heilt die Wunden völlig, selbst wenn die Sehnen ganz durchgeschnitten sind. (Chevallier 2000, S. 202)

Plinius beschreibt, dass die blutstillende Kraft sogar dann schon wirkt, wenn man die Pflanze nur in der Hand hält (ebd.). Der Schachtelhalm ist „hart wie ein Knochen“, voller Kieselsäure, quasi der Bergkristall unter den Heilpflanzen. Der Name Zinnkraut kommt daher, dass man die Pflanze früher zum Schleifen und Polieren von Metall und Holz verwendete (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt jedem Menschen über 40 Jahre, täglich eine Tasse Zinnkrauttee zu trinken, um sich vor den Abnützungerscheinungen des Alters (wie Gicht oder Rheuma) zu schützen (Treben 1987). Chevallier beschreibt die gerinnungsfördernde Wirkung, den Einsatz bei blutenden Wunden, Nasenbluten und Bluthusten. Weitere Indikationen sind Blasen- und Harnröhrentzündung, Prostataerkrankungen, Rheuma, Arthritis,

Atemwegserkrankungen wie Emphysem, chronische Beinödeme sowie äußerlich Knochenbrüche, Verstauchungen und Ekzeme (Chevallier 2000). Dadurch dass die Pflanze eine „reiche Wasserdurese“ auslöst, ohne den Elektrolythaushalt zu verändern, eignet sie sich gut zur Durchspülungstherapie bei Erkrankung der Niere und der ableitenden Harnwege (Pahlow 2006). Wood empfiehlt den Schachtelhalm auch bei Allergien:

- » Wenn eine Person gegenüber allen möglichen Dingen und nicht nur gegenüber wenigen allergisch reagiert, ist der Schachtelhalm besonders heilkräftig. (Wood 2012, S. 326)

Die Indikation, Blutungen zu stillen, konnte ich an meinem alten Hund beobachten, der immer wieder unter Blutungen aus der Harnröhre litt. Wenn ich ihm Schachtelhalmpulver unter das Futter mischte, kam die Blutung innerhalb eines Tages zum Stillstand.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.44 und ■ Tab. 1.45)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.44 Wirkqualität und Tropismus des Schachtelhalmes

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010	Niere, Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011
Adstringierend, fad	Holmes 1989; Ploberger 2011	Blase, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht süß	Ross 2010	Knochen, Haut, Leber	Holmes 1989
Kalt, trocken, stabilisierend, auflösend, nährend, restorierend	Holmes 1989		

Tab. 1.45 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Schachtelhahns

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Enteritis, Dysenterie, schleimige, blutige Stühle	Goldrute, Quecke, Königskerze, Steinklee, Taubnessel, Rose, Spitzwegerich, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Walnuss, Hirtentäschel, Gänsefingerkraut, Ruprechtskraut, Himbeerblätter, ODERmennig
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Dysurie, Zystitis (auch interstitielle), Prostatitis, Infekte der ableitenden Harnwege	Ackerveilchen, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Mädesüß, ODERmennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich
Feuchte Hitze oder Kälte im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Fluor vaginalis, Vaginitis, Gonorrhoe	Kälte: Rosmarin, Liebstöckel, Brennnessel, Salbei, ODERmennig (Schleim/Kälte), Mutterkraut, Engelwurz, Alant, Thuja, Gänsefingerkraut, Thymian Hitze: große Klette, Frauenmantel, Hirtentäschel, Enzian, Gänsefingerkraut
Feuchte Hitze in der Haut	Holmes 1989	Geschwollene, gerötete Ulzerationen, Ekzeme	Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee
Nierenessenz-Mangel, Qi-Mangel im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Lumbalgie, Spermienverlust, Inkontinenz, Enuresis, Albuminurie	Ackerveilchen (Qi), Himbeerblätter (Essenz), Thuja (Qi), Schafgarbe (Qi), Fenchel (Qi), Engelwurz (Qi), Wegwarte (Essenz), Johanniskraut (Essenz), unreife Brombeerfrüchte (Essenz/Männer), große Klette (Qi), Melisse (Essenz), Ziest (Essenz), Taubnessel (Qi), Gingko (Essenz), Eisenkraut (Essenz), Beinwell (Essenz)
Leber- und Nierenschwäche	Holmes 1989	Schwäche von Rücken und Extremitäten, chronische Arthritis, Osteoporose, Lupus, Muskeldystrophie, Degeneration des Epithel-Bindegewebes, Anämie, Nierenschwäche, Glomerulonephritis, chronische degenerative Krankheiten, Ödeme, Hypertonus	Rosmarin, Walnuss, Beifuß, Wegwarte (v. a. das Yin/Essenz), Melisse, Löwenzahn, Wermut, Klettenlabkraut, Beinwell
Stoppt Blutung	Holmes 1989	Hämorrhagie, Epistaxis, Menometrorrhagie, Hämaturie, Hämoptysie	Lungenkraut (bei BlutHitze), Braunelle, Schafgarbe, Mädesüß, Hirtentäschel, Beifuß, Brennnessel (Uterus), Johanniskraut, Vogelknöterich, Melisse, Hopfen (BlutHitze), Ziest, Taubnessel (BlutHitze), Herzgespann, Linde (BlutHitze), Ringelblume, Frauenmantel (BlutHitze), ODERmennig (BlutHitze), Beinwell

■ **Tab. 1.45** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie, Strangurie, neurogene Blase	Brennnessel, Goldrute, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Königskeule, Löwenzahn, Melisse, Quecke, Rotklee, Schafgarbe, Thuja, Ziest
Metabolische Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Müdigkeit, Arthritis, Gicht, Zysten, Atherosklerose, Harnsteine	Quecke, große Klette, Braunwurz, Mädesüß, Wegwarte, Rotklee, Klettenlabkraut, Birke
Leitet Feuchtigkeit aus	Ploberger 2011		Gundermann (unterer Erwärmer), Thuja (+ Schleim), Fenchel (+ Kälte), Mädesüß, Pomeranzenschale (+ Schleim), Luzerne, Engelwurz (mittlerer Erwärmer), Petersilie, Zimt, Goldrute (+ Schleim, unterer Erwärmer), Brennnessel (unterer Erwärmer), Holunder, Brombeere (unterer Erwärmer), Ruprechtsskraut, Raute (+ Schleim), Eisenkraut, Wermut, Birke, Pestwurz
Qi-Stagnation im unteren Erwärmer	Ploberger 2011		Klettenlabkraut, Eisenkraut (aktiviert den 3. Erwärmer), Johanniskraut (Schwäche), Goldrute (LeberQi), Braunwurz
Als Rohdroge tonisiert Lungen- und NierenYin	Ploberger 2011		Ackerveilchen, Eibisch
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Schlecht heilende Wunden, chronische Ulzerationen, auch kanzerös	Beinwell, Salomonsiegel, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Schafgarbe

❗ **Als Einzeldroge nicht länger als sechs Wochen anwenden, da Schachtelhalm den Harntrakt reizt (Chevallier 2000).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Mu Zei, Equisetum hiemale

Wirkung: Hitze bei Wind ausleitend, Augen und Kopf klärend

1.5.13 Braunwurz, knotige

Lat.: *Scrophularia nodosa*, engl.: knotted figwort

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb. *Scrophulariae*

Historie

Die Braunwurz (■ Abb. 1.13) gehört laut Susanne Fischer-Rizzi zu den vergessenen Heilpflanzen, den unauffälligen, sogar eher hässlichen und stinkenden. Hinter dieser Fassade verbirgt sich jedoch ein großes Heilmittel (Fischer-Rizzi 2002). Im Mittelalter wurde sie auch zu magischen Zwecken verwendet, man trug die Wurzel als Amulett zum Schutz gegen Verzauberung (ebd.). Die Heil-/Schutzwirkung beschreibt auch Gerard: „Die Wurzel um den Hals oder bei sich getragen hält einen Mann gesund.“ (Grieve 1980, S. 314)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt einen Aufguss der Blätter zum tiefen Gurgeln bei Kropf, gibt aber die War-



■ Abb. 1.13 Braunwurz, *Scrophularia nodosa*

nung, ihn nicht zu trinken (Treben 1987). Die Pflanze wirkt als Heilmittel bei geschwollenen Drüsen, löst gestaute Lymphflüssigkeit auf, vor

allem verdickte Lymphgefäße in der weiblichen Brust und in den Genitalien. Auch wird sie bei geschwollenen Mandeln verwendet (Fischer-Rizzi 2002). Sie kommt zum Einsatz bei einem Krankheitsbild, welches man als Skrophulose bezeichnet: Lymphknotenschwellungen an Hals und Nacken, oft geschwollene Mandeln, chronischer Schnupfen, Gesichtsekzeme (vor allem um Nase, Mund und Ohren), Milchschorf, entzündete Augen und Rachitis (Fischer-Rizzi 2002). Weitere Verwendungsmöglichkeiten führt Chevallier (2000) an: innerlich und äußerlich bei chronischen Ekzemen und Psoriasis, äußerlich zur Wundheilung, bei Verbrennungen, Hämorrhoiden und Ulzerationen, weiterhin zur Behandlung von Brustentzündungen, geschwollenen Lymphknoten und Geschwülsten. Auch eine schwach harntreibende und entwurmende Wirkung wird beschrieben. Pahlow gibt den „besonderen“ Rat, bei Hautkrankheiten, die der äußerlichen Behandlung (Akne, Ekzeme) trotzen, Braunwurztee zu versuchen, auch wenn die moderne Schulmedizin die Pflanze nicht verwendet (Pahlow 2006).

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin**
(■ Tab. 1.46 und ■ Tab. 1.47)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.46 Wirkqualität und Tropismus der Braunwurz

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere, Herz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Leicht scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber, Pankreas, Flüssigkeiten, Blut, Lymphe	Holmes 1989
Trocken, auflösend	Holmes 1989	Lunge	Ross 2010

Tab. 1.47 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Braunwurz

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze mit metabolischer Toxikose, klärt SchleimHitze	Holmes 1989; Ross 2010	Ekzeme, Schwellungen, starke Halsschmerzen mit Schwellung, Struma, Skrophula	Walnuss, Schachtelhalm, Klettenlabkraut, Löwenzahn
Stagnation in Leber und Darm mit feuchter Hitze	Holmes 1989	Chronische Verstopfung, Spannungsgefühl im Bauch, Verdauungsschwäche	Odermennig, Löwenzahn, krauser Ampfer, Wermut
Feuchte Hitze in der Haut, nährt die Haut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Nässende, rote, bläschenförmige, juckende Ekzeme, Erysipel, Lymphadenitis, trockene, rissige Haut nach chronischen Ekzemen, Skabies, Abszesse, Karbunkel v. a. im Gesichtsbereich, Läuse, Hautparasiten und Pilze, Psoriasis	Birke, große Klette, Rotklee
Toxische Hitze, klärt Hitze und kühlt das Blut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Abszesse, Fieber, Dermatitis, Mastitis, Orchitis, Lymphadenitis, Hämorrhoiden	Ringelblume, Frauenmantel
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere	Holmes 1989	Ödeme, Müdigkeit, Hyperurikämie, Arthritis, Rheuma	Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Plazentaretention	Anis, Beifuß, Eisenkraut, große Klette, Herzgespann, Himbeerblätter, Johanniskraut, Melisse, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe
HerzQi-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Palpitationen, Druckgefühl auf der Brust	Alant, Anis, Baldrian, Gänsefingerkraut, Herzgespann, Rosmarin, Schafgarbe, Thymian, Weißdorn
Pankreasinsuffizienz	Holmes 1989	Diabetes	Große Klette, Ruprechtskraut, Vogelknöterich, Weißdorn, Löwenzahn, Odermennig
Nährt das Yin	Ross 2010		Beinwell (Lunge), Löwenzahn (Leber und Gallenblase), Schlüsselblume (Herz), Passionsblume (Herz), Mistel (Herz und Niere), Borretsch (Herz), Weißdorn (Herz und Niere), Hopfen (Herz und Niere), Baldrian (Herz und Niere), Rotklee, Johanniskraut (Herz und Niere), Brennnessel (Leber), Wegwarte (Leber und Niere), Petersilie (Leber), Luzerne (Leber), Vogelmiere, Eibisch, Alant (Lunge), Königskerze (Lunge), Schachtelhalm (Lunge und Niere), Huflattich (Lunge und Dickdarm), Lungenkraut (Lunge), Salomonsiegel

■ Tab. 1.47 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
LeberQi-Stagation	Ploberger 2011		Anis, Baldrian, Beifuß, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute, Johanniskraut, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Raute, Salbei, Schöllkraut, Wermut u. a.
Qi-Stagnation im unteren Erwärmer	Ploberger 2011	Chronische Obstipation	Goldrute
Lindert Lymphstau und Tumore	Holmes 1989	Lymphadenitis, Lymphknotenschwellungen, Tumore (inkl. Lymphome)	Sonnenhut, Klettenlabkraut, Schöllkraut, Ringelblume, Mistel, Melisse, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Johanniskraut, Brennnessel, Goldrute, Liebstöckel, Pomeranzenschale, Mädesüß, Steinklee, Thuja, Spitzwegerich, Schachtelhalm

! Wegen milder kardiotonischer Wirkung sollte **Braunwurz nicht eingesetzt werden bei Tachykardie, nicht während der Schwangerschaft und bei Patienten unter Herzmedikation. Das Hautbild kann sich bei Beginn der Entgiftung verschlechtern (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Xuan Shen, Scrophularia ningpoensis u. a.

Wirkung: Hitze kühlend, Blut kühlend, Glut ausleitend, Verhärtungen erweichend, Yin-stützend und -ergänzend, entgiftend, desinfizierend

1.5.14 Spitzwegerich

Lat.: *Plantago lanceolata*, engl.: plantain

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Plantaginis lanc.

Historie

Marzell schreibt 1938 in der „Geschichte und Volkskunde der Deutschen Heilpflanzen“:

» Wenn die Wegericharten in der Heilkunde früherer Zeiten so geschätzt waren und auch heute noch im Volk in so hohem Ansehen stehen, so ist das insofern auffällig, als man bis jetzt noch keinen Stoff in diesen Pflanzen gefunden hat, der nennenswerte physiologische Wirkungen

auslösen könnte (...). Jedenfalls ist der Wegerich ein uraltes Heilmittel. (Marzell 2002, S. 239)

Alle Wegericharten wachsen auch in Griechenland, so war die Heilpflanze dem antiken Arzt Dioskurides und dem römischen Schriftsteller Plinius bekannt, angegeben wird vor allem eine blutstillende Wirkung (Marzell 2002). In der Kräutermedizin des Mittelalters ist oft von „Sympathiemittel“ die Rede. In der Sympathiemedizin ging man davon aus, dass alles mit allem verbunden ist, und man versuchte, aus dem Erscheinungsbild der Pflanze auf deren Wirkung zu schließen. So konnten gelb blühende Pflanzen, wie z. B. das Schöllkraut, bei Gelbsucht verwendet werden (Scherf 2003). Auch die Worte von Paracelsus „ubi malum, ibi remedium“ (Wo die Krankheit ist, da ist auch die Arznei), entsprechen dem Elementargedanken der Sympathiemedizin (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt den Spitzwegerich (■ Abb. 1.14) äußerlich bei Bissen (Hunde), wundgelaufenen Füßen, Insektenstichen, offenem Fuß, (krebsartigem) Geschwür, Hauterkrankungen, Thrombose sowie innerlich bei Ekzemen, Heiserkeit, TBC, Nierenkrebs und Nierensteinen (Treben 1987). Chevallier setzt den Spitzwegerich gleich mit dem Breitwegerich (*Plantago major*) und gibt folgende Indikationen an: äußerlich bei



■ Abb. 1.14 Spitzwegerich, *Plantago lanceolata*

Prellungen, Knochenbrüchen, Hämorrhoiden, Fisteln und Geschwüren, Diarrhoe, Ruhr, Reizdarm, Atemwegserkrankungen und Blutungen der Harnwege (Chevallier 2000). Pahlow beschreibt die Entdeckung einer antibiotischen Wirkung des Saftes.

Man wurde darauf aufmerksam, weil man beobachtete, dass der Spitzwegerichsaft im Gegensatz zu anderen Pflanzen nicht oder kaum schimmelt (Pahlow 2006).

Wood schreibt über den Wegerich: „Was die Pflanze für sich selbst tun kann, wird sie auch bei uns tun können“ (Wood 2012, S. 491). Damit nimmt er Bezug auf die Fähigkeit des Wegerichs, Nährstoffe aus stark verdichteten und verfestigten Böden zu ziehen. Auch zitiert er Kneipp, der von Wegerich sagte:

» Wie mit Goldfäden näht der Wegerichsaft den klaffenden Riss zu und wie an Gold sich nie Rost ansetzt, so flieht den Spitzwegerich jede Fäulnis und faules Fleisch. (Kneipp, zit. nach Wood 2012, S. 492)

Wood fügt der Liste mit hervorragenden Eigenschaften dieser Pflanze als Wundkraut vor allem noch ihre Fähigkeit hinzu, infiziertes Material herauszuziehen. Als Beispiel nennt er infizierte Zahnwurzeln.

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 1.48 und ■ Tab. 1.49)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.48 Wirkqualität und Tropismus des Spitzwegerichs

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht adstringierend, bitter	Holmes 1989; Ross 2010	Lunge, Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Sauer	Ross 2010	Leber	Ploberger 2011
Salzig, kalt, trocken/ feucht, beruhigend, restorierend, auflösend, stabilisierend	Holmes 1989	Darm	Holmes 1989; Ross 2010
Süß	Ploberger 2011	Blut, Haut	Holmes 1989
		Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011

Tab. 1.49 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Spitzwegerichs

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze	Holmes 1989; Ross 2010	Entzündungen (eitrig), Abszesse, Fieber, Entzündung von Auge, Mund, Hals, Zahnfleisch und Mittelohr, Malaria, allergische Rhinitis, Sepsis	Krauser Ampfer, große Klette, Ringelblume, Löwenzahn, Sonnenhut
Wind-Hitze in der Haut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Juckende Ekzeme, atopische Dermatitis	Braunwurz, Walnuss
Metabolische Toxikose	Holmes 1989	Lymphadenitis, Lymphangitis, Syphilis, trockene Ekzeme, Hämorrhoiden, stinkender Körpergeruch oder Urin	Birke, Klettenlabkraut, Schlüsselblume, Rotklee, große Klette, Mädesüß, krauser Ampfer, Schachtelhalm, Ackerveilchen, Walnuss, Luzerne
Feuchte Hitze im Kopf	Holmes 1989	Rhinitis (akut/chronisch/ allergisch), Sinusitis mit Schmerzen und gelblichem Ausfluss	Goldrute, Lavendel, Brennnessel, Löwenzahn, Mutterkraut (Schleim)
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989; Ross 2010	Enteritis, Dysenterie, Diarrhoe, pseudomembranöse Kolitis	Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Königskerze, Steinklee, Taubnessel, Frauenmantel, krauser Ampfer, Gänse- fingerkraut, Ruprechtskraut, Löwenzahn, Himbeerblätter, große Klette, Odermennig
Feuchte Hitze in der Blase, leitet feuchte Hitze aus	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Dysurie, Zystitis, Nephritis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, Hirtentäschel, große Klette, Holunder, Klettenlabkraut, Königs- kerze, Löwenzahn, Mädesüß, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich
Bluthitze	Holmes 1989	Hämorrhagie	Ringelblume, Ackerveilchen, Linde, Taub- nessel, Rose, Lungenkraut, Thuja
BlasenQi-Mangel	Holmes 1989	Inkontinenz, Bettnässen	Johanniskraut, Schachtelhalm, Hopfen, Ackerveilchen, große Klette, Rosmarin, Schafgarbe, Taubnessel
Lungen-Schleim- Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Husten, blutiges, eitriges Sputum	Königskerze, Melisse, Ziest, Odermennig, Holunder, Huflattich, Sonnenhut, Augentrost, Gundermann, Ackerveilchen, Brennnessel
Lungen-Hitze- Trockenheit	Holmes 1989	Fieber, Heiserkeit, Bronchitis, Laryngitis, TBC	Rotklee, Eibisch, Vogelmiere, Ackerveilchen, Süßholz, Königskerze
Geweberegeneration	Holmes 1989	Wunden, Ulzerationen	Beinwell, Klettenlabkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Rose, Rotklee, Vogelmiere, Schafgarbe, Braunelle

■ Tab. 1.49 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lindert Schmerz	Holmes 1989	Gesichtsneuralgie, Ohren-, Zahn- und Kopfschmerzen	Königskerze, Süßholz, Luzerne, Tausend- güldenkrout, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Beinwell, Mutterkraut, Pestwurz
MagenHitze	Ross 2010	Gastritis, Magenulkus	Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Luzerne
Klärt die Augen	Ploberger 2011	Konjunktivitis	Gundermann (stärkt), Fenchel (Schmerz), Löwenzahn, Schöllkraut (stärkt das Sehvermögen, Katarakt), Odermen- nig, Augentrost, Vogelmier, Kamille, Ringelblume, Melisse, Braunelle

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Che Qian Zi, *Plantago asiatica* u. a.

Wirkung: diuretisch, Hitze kühlend, feuchte Hitze ausleitend, Augen und Kopf klärend, Schleim kanalisierend, Husten stillend

1.5.15 Königskerze/Wollblume

Lat.: *Verbascum thapsiforme*, engl.: great mullein

Verwendeter Teil: die Blüten und Blätter

Rezeptierform: Flos. Verbasci, Fol. Verbasci

Historie

Eine alte Verwendung der Königskerze (■ Abb. 1.15), die wohl auch ihren Namen beeinflusst hat, ist der Gebrauch als Kerzendocht, Fackel oder Zundermaterial (Marzell 2002). Hildegard von Bingen (12. Jahrhundert) bezeichnete die Pflanze als „Wullena“ (die wie von Wolle behaarten Blätter) und empfahl die Anwendung der Blätter, um das Herz zu kräftigen und wieder „feurig“ zu werden (Marzell 2002). In Süddeutschland wird die Pflanze auch als Wetterkerze bezeichnet, man könne von der Gestalt der Blüte auf den Verlauf des Winters schließen. Sowohl in Europa als auch in Asien war die Pflanze bekannt für ihre Kräfte, die böse Geister vertreiben konnten. Sie war das Kraut, welches Odysseus vor der List der Circe bewahrt haben soll (Griebe 1980). Oft ist ein Königskerzenstängel Mittelpunkt des



■ Abb. 1.15 Königskerze, *Verbascum thapsiforme*

Kräuterbuschen, der in letzter Zeit wieder vermehrt in der Zeit der „Frauendreißiger“ (vom 15. August, Mariä Himmelfahrt, bis zum 8. September, Mariä Geburt) gebunden wird (Fischer-Rizzi 2002).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Susanne Fischer-Rizzi (2002) beschreibt folgende Anwendungsmöglichkeiten der Pflanze: Husten, vor allem Reiz- und Kitzelhusten, Heiserkeit, Bronchitis, Lungenverschleimung, Erkältung, Asthma. In Olivenöl eingelegte Blätter verwendet man äußerlich bei Ohrinfekten und Hämorrhoiden (Chevallier 2000). Pahlow beschreibt das Rezept für das „Königsöl“, welches bei Ohrenschmerzen, Furunkel im Ohr, Ekzemen im Gehörgang und chronischer Mittelohrvereiterung „sehr gute“ Dienste leistet: eine Hand voll frische Wollblumenblüten mit 100 g Olivenöl übergießen, in eine weißglasige Flasche abfüllen, vier Wochen ins Freie stellen, dass die Sonne durchscheinen kann, und täglich schütteln (Pahlow

2006, S. 348). Wood empfiehlt die Königskerze immer dann, wenn „Schärfe auf Weichheit stößt oder klar verlaufende Grenzen verschwimmen“, z. B. bei aggressiven Entzündungen, die das zarte Lungengewebe betreffen oder bei Ödemen und Verschleimungen. Bei Heilpflanzenkundigen im Nordosten der USA ist die Pflanze ein Standardmittel zur Bekämpfung akuter Schmerzen (Wood 2012, S. 619 und 622).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 1.50 und Tab. 1.51)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 1.50 Wirkqualität und Tropismus der Königskerze

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Bitter	Ploberger 2011	Magen, Darm, Blase	Holmes 1989
Adstringierend, feucht mit einem sekundär trocknenden Effekt, restorierend, erweichend, entspannend	Holmes 1989		

Tab. 1.51 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Königskerze

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Hitze-Trockenheit	Holmes 1989; Ploberger 2011	Trockener, heiserer Husten, Durst, Ruhelosigkeit, Fieber, Tracheitis, Laryngitis, Tonsillitis, Influenza, chronische Bronchitis mit zähem Schleim	Rotklee, Eibisch, Vogelmiere, Schachtelhalm, Spitzwegerich
LungenYin-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwacher, trockener Husten, TBC	Beinwell, Eibisch, Borretsch, Huflattich, Vogelmiere, Salomonsiegel, Rotklee
Lungen-Schleim-Trockenheit, bewegt Schleim in der Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011	Trockener Reizhusten mit wenig zähem, schwer abzuhustendem Sekret	Thymian, Süßholz, Vogelmiere, Schlüsselblume, Salomonsiegel, Gundermann
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit/Hitze	Holmes 1989	Bronchitis	Melisse, Ziest, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Huflattich, Sonnenhut, Gundermann, Ackerveilchen, Brennnessel

■ **Tab. 1.51** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma, Keuchhusten, nervöser Reizhusten, Ängstlichkeit	Thymian, Ysop, Lavendel, Acker- veilchen, Dost, Passionsblume, Melisse, Rotklee, Ziest, Kamille u. a.
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Enteritis, schmerzhaftes Diar- rhoe, blutige Stühle	Hitze: Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Taubnessel, Löwen- zahn, Spitzwegerich, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Odermennig, Gänsefingerkraut Kälte: Dost, Anis, Engelwurz, Mut- terkraut, Thymian, Raute
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Zystitis	Ackervelichen, Birke, Borretsch, Eibisch, Goldrute, Frauenmantel, Rotklee, Holunder, Klettenlabkraut, Mädesüß, Löwenzahn, Taubnessel, Vogelknöterich
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Reizblase, Dysurie, neurogene Blase, Strangurie, Bettnässen	Brennnessel, Thuja, Schachtelhalm, Ziest, Johanniskraut, Melisse, Goldrute, Schafgarbe
FeuerToxin	Holmes 1989	Furunkel, Abszesse, Entzündung in Mund/Auge, Mittelohr, Hämorrhoiden	Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut
Feuchte Hitze in der Haut	Holmes 1989	Ekzeme, offene, eitrige Geschwüre	Braunwurz, Eibisch, Schachtelhalm, Birke, Kamille, Rotklee, große Klette, Vogelmiere, Hopfen, Johanniskraut, Lavendel, Ringelblume
Lindert Schwellung und Schmerz	Holmes 1989	Lymphadenitis, Tumore, geschwollenes Skrotum, Ohren- und Zahnschmerzen, Myalgie, Neuralgie, v. a. Trigeminus	Eibisch, Mädesüß, Rotklee, Ziest, Lavendel, Mistel, Beinwell, Pestwurz
Mild gegen inneren Wind	Ploberger 2011	Neuralgien, Ohrenscherzen, Tinnitus	Schlüsselblume, Linde, Passions- blume, Lavendel, Weißdorn, Hopfen, Baldrian, Kamille, Ackerveilchen, Dost
Beruhigt mild den Geist	Ploberger 2011	Insomnia	Eisenkraut, Ziest, Johanniskraut, Baldrian, Gingko, Eibisch u. a.

1.5.16 Kümmel

Lat.: *Carum carvi*, engl.: *caraway*

Verwendeter Teil: die Samen

Rezeptierform: *Fruct.Carvi*

Historie

Vermutlich ist der Kümmel (■ Abb. 1.16) ein schon seit der Jungsteinzeit verwendetes Heil- und Würzmittel. Man hat seine Samen in Pfahlbauten am Bodensee gefunden (Scherf 2003). In der antiken Literatur (Dioskurides, Plinius) wird in der Regel der Kreuzkümmel beschrieben. Im Aberglauben wird dem Kümmel eine interessante Stellung eingeräumt:



■ Abb. 1.16 Kümmel, *Carum carvi*

Zunächst müsse man schimpfen und fluchen, wenn man ihn aussät, damit er gedeiht (Marzell 2002). Außerdem vertreibt er sowohl gute, hilfreiche als auch böse, schädigende Geister (Scherf 2003). Einen anderen Aberglauben beschreibt Mrs. Grieve: Kümmel beschützte vor Diebstahl. Wenn er in den Dingen enthalten war, konnten sie von Dieben nicht weggenommen werden oder der Dieb konnte als quasi Gefangener das Haus, in welches er eingebrochen war, nicht mehr verlassen (Grieve 1980).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Samen wirken krampflösend und beruhigend auf das Verdauungssystem, indem sie direkt auf die Darmmuskulatur einwirken. Dadurch verbessern sie Kolik, Bauchgrimmen, Völlegefühl und Blähungen. Weitere Verwendungsmöglichkeiten: Mundgeruch, zur Appetitanregung, Arrhythmie, Dysmenorrhoe, harntreibend, auswurfördernd, stärkend (Chevallier 2000). Pahlow bezeichnet den Kümmel gar als „das beste pflanzliche Karminativum, über das wir verfügen“ (Pahlow 2006, S. 201).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.52)

Holmes (1989) beschreibt die Wirkungsweise des Kümmels als quasi identisch mit dem Fenchel (s. dort), sodass ich hier nur die Unterschiede erwähne. Er wirkt stärker bei gastrointestinalen Störungen, ist aber weniger effektiv bei der Behandlung von Erkrankungen der Harnorgane. Zudem wirkt das ätherische Öl gegen Parasiten bei Hauterkrankungen.

■ Tab. 1.52 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Kümmels

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes Qi in Darm, Gallenblase und Magen	Holmes 1989	Dyspepsie, Flatulenz, Verdauungsschwäche, Blähungskoliken, Magendruck, Völlegefühl	Birke, Klettenlabkraut, Pfefferminze, Wermut, Löwenzahn, Eisenkraut, Herzgespann, Lavendel, Baldrian, Melisse, Raute, Johanniskraut, Bergbohlenkraut, Beifuß, Tausendgüldenkraut, Petersilie, Engelwurz, Luzernekamille, Pomeranzenschale, Schafgarbe, Alant
Feuchte Kälte im Darm	Holmes 1989	Wässrige Durchfälle, Koliken	Rosmarin, Gänsefingerkraut, Walnuss, Königskerze, Thymian, Engelwurz, Liebstöckel
Lungen-Schleim, Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989	Bronchitis mit reichlich weißem Sputum	Spitzwegerich, Gundermann, Mädesüß, Eibisch, Augentrost, Holunder, Schlüsselblume, Huflattich, bei Kälte: Thymian, Ysop, Alant, Dost, Anis, Engelwurz, Thuja, Ingwer, Fenchel

❗ Mit dem ätherischen Öl sollte man vorsichtig umgehen, bei Säuglingen, Kleinkindern und Schwangeren ist es verboten. Bekannt und beliebt zur lokalen Behandlung von Säuglingskoliken ist das „Vier-Winde-Öl“ von Ingeborg Stadelmann, welches allerdings den Kreuzkümmel enthält, der sanfter und wesentlich verträglicher ist (Stadelmann 2001). Ansonsten wirkt das Öl in hoher Konzentration neurotoxisch und abortiv (Holmes 1989).

1.5.17 Sonnenhut, Echinacea

Lat.: *Echinacea purpurea*, *pallida*, *angustifolia*, engl.: *echinacea*

Verwendeter Teil: die Wurzel

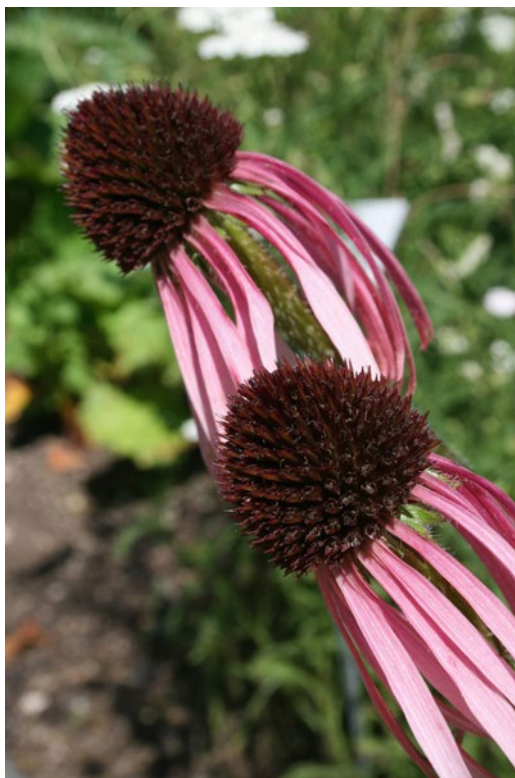
Rezeptierform: Rad.Echinaceae

Historie

Der Sonnenhut (■ Abb. 1.17), die wichtigste Heilpflanze der Indianer Nordamerikas, wurde verwendet bei Halsweh, Zahnschmerzen, gegen Tollwut, Schlangenbisse und zur Desinfektion (Chevallier 2000). Der Name *Echinacea* leitet sich ab vom griechischen *echinos* (= Igel), da der Samenkopf wie ein Igel aussieht (Hiller u. Melzig 2006). Um 1880 wurde die Pflanze das am häufigsten verwendete Mittel bei Infektionen, Entzündungen und Vergiftungen (Holmes 1989).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Der Sonnenhut gilt als bekanntestes und wichtigstes Mittel zur Stärkung des Immunsystems (Chevallier 2000). Laut Holmes (1989) ist die Langzeiteinnahme zur Stärkung des Immunsystems eine Verschwendung und wird der Pflanze nicht gerecht. Generell sollte man, um das Immunsystem prophylaktisch zu stimulieren, in Intervallen mit verschiedenen Substanzen arbeiten und nicht eine Pflanze als Dauermedikation einsetzen, da sich der Organismus daran



■ Abb. 1.17 Sonnenhut, *Echinacea purpurea*

gewöhnt (Ramakers 2003). Weitere Indikationen für den Sonnenhut sind: Infektionen aller Art (vor allem chronische), postvirales Erschöpfungssyndrom, Frostbeulen, Erkältung, Grippe, Haut- und Atembeschwerden und allergische Krankheiten (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.53 und ■ Tab. 1.54)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.53 Wirkqualität und Tropismus des Sonnenhuts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Salzig	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Bitter, leicht süß	Ross 2010	Blase	Ploberger 2011
Trocken, beruhigend, stimulierend, restorierend, auflösend	Holmes 1989	Blut, Lymphe, Haut, Urogenitalorgane, Dickdarm	Holmes 1989

■ Tab. 1.54 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Sonnenhuts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, klärt Hitzetoxin	Holmes 1989, Ross 2010, Ploberger 2011	Abszesse, Pyodermie, Entzündungen, Fieber, Nahrungsmittelallergien, akute/chronische, virale/bakterielle Infekte, Meningitis, Diphtherie, Anthrax, Tetanus, Tollwut, Cholera, Erysipel, Herpes, Gonorrhoe, Vaginitis, Prostatitis, Peridontitis, Phlebitis, Masinitis, Appendizitis, Empyem, Laryngitis, Stomatitis, Tonsillitis, Sepsis	Spitzwegerich, krauser Ampfer, große Klette, Ringelblume, Löwenzahn
Klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und reguliert das WeiQi	Ross 2010	Rezidivierende Infekte des oberen Respirationstraktes, v. a. bei geschwächten Menschen (Chronic fatigue syndrome)	Thuja, Schafgarbe, Thymian
Vergiftungen, Allergien	Holmes 1989	Allergische Rhinitis, atopische Dermatitis	Große Klette, Kamille, Holunder, Augentrost, Goldrute, Ackerveilchen, Süßholz, Königs-kerze, Brennnessel, Spitzwegerich, Rose
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzem, atopisches Ekzem, Erysipel	Salomonsiegel, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere
Feuchte Hitze in der Blase	Ross 2010	Akute/rezidivierende Zystitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Holunder, Hirtentäschel, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn

■ **Tab. 1.54** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt Lymphstau, verkleinert Tumoren	Holmes 1989	Lymphadenitis, Lymphadenom, Prostatavergrößerung, Tumore (auch bösartige, v. a. mit Schleimhautbeteiligung)	Braunwurz, Klettenlabkraut, Schöllkraut, Ringelblume, Mistel, Melisse, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Johanniskraut, Brennnessel, Goldrute, Liebstöckel, Pomeranzen- schale, Mädesüß, Steinklee, Thuja, Spitzwegerich, Schachtelhalm
Schweißtreibend bei Wind-Kälte	Ploberger 2011	Anfangsstadium einer Infektion mit frösteln, Abneigung gegen Kälte, weißlicher Nasenausfluss	Holunder, Mädesüß, Salbei, Schafgarbe, Ingwer, Augentrost, Thymian, Dost, Engelwurz, Zimt
Äußere Wind-Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung, Influenza, Fieber, allergische Rhinitis	Ackerveilchen, Augentrost, Feldminze, Holunder, große Klette, Kamille, Königs- kerze, Linde, Mädesüß, Schafgarbe
LungenHitze, Lungen- Schleim-Hitze	Ross 2010	Akute Bronchitis, Pneumonie, chronische Sinusitis/Bronchitis	Ackerveilchen, Augentrost, Brennnessel, Gundermann, Holunder, Huflattich, Kamille, Königskerze, Melisse, Odermennig, Spitzwegerich, Ziest
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Völlegefühl	Alant, Anis, Beifuß, Engelwurz, Gänsefinger- kraut, Luzerne, Melisse, Petersilie, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut, Vogelmiere, Weißdorn, Zimt
MagenQi-Stagnation	Holmes 1989	Gastrische Dyspepsie, Verdauungsschwäche, Schmerz im Epigastrium, Blähungen, Mundgeruch, Appetitverlust	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Beifuß, Enzian, Engelwurz, Fenchel, Gänsefingerkraut, Himbeerblätter, Ingwer, Kamille, Melisse, Odermennig, Pfefferminze, Pomeranzenschale, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut
Fördert die Gewebe- regeneration, lindert Schmerz und Schwel- lung, toxische Hitze im Bereich der Haut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Gangränöse Wunden, Ulzerationen, Verbrennungen 1. und 2. Grades	Lavendel, Vogelmiere, Rotklee, große Klette, Ringelblume, Klettenlabkraut, Spitzwegerich, Braunwurz

❗ **Nicht zur Langzeitanwendung, um das Immunsystem zu stärken; geeignet zur Infektophylaxe, wenn man einer Epidemie ausgesetzt ist (Holmes 1989).**

1.5.18 Braunelle, kleine (gemeine)

Lat.: *Prunella vulgaris*, engl.: selfheal
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut, der Blütenkopf
Rezeptierform: Herb.Prunellae, Spica Prunellae

Historie

William Cole schreibt in „Adam in Eden“ (1657), dass die Braunelle (Abb. 1.18) den Namen Brunella von den Deutschen erhalten hat (die antiken griechischen oder römischen Schreiber kannten sie nicht), weil sie eine Mundentzündung heilen konnte, die als „die Breuen“ bezeichnet wurde (Grieve 1980). John Gerard schreibt (1597), es gebe „kein besseres Kraut zur Wundheilung“ (s. Grieve 1989), und der irische Pflanzenheilkundler Kéogh schreibt 1735: „Die Pflanze heilt alle inneren und äußeren Wunden, entfernt Stauungen in Leber und Galle und ist daher gut gegen Gelbsucht.“ (nach Chevallier 2000, S. 122)



Abb. 1.18 Braunelle, *Prunella vulgaris*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

In China gibt es über die Anwendung der Pflanze mehrere Studien, u. a. wird eine Senkung des Blutdrucks durch relaxierende Wirkung auf die Gefäße erreicht, und eine antibiotische Wirkung gegen Keime wie z. B. *Shigella* oder *E. coli* konnte nachgewiesen werden (Chevallier 2000). In der modernen westlichen Phytotherapie ist die Anwendung der Pflanze nicht sehr verbreitet, wobei sie immer noch als Wundkraut verwendet wird (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 1.55 und Tab. 1.56)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 1.55 Wirkqualität und Tropismus der Braunelle

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, bitter, adstringierend, scharf, kalt, trocken, entspannend, beruhigend, auflösend, absenkend	Holmes 1989	Leber, Herz, Magen, Blut	Holmes 1989

Tab. 1.56 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Braunelle

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989	Hypertonus, neurokardiale Syndrome	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Linde, Melisse, Rosmarin, Weißdorn, Ziest

■ Tab. 1.56 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Aufsteigendes LeberYang	Holmes 1989	Kopfschmerz, Reizbarkeit, Tinnitus, Schmerzen im Augapfel	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Kamille, Linde, Melisse, Mutterkraut, Passionsblume, Pfefferminze, Raute, Salbei, Steinklee, Ziest
Schwermetallvergiftung	Holmes 1989	Gelenkschmerzen, Müdig- keit, rezidivierende Kopf- schmerzen, geschwollene Drüsen, Rheuma, Arthritis, Lymphadenitis	Birke, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Eisenkraut, Gundermann, Brennnessel, Rotklee, Ingwer
Fördert den Harnfluss	Holmes 1989	Ödeme, Gicht	Löwenzahn, Brennnessel, Odermennig, Holunder, Fenchel, Goldrute, Schachtelhalm, Quecke, Liebstöckel, Mädesüß, Birke, Schafgarbe, Pestwurz
Klärt toxische Hitze auf Qi-Ebene	Holmes 1989	Fieber, Fieberkrämpfe, Erschöpfung durch Hitze, Laryngitis, Mastitis, Otitis, Paradontitis, Konjunktivitis, Keratitis	Mädesüß, Vogelmiere, Rotklee, Klettenlabkraut, Ringelblume
Stimuliert das Immunsystem	Holmes 1989	Leukopenie, bakterielle und virale Infektionen (inkl. Herpes simplex, HIV)	Eibisch, Löwenzahn, Alant, Süßholz, Johanniskraut, Hopfen, Melisse
Stillt Blutung	Holmes 1989	Hämorrhagie im Allgemeinen, Menorrhagie	Schachtelhalm, Schafgarbe, Mädesüß, Hirtentäschel, Beifuß (geröstet), Zimt, Brennnessel (Uterus), Ziest, Herzgespann, Beinwell, Melisse, Vogelknöterich, Johan- niskraut, Taubnessel, Linde, Ringelblume, Frauenmantel, Odermennig, Hopfen
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Wunden aller Art, wunde Brustwarzen	Sonnenhut, Beinwell, Klettenlab- kraut, Odermennig, Schöllkraut (lokal), Frauenmantel, Ringelblume, Lavendel (Verbrennungen), Rose, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Johanniskraut, Hirtentäschel, Vogelmiere, Schafgarbe, Thuja, Spitzwegerich
Senkt den Blutzuckerspiegel	Holmes 1989	Hyperglykämie	Luzerne, Zimt, Brennnessel, Brombeere, Löwenzahn, Odermennig

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempen u. Fischer 2001)

Xia Ku Cao, *Prunella vulgaris*

Wirkung: Hitze kühlend, Glut ausleitend, Zu-
sammenballung lösend, Stauungen zerstreud,
Augen und Kopf klärend, Schleim kanalisierend

1.5.19 Gundermann

Lat.: *Glechoma hederacea*, engl.: ground ivy

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: *Herb.Glechomae*

Historie

Der Gundermann (■ Abb. 1.19) ist eine Pflanze, die mit viel Aberglauben verbunden war. Ihr Gebrauch sollte sogar hellseherisch machen. Erwähnen möchte ich eine Geschichte, in der die Neugierde in Bezug auf die Frage, wer die Hexen des Dorfes sind, schlimme Folgen hatte: Ein Dienstmädchen hörte, dass eine Frau eine Hexe wäre. Um die Wahrheit zu erfahren, band sie sich einen Gundermannkranz um den Kopf und ging so in die Kirche. Als Erste war sie wieder draußen und sah, wie ihre Herrin und andere Frauen des Dorfes auf Besen und Ofengabeln aus der Kirche geritten kamen. Doch sobald die Hexen den Gundermannkranz auf dem Kopf des Mädchens bemerkten, fielen sie darüber her und zerschlugen es so, dass es folgenden Tag starb (sächsische Sage; Marzell 2002, S. 196 f).

Auch galten die Kräuter, die in unmittelbarer Nähe des Hauses wachsen, als „Verkörperung der guten Haus- und Hofgeister“. Der Gundermann schützt als „hilfreiches Pflanzen-Heinzelmännchen“ vor allen schlechten Einflüssen und zehrenden Krankheiten (Fischer-Rizzi 2002). Als eine der Pflanzen, die als letzte (vor dem Schnee) verschwinden und als erste (nach dem Schnee) wieder erscheinen, war er eine wichtige Zutat der wieder in Mode kommenden „Gründonnerstagsuppe“, einer Kultspeise, die aus verschiedenen zu dieser Zeit bereits wachsenden Kräutern zubereitet wurde (oft wurden magische Zahlen als Richtwert für die Anzahl der zu verwendenden Kräuter gebracht, z. B. die 9 bei der „Neunkräutersuppe“). Hildegard von Bingen schrieb über die Kraft des Grünen: „Es ist eine Kraft aus der Ewigkeit und diese Kraft ist grün“. Dabei geht es um Vertrauen, Hoffnung und die sich immer wieder erneuernden Prozesse des Lebens (Fischer-Rizzi 2002).



■ Abb. 1.19 Gundermann, *Glechoma hederacea*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Durch die tonisierende, harntreibende und anti-katarrhalische Wirkung kommt der Gundermann zum Einsatz bei: Erkrankungen der Schleimhäute von Ohr, Nase, Hals und Verdauungssystem. Es ist eine Pflanze, die sich vor allem auch für die Behandlung von Kindern eignet (bei anhaltendem Katarrh und chronischen Zuständen wie Mittelohr- oder Nebenhöhlenentzündung). Weitere Einsatzmöglichkeiten: Magenschleimhautentzündung, Sodbrennen, Durchfall, Austrocknen von wässrigen, schleimigen Sekreten, Skorbutprophylaxe und Nierenbeschwerden (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.57 und ■ Tab. 1.58)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 1.57** Wirkqualität und Tropismus des Gundermanns

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010	Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken	Holmes 1989	Niere	Holmes 1989
Neutral	Ross 2010	Dickdarm	Ploberger 2011
Warm	Ploberger 2011		

■ **Tab. 1.58** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Gundermanns

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim- Feuchtigkeit, Lungen-Schleim-Hitze	Holmes 1989; Ross; Ploberger 2011	Bronchitis, Asthma, Husten, nasopharyngeale Katarrhe	Königskerze, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Huflattich, Augentrost, Brennnessel
Feuchte Kälte im Kopf	Holmes 1989	Rhinitis, Sinusitis, Otitis mit viel Schleim	Thymian, Salbei, Holunder, Augentrost, Pfefferminze
Tonisiert das LungenQi	Ploberger 2011	Dyspnoe	Thymian, Alant, Rosmarin, Anis, Schafgarbe, Engelwurz, Sonnenhut, Süßholz, Thuja, Basilikum, Huflattich, Pestwurz, Ysop
Feuchtigkeit im unteren Erwärmer	Ploberger 2011	Leukorrhoe, chroni- sche Zystitis, Reizblase, Müdigkeit, Schweregefühl, Nephrolithiasis, Hämaturie	Schachtelhalm, Thymian, Quecke, Gänsefingerkraut, Himbeerblätter, Spitzwegerich, Königskerze, Thuja, Alant, Schafgarbe, Eibisch, Enzian, Engelwurz (wärmt), Petersilie, Hirtentäschel, Rosmarin, Liebstöckel, Zimt, Goldrute, Brennnessel, Brombeere, große Klette, Ruprechtskraut, Lavendel, Taubnessel, Ringelblume, Salbei, Löwenzahn, Birke, Frauenmantel u. a.
Klärt Hitze	Ross 2010	Rötung, Schwellung, katarrhale Taubheit, Obstipation	Sonnenhut, Birke, Klettenlabkraut, Mutterkraut, Augentrost, Salbei, Thuja, Braunelle u. a.
Stärkt die Augen	Ross 2010	Wundheit, Jucken, Schmerzen in den Augen	Augentrost (äußerlich), Spitzwegerich (klärt)



■ Abb. 1.20 Thuja, *Thuja occidentalis*

1.5.20 Thuja/Lebensbaum

Lat.: *Thuja occidentalis*, engl.: *arbor vitae*

Verwendeter Teil: die Triebspitzen

Rezeptierform: Herb.*Thujae*

Historie

In der griechischen Medizin der Antike wurde Thuja (■ Abb. 1.20) schon vor 2000 Jahren verwendet (Holmes 1989). In Nordamerika wurde die Pflanze von Indianerstämmen zur Behandlung von Fieber, Kopfschmerzen, Husten, geschwollenen Händen und rheumatischen Beschwerden gebraucht. Auch wurde damit geräuchert, um böse Geister zu vertreiben. Im 19. Jahrhundert hat man sie verwendet zur Behandlung von Gebärmutterhalskrebs. Ebenfalls galt sie lange als Mittel, um die Nebenwirkungen der Pockenimpfung zu lindern (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Durch die nachgewiesene antivirale Wirkung findet Thuja Verwendung in der Behandlung von Warzen, Polypen und als Adjuvans in der alternativen Therapie von Gebärmutterhalskrebs. Weitere Anwendungsmöglichkeiten: akute Bronchitis und andere Atemwegsinfekte, als Emmenagogum, bei Zystitis, kindlicher Enuresis, äußerlich bei schmerzenden Gelenken und Muskeln (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 1.59 und ■ Tab. 1.60)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 1.59 Wirkqualität und Tropismus der Thuja

Wirkung	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Blase, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Aromatisch, warm	Ross 2010	Gebärmutter, Herz	Ross 2010; Ploberger 2011
Adstringierend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Genitalien, Haut, Schleimhaut, Flüssigkeiten, Niere, Leber, Milz, DaiMai	Holmes 1989
Trocken, restorierend, auflösend, bewegend	Holmes 1989		

■ **Tab. 1.60** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Thuja

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem, NierenQi-Mangel	Holmes 1989	Leukorrhoe, Gonorrhoe, Spermatorrhoe, Urethritis, Müdigkeit	Thymian, Salbei, Schachtelhalm, Alant, Fenchel, Schafgarbe, Engelwurz, Rosmarin, Liebstöckel, Taubnessel
Feuchte Kälte im Kopf	Holmes 1989	Chronische/atopische Rhinitis mit Ausfluss und Schmerz	Thymian, Salbei, Holunder, Augentrost, Pfefferminze, Gundermann
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit	Holmes 1989; Ross 2010	Bronchitis, v. a. chronisch, Diphtherie, Krupp	Dost, Huflattich, Raute, Brennnessel, Königskerze, Ziest, Alant, Fenchel, Schlüsselblume, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Ysop, Mädesüß, Spitzwegerich, Gundermann, Pestwurz
Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Inkontinenz, Enuresis, neurogene atonische Blase, Prostatitis, Hydrozele	Ackerveilchen, Himbeerblätter, Schachtelhalm, Schafgarbe, Fenchel, Engelwurz, große Klette, Taubnessel
Hebt das aufrechte Qi	Holmes 1989	Rektum-Darm-Uterus-Vaginalprolaps	Walnuss, Gänsefingerkraut, große Klette, Himbeerblätter
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Zystitis, Dysurie, Balanitis mit Polyurie	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Holunder, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich u. a.
Löst Ansammlungen und Tumore	Holmes 1989	Zysten, Myome, Hydrozele, Polypen, Lymphome, Narbengewebe, Tumore v. a. von Haut, Mukosa, gut- und bösartig, Warzen	Walnuss, Schachtelhalm, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Mistel, Ringelblume, Schöllkraut, Klettenlabkraut
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Wunden auch gangränös, Fissuren, Ulzerationen	Beinwell, Johanniskraut, Rotklee, Schafgarbe, Braunelle, Rose, Salomonsiegel
Tonisiert das WeiQi, klärt pathogenen Restfaktor	Ross 2010; Ploberger 2011	Rezidivierende Infekte des oberen Respirationstraktes, rezidivierende virale Infekte, Mononukleose, rezidivierende Zystitis, Urethritis, Prostatitis	Thymian, Schafgarbe, Sonnenhut
Tonisiert und bewegt das LungenQi	Ross 2010		Thymian, Anis, Engelwurz, Alant, Ysop
Tonisiert das HerzQi, beruhigt den Geist	Ross 2010; Ploberger 2011	Bronchitis mit Herzschwäche	Baldrian, Herzgespann, Thymian, Weißdorn
Klärt Hitzetoxin	Ross 2010; Ploberger 2011	Lymphadenitis	Walnuss, Steinklee, große Klette, Borretsch, Löwenzahn, Frauenmantel, Salbei, Klettenlabkraut, Sonnenhut

■ Tab. 1.60 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt Feuchtigkeit und Schleim	Ross 2010; Ploberger 2011	Schleim im Hals, Übergewicht	Thymian, Huflattich, Anis, Himbeerblätter, Dost, Gundermann, Mutterkraut, Schafgarbe, Mädesüß u. a.
Reguliert den Uterus	Ross 2010	Amenorrhoe, Infertilität, Menorrhagie	Beifuß, Raute, Salbei, Thymian
Wirkt Blutstase entgegen	Ploberger 2011	Rheuma, Arthritis	Rosmarin, Rotklee, Mistel, Klettenlabkraut, Schöllkraut u. a.
Wirkt Bluthitze entgegen	Ploberger 2011		Ackerveilchen, Ringelblume, Linde, Taubnessel, Rose, Lungenkraut

! Als mittelstark wirkendes Kraut sollte Thuja immer eingebunden sein in eine Formel und nicht isoliert über längere Zeit angewendet werden. Aufgrund der uterusstimulierenden Wirkung und der Neurotoxizität seines ätherischen Öls Thujon ist es bei Schwangeren, Säuglingen und Kleinkindern kontraindiziert (Holmes 1989).

Meiner Erfahrung nach weigern sich einige Apotheken, Thuja in die Rezepturen zu geben. Ich halte es jedoch vor allem in der Kombination mit Schafgarbe und Thymian, eingebettet in eine Rezeptur, für äußerst wirksam bei pathogenem Restfaktor und Schleim in jeglicher Hinsicht (Ross 2010). Seit vielen Jahren ist es Bestandteil meiner Rezepturen. Verweisen möchte ich an dieser Stelle noch auf die außerordentlich ausführliche Recherche über Thuja von Jeremy Ross in dem Standartwerk „Combining Western Herbs and Chinese Medicine“ (Ross 2003b).

1.6 Patientenfallbeschreibungen

1.6.1 Fall 28

Die 50-jährige Patientin stellt sich im Januar 2015 mit folgenden Beschwerden in der Praxis vor: „Das Wichtigste ist dieser beschauerte Husten, ich huste seit fast drei Monaten durch.“ Weiterhin besteht eine Refluxkrankheit, die ganze Speiseröhre ist entzündet. Im Hintergrund ist eine „Krebsgeschichte“

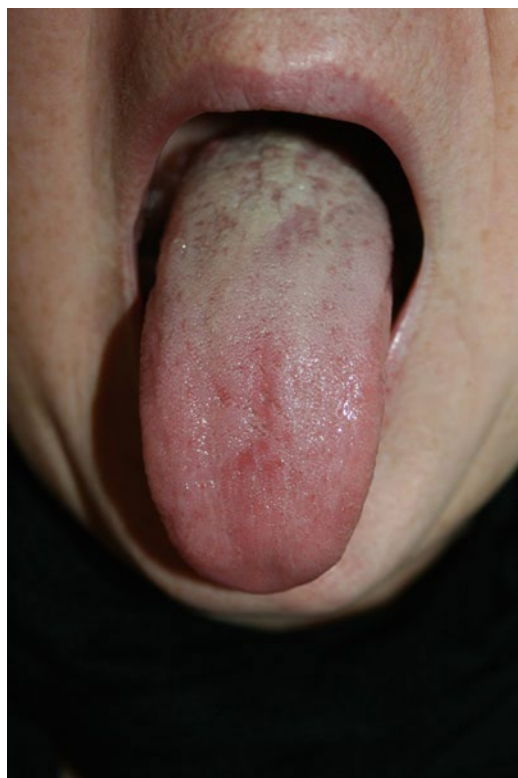
(so die Patientin). Anfang 2011 wurde ein inflammatorisches, östrogenpositives Mammakarzinom der linken Brust diagnostiziert. Nach acht Chemotherapien wurde eine Ablatio durchgeführt, wobei von 14 entnommenen Lymphknoten 2 positiv waren, anschließend 33 Nachbestrahlungen. 2003 war bereits die Gebärmutter wegen Myom entfernt worden. Nachdem die Patientin erfahren hatte, dass sie PCR2-Trägerin ist, ließ sie die rechte Brust sowie Eileiter und Eierstöcke entfernen. Im Rahmen von Narbenkorrekturen und fehlgeschlagenem Brustaufbau kam es zu drei komplikationsträchtigen Operationen (Wundheilungsstörungen, Implantantsfibrose). Seit 2013 ist sie „nur noch krank“.

Zunge Farbe eher rot, langer Zungenkörper, im vorderen Bereich (Lunge/Magen) rötliche Areale, evtl. auch wurzelloser Belag, dicker Belag im hinteren Drittel, links etwas wurzellos, vorderes Drittel ziemlich belaglos (Lunge/Herz), Längsrisse im Lungenareal (■ Abb. 1.21), Unterzungenvenen dick gestaut

Puls Schnell!, Lunge schnell und oberflächlich, Herz leer, Leber schnell, Milz leer, Niere links sehr schlüpfriig, Niere rechts nicht tastbar

Insgesamt macht die Patientin einen entmutigten, frustrierten, hoffnungslosen Eindruck und hat den Kontakt und das Vertrauen in den Körper und das Leben verloren.

Diagnose Schleim, Qi- und Blutstase im Thorax, LungenQi-Schwäche, Hitze und Yin-Mangel in der



■ Abb. 1.21 Zunge Fall 28-1

Lunge, Leber attackiert den Magen (Speiseröhre), MilzQi-Schwäche, NierenYang-Mangel

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 1.61 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und fein vermahlen in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin 5 Stück/Tag einnimmt, das entspricht einer Dosis von 1 g. Elf Tage später, nach zwei Akupunkturbehandlungen, hat sie die antidepressive Medikation abgesetzt, seit vielen Jahren wurden Antidepressiva verordnet, zuletzt Valdoxan, was aber nicht zu einer Verbesserung ihres Zustandes geführt hat. Hier möchte ich anmerken, dass ich die Patienten nicht darauf anspreche, die antidepressiven Medikamente abzusetzen, oft erzählen sie es im Nachhinein. Ich würde ansonsten immer darauf hinweisen, dass es notwendig ist, die Medikation unter Aufsicht auszuschleichen. Der Husten hat sich verändert, wird jetzt schleimig. Nach einer weiteren Woche fühlt sie sich, als hätte sich ein Schalter umgelegt. Sie ist sehr aktiv und wirkt auch äußerlich wie verändert. Sie fühlt sich „super“, „habe langsam Vertrauen in mich“ und huste kaum noch.

■ Tab. 1.61 Rezeptur Fall 28

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, beruhigt den Herz-Geist und das HerzFeuer, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das HerzYang, stimuliert das WeiQi
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Yang des mittleren Erwärmer, tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das Herz- und LungenQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, bewegt das Qi von Leber, Magen und Gallenblase, tonisiert das LungenYin, senkt das LungenQi ab
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert die Nierenessenz, tonisiert Leber und Niere, leitet Feuchtigkeit aus, tonisiert das Lungen- und NierenYin
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, bewegt das LungenQi, bewegt das LeberQi
Flos.Primulae	Schlüsselblume	Primula veris	Lindert Entzündung, fördert die Geweberegeneration, bewegt das HerzQi, tonisiert das HerzYin bei nervalem Exzess (bedingt durch aufsteigendes LeberYang), leitet WindHitze aus der Lunge, tonisiert das HerzQi, bewegt das Qi im oberen Erwärmer

■ Tab. 1.61 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, tonisiert und stabilisiert das HerzQi, bewegt das Herz-Blut, kühlt Lungen-Wind-Hitze
Rhiz.Polygonati odor.	Salomonsiegel	Polygonatum odoratum	Tonisiert Yin und Flüssigkeiten v. a. in der Lunge, kühlt LeereHitze des Magens, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Löst Ansammlungen und Tumoren, fördert die Geweberegeneration, tonisiert das WeiQi, tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim, wirkt Blutstase entgegen
Flos.Tiliae	Lindenblüte	Tilia cordata	Kühlt Lungen-Wind-Hitze, reguliert das HerzQi, beruhigt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang
Herb.Hyssopi	Ysop	Hyssopus officinalis	Klärt Lungen-Schleim, bewegt das LungenQi, tonisiert das Yang und das Qi, v. a. das MilzYang, tonisiert das LungenQi, öffnet den Thorax
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das Lungen- und HerzQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, bewegt das LeberQi, tonisiert das NierenYang
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi und tonisiert das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. das LungenQi, reguliert die Milzenergie, tonisiert das HerzQi, tonisiert das NierenYang, senkt das MagenQi ab
Herb.Menthae pul.	Pfefferminze	Mentha pulegium	Bewegt das LungenQi, kühlt die Leber, beruhigt aufsteigendes LeberYang
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das LeberQi, beruhigt das LeberYang, tonisiert das WeiQi, löst Schleim-Feuchtigkeit aus der Lunge, bewegt das MagenQi, reguliert die Milz, transformiert Feuchtigkeit und Schleim, tonisiert das MilzQi und-Yang, bewegt das LungenQi
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Kühlt Lungen-Wind-Hitze, bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das Leber- und MagenQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, bewegt das LungenQi, tonisiert die Nierenessenz, stimuliert das WeiQi
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Qi im Magen, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, vertreibt Kälte aus den Meridianen
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi, tonisiert das HerzYin bei nervösem Exzess, bewegt das LungenQi, bewegt und reguliert das MagenQi, kühlt MagenFeuer, kühlt Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut, Antitumor-Wirkung

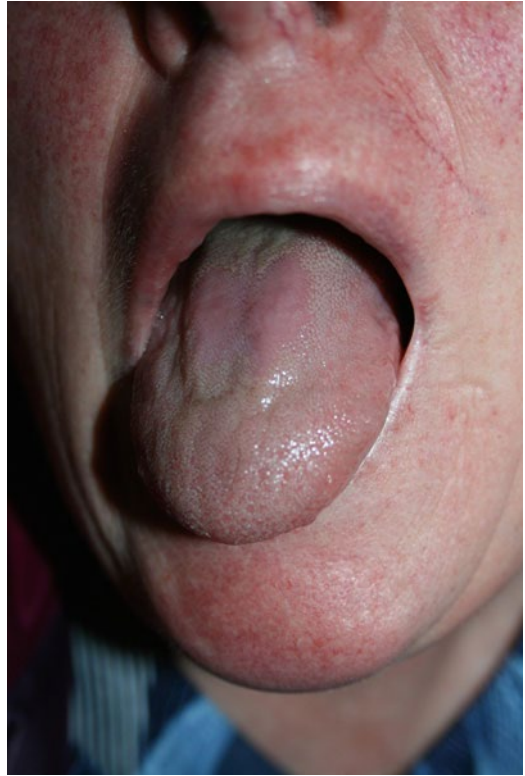


■ Abb. 1.22 Zunge Fall 28-2

Deutlich kann man auch auf der Zunge die Veränderungen erkennen (■ Abb. 1.22). Im weiteren Verlauf kommt es zu einer fieberhaften Erkältung, die sie innerhalb von drei Tagen überstanden hat, indem sie die Kräuterdosierung verdoppelte. Weiterhin geht es ihr auch nach mehreren Monaten „immer noch blendend“. Bis auf Weiteres fährt sie fort mit der Einnahme der Kräuter.

1.6.2 Fall 6

Im Mai 2014 stellt sich die 54-jährige Patientin in der Praxis vor: „Meine Allergie, seit Jahren Probleme mit den Nasennebenhöhlen und allergisch gegen alles Mögliche. Heuer ist es richtig schlimm. Nase macht komplett zu, total verschleimt; auch in den Bronchien, morgens husten bis zum Erbrechen.“



■ Abb. 1.23 Zunge Fall 6-1

Zunge Spitze eingerollt unter die Unterlippe, wird ganz wenig herausgestreckt, geschwollen, bräunlicher Belag, akute Verbrennung (heiße Spaghetti) mit abgelöstem Belag in der Mitte (■ Abb. 1.23), Unterzunge o.B.

Puls Kaum tastbar, kein Leberpuls, Lunge schlüpf-
rig, Milz sehr fein, keine Nierenpulse

Vorgeschichte Zwischen dem 7. und 14. Lebens-
jahr sind die Allergiebeschwerden losgegangen. Mit
22 Jahren dann schwer erkrankt an TBC, Dauer-
husten, starke Gewichtsabnahme, fast 1 Jahr krank,
4 Monate Quarantäne. Immer noch ist eine pflau-
mengroße „Verknöcherung“ in der Lunge.

Diagnose NierenYin-und Yang-Mangel, LeberQi-
Schwäche, HerzBlut-Mangel, Schleim und Qi-Sta-
gnation in der Lunge, MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur ist in ■ Tab. 1.62 zu sehen.

Tab. 1.62 Rezeptur Fall 6

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert das Nieren-und LeberYin, stärkt die NierenEssenz, tonisiert das Blut, v. a. auch das LeberBlut, bewegt das LeberQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das LeberQi, stärkt das HerzYin und -Blut, stärkt das NierenYin, stärkt das MilzQi, bewegt das LungenQi
Herb.Violae tricoloris	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Bewegt das Lungen-und HerzQi, befeuchtet die Lunge, stärkt die Nerven
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Stärkt die NierenEssenz, stärkt Leber und Niere, leitet Feuchtigkeit aus, tonisiert das Lungen-und NierenYin
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das Lungen-und HerzQi, befreit die Lunge von Schleim-Kälte, tonisiert das MilzQi und -Yang, tonisiert das Blut, tonisiert das NierenYang, bewegt das HerzQi und -Yang, löst HerzSchleim, bewegt das LeberQi
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Bewegt das LungenQi, befreit die Lunge von Schleim-Kälte, tonisiert das LungenYang, stärkt das MilzQi und NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi, bewegt das LeberQi
Cort.Cinnamomi	Zimt	Cinnamomum verum	Befreit die Lunge von Wind-Kälte bei Yang-Mangel, stärkt das MilzQi und -Yang, stärkt das NierenYang, löst HerzSchleim, stärkt das HerzYang
Fruct.Anisi	Anis	Pliminella anisum	Stärkt das LungenQi, befreit die Lunge von Schleim-Kälte, tonisiert das MilzQi und Yang, tonisiert das NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi, bewegt das LeberQi
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Befreit die Lunge von Wind-Kälte, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, bewegt das LeberQi, nährt das LeberBlut
Herb.Artemisiae abs.	Wermut	Artemisia absinthum	Verwende ich ähnlich wie Beifuß, hat aber noch eine stärker attackierende Wirkung auf pathogene Faktoren
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Stärkt und bewegt das LungenQi, befreit die Lunge von Nässe-Schleim, pathogener Restfaktor, tonisiert das WeiQi, tonisiert das Milz- und NierenYang, tonisiert das HerzQi
Herb.Satureiae mont.	Bergbohnenkraut	Satureia montana	Tonisiert das NierenYang, bewegt das LungenQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Tonisiert das MilzQi, tonisiert die NierenEssenz, bewegt das HerzQi, tonisiert das HerzBlut, beruhigt den HerzGeist, bewegt das LeberQi
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Bewegt das Lungen-und NierenQi, stärkt das WeiQi, stärkt das MilzQi und -Yang, bewegt das NierenQi, stärkt das HerzBlut, beruhigt den HerzGeist, bewegt das LeberQi, stärkt das LeberBlut

■ Tab. 1.62 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Stärkt das MilzQi, bewegt das NierenQi, bewegt das LeberQi, bewegt und tonisiert das LeberBlut
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Stärkt das LungenQi und senkt es ab, befreit die Lunge von Nässe-Schleim, tonisiert das MilzQi und -Yang, stärkt das HerzQi, bewegt das LeberQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Stärkt das LungenQi, befreit die Lunge von Nässe-Schleim, pathogener Restfaktor, stärkt das WeiQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut, tonisiert und bewegt das NierenQi, tonisiert und bewegt das HerzQi, löst HerzSchleim, bewegt das LeberQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Stärkt und bewegt das LungenQi, befreit die Lunge von Nässe-Schleim, pathogener Restfaktor, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi, stärkt und bewegt das HerzQi, beruhigt den HerzGeist
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Stärkt das LungenQi, befreit die Lunge von Nässe-Schleim
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Stärkt und bewegt das LungenQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, bewegt das HerzQi bei Kälte

Diskussion/Verlauf

Alle Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und gemahlen in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin 5 pro Tag einnimmt, das entspricht einer Tagesdosis von 1 g. Parallel wird sie mit Akupunktur behandelt: Zunächst erhält sie drei Behandlungen im wöchentlichen Abstand, danach 1 pro Monat bzw. im weiteren Verlauf 1 in 6 Wochen. Bereits nach drei Tagen kommt es zu einer „immensen“ Verbesserung, und sie beendet die Einnahme von Antihistaminika. Nach drei Wochen sagt sie: „Es geht mir wie schon lange nicht mehr, ich bin nicht mehr so verschleimt und geschwollen, habe keine Hustenanfälle mehr. Mein Mann sagt, ich bin so gut drauf wie lange nicht mehr.“

Drei Monate später ist ihr Zustand weiterhin stabil, auch am Zungenbefund (■ Abb. 1.24) zeigt sich die Verbesserung. Ein Jahr später, bei konstanter Einnahme der Kräuter, nach einer Dosis von 200 Kapseln, erfolgt jeweils eine mindestens zweiwöchige Pause, und Akupunkturbehandlungen im 6-wöchigen Rhythmus, sagt die Patientin: „Es geht mir mindestens 70 % besser, kein Vergleich zu den vorigen Jahren, vor allem das Verschleimte ist weg.“



■ Abb. 1.24 Zunge Fall 6-2

■ Tab. 1.63 Rezeptur Husten 1

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Lindert Entzündung, bewegt das LungenQi, tonisiert Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das LungenYin, Lungen-Hitze-Trockenheit, tonisiert das Blut
Rhiz.Polygonati odor.	Salomonsiegel	Polygonatum odoratum	Tonisiert Yin und Flüssigkeiten v. a. in der Lunge, Lungen-Trockenheit, LeereHitze des Magens, tonisiert das Milz- und HerzQi
Fol.Tussilaginis	Huflattich	Tussilago farfara	Tonisiert das LungenQi, LungenYin-Mangel, Lungen-Schleim-Stagnation
Flos.Verbaschi	Königskerze	Verbascum thapsiforme	Lungen-Hitze-Trockenheit, tonisiert das LungenYin, bewegt Schleim in der Lunge, bewegt das LungenQi, beruhigt mild den Geist
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Nährt das Yin und befeuchtet Trockenheit, Trockenheit und Yin-Mangel in der Lunge, kühlt MangelHitze in der Lunge, Schleim-Stagnation in der Lunge, tonisiert das MagenYin, beruhigt den Geist
Rhiz.Glyzyrrhizae	Süßholz	Glyzyrrhiza glabra	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, Lungen-Hitze-Trockenheit, Lungen-Schleim-Trockenheit, tonisiert und stabilisiert das HerzQi
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, LungenYin-Mangel-Trockenheit, Lungen-MangelHitze, Lungen-Schleim-Trockenheit, tonisiert das Magen- und HerzYin, tonisiert das Blut, tonisiert das MilzQi
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Bewegt das LungenQi, Trockenheit in der Lunge, bewegt das HerzQi, tonisiert die Nerven
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Lungen-Schleim-Hitze, Lungen-Hitze-Trockenheit

1.6.3 Drei verschiedene Muster von Husten

Im Folgenden möchte ich darstellen, welche Möglichkeiten uns die Einteilung in die Chinesische Musterdiagnostik bietet, um individuelle Rezepturen für das gleiche Symptom, hier: Husten, bei unterschiedlicher Konstitution anzubieten.

Beim ersten Fall handelt es sich um eine 47-jährige Patientin, die an MilzQi-Mangel, BlutMangel (vor allem) des Herzens und der Leber sowie an diskreter Yin-Schwäche leidet. Weiterhin bestehen extreme Stress-Trennungs-Situationen. Sie hat einen sehr trockenen Husten, insbesondere in den Abendstunden kommt es zu unangenehmer Trockenheit in Mund und Hals, Reizhusten mit wenig Auswurf. Nachtschweiß über dem Brustbein, Schwäche,

leichte Atemnot, Schlafprobleme mit Aufwachen in den frühen Morgenstunden.

Zunge Blass, wenig Belag, leichte Zahneindrücke, kleine Stelle wurzelloser Belag im hinteren Drittel, rote Punkte, Delle und Kerben im Lungenareal

Diagnose LungenQi-Stagnation, Lungen-Trockenheit, Yin-Mangel, HerzBlut-Mangel, MilzQi-Schwäche, HerzQi-Stagnation, Blut- und Flüssigkeitsmangel

Die Rezeptur ist in ■ Tab. 1.63 zu sehen.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter wurden zu gleichen Teilen (je 10 g) verordnet. Die Patientin hat 1 l pro Tag von diesem Tee getrunken, in der Dosierung 2 Essl/500 ml. Es ist

wichtig, dass wir uns persönlich ein Bild machen, was das, was wir machen, bei den PatientInnen bewirkt. So handelt es sich bei dieser Patientin um mich selbst. Ich war begeistert von der Wirkung dieser Rezeptur. Schon bei der ersten Tasse Tee spürte ich die befeuchtende, einhüllende Wirkung. Die Besserung des Hustens setzte unmittelbar ein. Nach einer Woche waren keine Beschwerden mehr vorhanden. Ich empfehle jedoch immer, die Teemischung aufzubrauchen, noch 1–2 Wochen weiterzubehandeln, auch nachdem die Beschwerden abgeklungen sind.

Beim zweiten Fall handelt es sich um einen 70-jährigen Patienten, der ursprünglich wegen Speiseröhrenbrennen, Nahrungsmittelunverträglichkeit und Makuladegeneration in die Praxis kam (MagenQi-Mangel, MagenQi-Stagnation, MilzQi- und LeberBlut-Mangel, NierenYin-Schwäche). Jetzt meldet er sich akut, weil er sich nach einem Infekt in der Lunge vor ca. 3 Wochen immer noch nicht erholt hat. Auch klagt er über eine Reizblase.

Diagnose LungenYin-Mangel, LungenQi-Stagnation, WeiQi-Schwäche, Feuchtigkeit im unteren Erwärmer, MilzQi-Schwäche mit Schleim, NierenYin-Schwäche, LeberBlut-Mangel

Die Rezeptur ist in ■ Tab. 1.64 ersichtlich.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen als Tee (je 10 g) verordnet, davon trinkt der Patient ½–1 l pro Tag. Seine Frau unterstützte die Rezeptur noch durch Passionsblume, und es kam innerhalb von zwei Wochen zu einer kompletten Rückbildung seiner Beschwerden. Die körperliche Fitness ist „wieder voll da“.

Beim dritten Fall handelt es sich um eine 42-jährige Patientin, die vor allem wegen extremem Schwitzen in die Praxis kam (NierenYang-Schwäche, MilzQi-Schwäche mit Schleim, LeberBlutmangel, LungenQi-Schwäche). Im Verlauf kommt es zu einer starken Erkältung mit ganz viel Schleim, der aber leicht abzu husten ist und sich gut löst.

Diagnose Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge, Yang-Mangel von Niere, Milz und Lunge

Die Rezeptur ist in ■ Tab. 1.65 ersichtlich.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Davon trinkt die Patientin ½–1 l bei einer Dosierung von 2 Essl./500 ml. Sie berichtet, dass, nachdem sie angefangen hat, den Tee zu trinken, „der Schleim, ganz schnell weg war“.

■ Tab. 1.64 Rezeptur Husten 2

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Milz-, Lungen- und HerzQi und das Qi im Allgemeinen, Schleim/Kälte/Feuchtigkeit in der Lunge, tonisiert das LungenYin, senkt das LungenQi ab
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, Lungen-Yin-Mangel-Trockenheit, tonisiert das Qi in Milz und Magen
Flos.Verbascoi	Königskerze	Verbascum thapsiforme	Lungen-Hitze-Trockenheit, tonisiert das LungenYin, bewegt Schleim in der Lunge, bewegt das LungenQi, beruhigt mild den Geist
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Bewegt Lungen- und HerzQi, tonisiert die Nerven, Trockenheit in der Lunge
Rhiz.Polygonati odor.	Salomonsiegel	Polygonatum odoratum	Tonisiert Yin und Flüssigkeiten v. a. in der Lunge, tonisiert das Milz- und HerzQi
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Bewegt das LungenQi, tonisiert Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das LungenYin, Lungen-Hitze-Trockenheit

■ Tab. 1.64 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst Schleim und leitet ihn aus, bewegt das HerzQi, tonisiert das WeiQi, Lungen-Schleim, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das WeiQi, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi und beruhigt den Geist, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Transformiert Schleim und lindert Husten, bewegt das LungenQi und senkt es ab, stärkt das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen und das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie, beruhigt den HerzGeist und tonisiert das HerzQi
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgare	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, stimuliert das WeiQi tonisiert und reguliert das Qi von Milz und Magen, stärkt die Augen
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, klärt Hitze im ShaoYang
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Lungen-Hitze-Trockenheit
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das MilzQi
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Pathogener Restfaktor
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Klärt Lungen-Schleim

■ Tab. 1.65 Rezeptur Husten 3

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Yang des mittleren Erwärmers, löst Schleim-Kälte-Feuchtigkeit in der Lunge
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Löst Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge, klärt Lungen-Schleim, klärt pathogenen Restfaktor Feuchtigkeit/Schleim
Herb.Oregani	Dost	Oreganum vulgare	Lungen-Schleim-Kälte
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgare	Stärkt und bewegt das NierenQi, wärmt den mittleren Erwärmer, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, Lungen-Schleim-Kälte, stimuliert das WeiQi, leitet feuchte Kälte aus
Herb.Basilici	Basilikum	Herb.Basilici	Lungen-Schleim-Kälte, Lungen-und NierenYang-Mangel, tonisiert das LungenQi, tonisiert das MilzYang, klärt feuchte Kälte im respiratorischen System
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Wärmt die Mitte, MilzYang-Mangel, Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert das LungenQi und -Yang, transformiert Feuchtigkeit und Schleim, stimuliert das Immunsystem

■ **Tab. 1.65** (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Lungen-Schleim-Kälte, Milz- und NierenYang-Mangel, stimuliert das Immunsystem
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das WeiQi, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das LungenQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das LungenQi
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das LungenQi, Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert MilzQi und -Yang, NierenYang-Mangel
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das Lungen- und NierenYang, tonisiert und bewegt das MilzQi, Lungen-Schleim-Kälte
Herb.Hyperici	Johanniskraut	Hypericum perforatum	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit
Fruct.Carvi	Kümmel	Carum carvi	Lungen-Schleim-Kälte
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Tanacetum parthenium	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das MilzQi und -Yang
Rad.Petasites	Pestwurz	Petasites hybridus	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, tonisiert das LungenQi, leitet Stagnation in Form von Feuchtigkeit aus
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Tonisiert das MilzQi und -Yang, tonisiert das WeiQi, reguliert Öffnen und Schließen der Poren, Feuchtigkeit in der Lunge
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Lungen-Schleim-Kälte, transformiert Schleim, bewegt das LungenQi, stärkt das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie
Herb.Hyssopi	Ysop	Hyssopus officinalis	Klärt Lungen-Schleim-Kälte, bewegt das LungenQi, tonisiert das Yang, v. a. das MilzYang, tonisiert das LungenQi, öffnet den Thorax
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, bewegt das LungenQi
Cort.Cinnamomi	Zimt	Cinnamomum verum	Tonisiert das Milz- und NierenYang, trocknet Nässe, unterstützt den Aufbau von Qi und Blut

Literatur

- Beliveau R, Gingras D (2007) Krebszellen mögen keine Himbeeren. Kösel, München
- Chevallier A (2000) Die Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV, München
- Fischer-Rizzi S (2002) Medizin der Erde. Heyne, München
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hammer L (2000) Psychologie und Chinesische Medizin. Joy, Oy-Mittelberg
- Hempfen C-H, Fischer T (2001) Leitfaden Chinesische Phytotherapie. Urban & Fischer, München
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin. VGM, Kötzing
- Maciocia G (2009) The Psyche in Chinese Medicine. Churchill Livingstone Elsevier, Edinburgh
- Maciocia G (2015) Infektionen der oberen und unteren Atemwege. Praxisworkshop 29.3.2015, München
- Marzell H (2002) Geschichte und Volkskunde der deutschen Heilpflanzen. Reichl, St.Goar
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild, Augsburg
- Ploberger F (2011) Das große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA, Schmiedlberg
- Rätsch C (1998) Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechenland und Rom. Diederichs, München
- Ramakers F (2003) TCM & Westliche Kräuter. Praxisworkshop, Weissensee/Österreich
- Ross J (2000) Akupunkturkombinationen. MLV, Uelzen
- Ross J (2003a) ZangFu. MLV, Uelzen
- Ross J (2003b) Combining Western Herbs and Chinese Medicine. Greenfield Press, Seattle
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM, Bad Kötzing
- Scherf G (2003) Zauberpflanzen Hexenkräuter. BLV, München
- Scott J, Barlow T (2006) Kräutertherapie bei Kindern. Urban & Fischer, München
- Stadelmann I (2001) Bewährte Aromamischungen. Stadelmann, Ermengerst
- Storl W-D (1996) Heilkräuter und Zauberpflanzen zwischen Haustür und Gartentor. AT, Aarau
- Storl W-D (2005) Mit Pflanzen verbunden. Kosmos, Stuttgart
- Treben M (1987) Heilkräuter aus dem Garten Gottes. Bertelsmann, Gütersloh
- Wood M (2012) Die Weisheit der Pflanzen. AT, Aarau

Funktionskreis Milz/Magen

Birgit Baur-Müller

- 2.1 Die Funktion der Milz – 83**
- 2.2 Die Funktion des Magens – 83**
- 2.3 Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Erde – 84**
- 2.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Erde – 85**
 - 2.4.1 MilzQi-Mangel – 86
 - 2.4.2 MilzYang-Mangel – 87
 - 2.4.3 Absinkendes MilzQi – 88
 - 2.4.4 Nässe-Kälte befällt die Milz – 88
 - 2.4.5 Milz kontrolliert das Blut nicht – 88
 - 2.4.6 Bluttonika – 90
 - 2.4.7 MagenQi-Mangel – 90
 - 2.4.8 MagenQi rebelliert aufwärts – 91
 - 2.4.9 MagenQi-Stagnation – 91
 - 2.4.10 MagenFeuer – 93
 - 2.4.11 Kälte befällt den Magen – 93
 - 2.4.12 Magen-Trockenheit, Yin-Mangel – 94
 - 2.4.13 Harmonisiert den Magen – 94
 - 2.4.14 Feuchte Hitze im Magen – 94
 - 2.4.15 Toxische Hitze im Magen – 95
 - 2.4.16 Nahrungsmittelstagnation – 95
- 2.5 Pflanzenporträts – 95**
 - 2.5.1 Alant – 95
 - 2.5.2 Schafgarbe – 98
 - 2.5.3 Fenchel – 102
 - 2.5.4 Steinklee – 104
 - 2.5.5 Eibisch – 107
 - 2.5.6 Mädesüß – 109

- 2.5.7 Süßholz – 112
- 2.5.8 Pomeranze/Bitterorange – 115
- 2.5.9 Kamille – 117
- 2.5.10 Vogelmiere – 121
- 2.5.11 Luzerne/Alfalfa – 123
- 2.5.12 Enzian, gelber – 126
- 2.5.13 Engelwurz, Erzengeiwurz – 128
- 2.5.14 Petersilie – 131
- 2.5.15 Tausendgüldenkraut – 134
- 2.5.16 Ingwer – 136
- 2.5.17 Hirtentäschel – 139

2.6 Patientenfälle – 142

- 2.6.1 Fall 68 – 142
- 2.6.2 Fall 37 – 144
- 2.6.3 Fall 141 – 145

Literatur – 149

2.1 Die Funktion der Milz

■ Die Milz sorgt für Umwandlung und Transport

Unter dem Einfluss des MilzQi werden die Verdauungsprodukte in reine und unreine Anteile getrennt. Die unreinen Anteile werden zu Dünndarm, Dickdarm und Blase transportiert, wo sie entweder wieder aufgenommen oder ausgeschieden werden. Die reinen Anteile steigen auf zur Lunge, wo sie in Qi, Blut und Körperflüssigkeiten *JinYe* umgewandelt werden (Ross 2003). Sind Umwandlung und Transport durch MilzQi-Leere gestört, kann es zu Mangel an Qi und Blut im Körper kommen. Die Körperflüssigkeiten reichern sich an, und es kommt zu Stagnation in Form von Feuchtigkeit und Schleim (ebd.).

In diesem Zusammenhang lohnt sich ein kleiner Ausflug in die Ernährungslehre. Was meint die Chinesischen Medizin z. B. mit reinen und unreinen Anteilen? Wie verhält sich dazu unsere moderne, industrialisierte, mit Zusatzstoffen, Farbstoffen und Konservierungsmitteln usw. angereicherte Nahrung? Inwiefern trägt diese Ernährung dazu bei, dass das MilzQi sich erschöpft bzw. bei Kindern sich nicht richtig entwickeln und stabilisieren kann? Ich möchte es der Leserin/dem Leser überlassen, sich mit diesen Fragen im Hinblick auf unsere Patienten und uns selbst auseinanderzusetzen, und darauf aufmerksam machen, welche Bedeutung die Ernährung für die Regeneration und Stärkung des MilzQi hat.

■ Die Milz versorgt Muskeln und Glieder

Wenn die Muskeln ausreichend mit Qi, Blut und Körperflüssigkeiten versorgt werden, sind sie warm, kräftig und fest und verfügen über ausreichend Energie, um den Körper zu bewegen. Wenn das MilzQi schwach ist, gelangt nicht genug Nahrung an die Muskeln, und sie verkümmern oder atrophieren. Die Extremitäten werden schwach, und der Mensch verliert die Lust, sich zu bewegen (Ross 2003).

■ Die Milz herrscht über das Blut

Die Milz produziert das Blut und hält es in den Gefäßen. Bei MilzQi- und Yang-Leere kommt es deshalb zu Blutungen wie z. B. Petechien oder Metorrhagie (Ross 2003).

■ Die Milz hält die Organe

Das MilzQi steigt aufwärts, das Yang hat eine zusätzlich hebende Funktion, sodass es bei Mangel zu Organprolaps kommen kann, z. B. Gebärmutterensenkung oder Analprolaps (Ross 2003).

■ Die Milz öffnet sich im Mund und manifestiert sich in den Lippen

Die Wahrnehmung der fünf Geschmäcker wird ermöglicht durch das MilzQi, ebenso hängen Farbe und Feuchtigkeit der Lippen vom MilzQi ab. Bei MilzQi-Mangel geht der Geschmack verloren, und die Lippen werden trocken, dünn, blass und spröde.

■ Die Milz regiert Umwandlung und Transport der Körperflüssigkeiten

Dadurch dass die Körperflüssigkeiten bei MilzQi-Leere nicht richtig umgewandelt werden und auch die weiterleitende Funktion gestört ist, entsteht Feuchtigkeit – es kommt zu Ödemen. Weiterhin stagnieren die trüben Flüssigkeiten, und es entsteht Schleim (Ross 2003). Schleim ist ein sekundäres Pathogen und kann überall im Körper vorkommen und unterschiedliche Pathologien erzeugen, z. B. Entstehung von Tumoren oder Blockade des Qi-Flusses in den Meridianen (Gesichtslähmung, Schlaganfall).

2.2 Die Funktion des Magens

Magen und Milz bilden gemeinsam die „Wurzel des Nach-Himmels-Qi“. Darunter versteht man die Erzeugung von Qi und Blut aus der Nahrung, wofür der Organismus nach der Geburt selbst verantwortlich ist. Das „Vor-Himmels-Qi“ wird bei der Empfängnis gebildet (Maciocia 1997). Beide arbeiten für diese Funktion eng zusammen. Manche Experten der Chinesischen Medizin würden den Magen als das wichtigste Organ bezeichnen, man sah in ihm die „Quelle des KörperQi“. Solange das MagenQi stark ist, ist die Prognose gut, auch wenn die Krankheit noch so schwer ist. Li Dong-Yuan (1180–1251, „Abhandlung über Milz und Magen“) war ein bedeutender Vertreter der Schule, bei der das „Bewahren des MagenQi“ als wichtigste Therapiemethode galt (Maciocia 1997, S. 120).

■ Der Magen kontrolliert das Reifen der Nahrung und den Transport der Nahrungssensenzen und ist Ursprung der Flüssigkeiten

Wie in einem „brodelnden Kessel“ (Maciocia 1997) wird die Nahrung vorbereitet, damit die Milz weiter auftrennen und transportieren kann. Für diesen Fermentierungsprozess benötigt der Magen Energie, deshalb ist es wichtig, dass die Nahrung warm ist, damit der Magen nicht noch zusätzlich Energie verbrauchen muss, um den Nahrungsbrei aufzuwärmen. Gemeinsam mit der Milz werden die Nahrungssensenzen überall im Körper „ausgeliefert“ – kommt es zu einem Mangel, ist der Mensch müde und schwach. Die Funktion des Magens kann man am Zungenbelag „ablesen“. Ein dünner, weißer Belag gibt den Hinweis über eine gute Funktion des Magens (Maciocia 1997). Der Magen bildet die erste Instanz bei der Bildung der Körperflüssigkeiten, im Gegensatz zur Milz, die es trocken mag, braucht er ein feuchtes Milieu.

■ Das MagenQi steigt ab

Im Gegensatz zum MilzQi, welches aufsteigt, hat das MagenQi eine physiologische Abwärtsbewegung. Die absteigende Funktion ist unerlässlich für eine gute Verdauungsfunktion, für das Weiterleiten der Nahrung. Wenn das LeberQi frei fließt, unterstützt es das MagenQi dabei, abzusteigen. Ist das LeberQi gestaut, kommt es zu Disharmonie des Qi-Flusses im mittleren Erwärmer, und es können Symptome auftreten wie Völlegefühl, saurer Reflux, Aufstoßen, lautes Rülpsen, Schluckauf, Übelkeit und Erbrechen (Maciocia 1997). Natürlich kann es auch zu einer Stagnation des MagenQi kommen, wenn dieses zu schwach ist. Der Unterschied liegt im klinischen Bild. So gibt es bei LeberQi-Stagnation einen drahtigen Puls, die Zunge hat eingekerbte, gerötete (bei zusätzlicher Hitzeentwicklung) Ränder. Ist das MagenQi schwach, ist der Puls an der mittleren rechten Position geschwächt und es besteht evtl. ein Magenriss auf der Zunge.

2.3 Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Erde

■ Die Eigenschaften der Erde

Ross fasst die Eigenschaften der Erde wie folgt zusammen:

» Das Element Erde vertritt die solide Materie, die vom Geist belebt wird und durch die er sich manifestieren kann. Wenn der Geist nicht richtig im physischen Körper verwurzelt ist, fehlt dem Menschen der Boden unter den Füßen, er empfindet sich als unwirklich. Verstand und Gefühle sind instabil und wechselhaft. (Ross 1998, S. 44)

■ Die Erde ist die Mutter/die Mitte

Das Element Erde spielt im Körper die gleiche Rolle wie die Mutter im Leben eines Menschen: Sie umgibt, nährt, stabilisiert/stützt, ist das Zentrum. Erzeugt die Milz kein Qi, bekommt der Körper keine nachgeburtliche Energie, die Speicher (Niere) werden im Übermaß verbraucht. Heutzutage leben wir in Gesellschaften, deren Energieverbrauch auf „Pump“ ausgelegt ist. Wir geben mehr aus, als wir verdienen, unser Lebensstil verbraucht mehr, als unser System erzeugen kann, so leben wir auf Kosten unserer Reserven. Für mich ist es eine der Herausforderungen unserer Zeit, dass wir versuchen, die Bilanz Schritt für Schritt wieder anzugleichen, ansonsten wissen wir nicht, was uns erwartet, wenn die Reserven aufgebraucht sind, und wir haben keine Ahnung, wann es so weit ist, dass das System keine Ausbeutung mehr (er)tragen kann. Wenn ein Mensch eine starke „Erde“ hat, dann fühlen sich andere Menschen in seiner Nähe wohl, umsorgt, gewärmt. Andererseits kann sich ein Mensch mit Leere an MilzEnergie weder um sich selbst noch um andere kümmern (Ross 1998).

Deutlich wird das z. B. am Prozess der Nahrungszubereitung, die ja die Grundlage für die Entstehung von „Nach-Himmels-Qi“ ist. Jemand, der an einer schweren Milz-Schwäche leidet, wird sich schwertun, für sich oder andere eine Mahlzeit zuzubereiten, die schmeckt, wärmt und nährt. Es ist durchaus sehr wichtig, in welchem Zustand man sich der Nahrungszubereitung widmet. Nicht umsonst gibt es den Ausspruch: „Es schmeckt wie

bei Großmüttern“, die sich mit Freude der Zubereitung einer Mahlzeit für die Familie hingibt. So kann ein Teufelskreis entstehen, dadurch dass das MilzQi schon schwach ist, man sich nicht der Nahrungszubereitung widmen kann und durch wenig nahrhaftes „Fastfood“ das MilzQi weiter geschwächt wird. Hier könnte es helfen, sich nach einem Arbeitstag, wenn man erschöpft ist, zunächst ein wenig auszuruhen, bevor man sich in die Küche begibt.

■ Erde und Verantwortung

Ist die Erde stark, ist der Mensch in der Lage, für sich und andere Verantwortung zu übernehmen, die sich vor allem in Verlässlichkeit und Stabilität in der Fürsorge zeigt, die von sich herausfließt. Die Mitte eines solchen Menschen ist stabil genug, dass er sich und die anderen eingebettet weiß in ein größeres Ganzes (die Erde). Er spürt seine eigene Stabilität und traut sie auch dem anderen zu. Bei einer Schwäche wird dies zu Kontrolle. Diese Menschen dringen zu sehr in das Leben derer ein, für die sie sich verantwortlich fühlen, kaschieren dadurch ihre eigene Unsicherheit und vermitteln demjenigen, der dieses besitzergreifende Eindringen zurückweist, Schuldgefühle (Ross 1998). Im Extremfall, wenn die Energie der Erde ihre Funktion nicht einmal teilweise erfüllen kann, verwandeln sich Heiterkeit in Teilnahmslosigkeit, die Fähigkeit der Reflexion in obsessive Sorge, das Mitgefühl in eine übermäßig süßliche Besorgtheit, das Gefühl des Verbundenseins in Anklammern und die ruhige Stille in Katatonie (Hammer 2000, S. 295).

■ Erde und Sorge/Grübeln/Nachdenken, die Erdseele Yi

Durch den Mangel an Vertrauen entsteht die Neigung zum Sorgen. Es ist ein wichtiger Unterschied, ob ein verantwortlicher Mensch Mitgefühl zeigt, dabei aber nie seine eigene innere Stabilität (Mitte) aufgibt, oder ob jemand sich aus Mitleid an das Leid eines anderen anbindet, sich selbst aufgibt und letztlich das Leid immer größer wird und das Sorgen zum „Teufelskreis“, aus dem man sich nicht mehr befreien kann. Die Gedankenmühle mahlt unaufhörlich, wie eine wiederkäuende Kuh, immer wieder die gleichen Sorgen/Gedanken. Das bezeichnet man als Grübeln.

Leider kommt es dann oft auch noch dazu, dass die Geschichten sich verselbstständigen und die wichtige, wertvolle MilzEnergie „aufgefressen“ wird von Szenarien, die niemals so in der Realität erscheinen mögen. Ein solcher Mensch lebt in einer Gedankenwelt, welche nicht in Handeln umgesetzt wird, die Über-Intellektuellen, Über-Besorgten oder Besessenen, die weder in der physischen Welt noch in ihrem Körper leben, obwohl sie sich dennoch ständig Sorgen darum machen (Ross 1998, S. 45 f). Was hier helfen kann, wenn die Milz noch genug Kraft hat, ist, sich wirklich mit dem Wesentlichen zu beschäftigen, mit dem „täglichen Brot“, das vor einem liegt. „Was muss in meinem Leben als Nächstes getan werden, um was geht es jetzt in diesem Moment?“ Oft fühlt man sich dann beispielsweise nach dem Abwasch des Geschirrs oder dem Saugen der Wohnung schon wieder etwas frischer.

Der seelische Aspekt der Milz, der Intellekt Yi, ist verantwortlich für das Gedächtnis, das Schaffen von Ideen, sich auf etwas zu konzentrieren, zu fokussieren und auch mit Ausdauer in etwas hinein- und hindurchzuarbeiten (Maciocia 2009). Dieser rationale Aspekt des Verstandes, welcher sich mit den Problemen des Alltags beschäftigt, ist in der linken Gehirnhälfte beheimatet, während die Intuition für ein Projekt, die mit Leber *Hun* und Herz *Shen* zu tun hat, in der rechten Hemisphäre ihren Platz hat (Ross 1998). So kommt z. B. die Grundidee, die Intuition für ein Projekt, aus der Quelle der Leber-Seele *Hun*, wird auf eine Realisierbarkeit von der HerzSeele *Shen* überprüft, die tägliche Arbeit an dem Projekt, das Durchhaltevermögen und Sicheinarbeiten in die Materie wird durch die MilzSeele *Yi* geleistet.

2.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Erde

Die Mustereinteilung mit Symptombeschreibung und Vorschlägen für Akupunktur orientiert sich an Maciocias Grundlagen der Chinesischen Medizin (Maciocia 1997).

2.4.1 MilzQi-Mangel

Symptome Appetitlosigkeit, postprandiale Distension, Müdigkeit, blass gelber, fahler Teint, Schwäche der Extremitäten, weiche Stühle, Gefühl der Schwere und Lethargie, Sorge, exzessives Denken, Gefühle der Unsicherheit

Zunge Blass, in chronischen Fällen geschwollene Ränder mit Zahneindrücken und Querrissen

Akupunktur Ren12, Ma36, Mi6, Bl20, Bl21

Die passenden Kräuter sind in [Tab. 2.1](#) aufgeführt. Wenn es zu einer Schwächung des energetischen Systems kommt, ist in der Regel zuerst das MilzQi betroffen, sodass die meisten Patienten davon profitieren, dass MilzQi-stärkende Kräuter in der Re-

zeptur enthalten sind. Je nach Konstitution bzw. Musterdifferenzierung haben die Patienten Kombinationen an Qi-Schwächen verschiedener Organe. So würde man bei verschiedenen Kombinationen auch verschiedene Kräuter verwenden:

- bei HerzQi-Schwäche Alant, Anis, Baldrian, Gänsefingerkraut, Rosmarin, Salomonsiegel, Schafgarbe, Süßholz Thuja oder Weißdorn,
- bei LungenQi-Schwäche Alant, Anis, Sonnenhut, Engelwurz, Rosmarin, Schafgarbe, Süßholz oder Thuja,
- bei NierenQi-Schwäche Raute, Rosmarin, Schafgarbe, Salbei, Süßholz, Taubnessel, Thuja
- bei LeberQi-Stagnation Alant, Anis, Baldrian, Beifuß, Frauenmantel, Löwenzahn, Luzerne, Melisse, Odermennig, Petersilie, Raute, Rosmarin, Ruprechtskraut, Salbei, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut, Wermut.

Tab. 2.1 Kräuter für die Behandlung von MilzQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989; Ross 2010	Inula helenium	Rad.Inulae
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Beifuß	Ross 2010	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vul.
Engelwurz	Ross 2010; Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Enzian	Ross 2010; Ploberger 2011	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Frauenmantel	Ploberger 2011	Alchemilla vulgaris	Herb.Alchemillae
Gänsefingerkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anserinae
Löwenzahn	Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Luzerne	Holmes 1989; Ploberger 2011	Medicago sativa	Herb.Medicaginis
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Odermennig	Ross 2010	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Petersilie	Holmes 1989	Petroselinum crispum	Rad.Petroselini
Raute	Ross 2010; Ploberger 2011	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Ross 2010; Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Ruprechtskraut	Ploberger 2011	Geranium robertianum	Herb.Geranii rob.
Salbei	Ploberger 2011	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati
Schafgarbe	Ross 2010; Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Sonnenhut	Ploberger 2011	Echinacea purpurea	Rad.Echinaceae

■ Tab. 2.1 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Süßholz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Taubnessel	Ploberger 2011	Lamium album	Herb.Lamii albi
Tausendgüldenkraut	Ross 2010; Ploberger 2011	Centaurium erythrea	Herb.Centauri
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi
Wermut	Ross 2010; Ploberger 2011	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Zimt	Ploberger 2011	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

2.4.2 MilzYang-Mangel

Symptome Zusätzlich zum MilzQi-Mangel Ödeme, Frösteln, kalte Extremitäten

Zunge Blass, geschwollen, Zahneindrücke, nass

Akupunktur Siehe MilzQi-Mangel, plus Mi9, Ren9, Ma28, Bl22, evtl.Moxa

Die passenden Kräuter sind in ■ Tab. 2.2 aufgeführt.

Bei MilzYang-Mangel ist oft auch gleichzeitig das NierenYang geschwächt, dann eignen sich die Kräuter Anis, Basilikum, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Wermut oder Zimt. Bei einer Kombination mit Feuchtigkeit (Kälte/Schleim) im Dickdarm eignen sich Rosmarin, Walnuss, Thymian oder Engelwurz, bei einer Kombination mit LungenYang-Mangel Ingwer, Basilikum oder Engelwurz.

■ Tab. 2.2 Kräuter für die Behandlung von MilzYang-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Basilikum	Ploberger 2011	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Engelwurz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Ingwer	Holmes 1989; Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Raute	Ploberger 2011	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Ploberger 2011	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Thymian	Holmes 1989	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Walnuss	Ploberger 2011	Juglans regia	Fol.Juglandis
Wermut	Ploberger 2011	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Ysop	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi
Zimt	Holmes 1989; Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ Tab. 2.3 Kräuter für die Behandlung von absinkendem MilzQi

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Gänsefingerkraut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anseriniae
Große Klette	Holmes 1989	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Himbeerblätter	Holmes 1989	Rubus ideaus	Fol.Rubi idaei
Thuja	Holmes 1989	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis

2.4.3 Absinkendes MilzQi

Symptome MilzQi-Mangelzeichen plus „Bearing-down“-Empfindungen (Gefühl des „Nach-unten-Ziehens“, v.a. während der Menstruation), Organprolaps, Senkung von Magen, Uterus, Rektum, Vagina, häufige, drängende Miktion, teilweise auch Hämorrhoiden, Varizen

Zunge Blass

Akupunktur Siehe auch MilzQi-Mangel plus Du20, Ren6, Ma21 (Magensenkung), Du1 (Analprolaps)

Die passenden Kräuter sind in ■ Tab. 2.3 aufgeführt.

2.4.4 Nässe-Kälte befällt die Milz

Symptome Appetitlosigkeit, Engegefühl im Thorax und Epigastrium, Kältegefühl im Epigastrium besser durch Wärme, Schweregefühl im Kopf, süßlicher/fader Mundgeschmack oder Geschmacksverlust, kein Durst, weiche, dünne Stühle, Leukorrhoe, Mattigkeit, Schweregefühl

Zunge Klebrig, dick weiß belegt

Akupunktur Mi6, Mi9, Ren12, Ma8, plus Punkte des 3-Erwärmer-Meridians zur Hilfe für Schleimlösung, zur Ausleitung von Feuchtigkeit

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.4 aufgeführt.

Oft sinkt die Nässe nach unten ab (Blase/Dickdarm), dann eignen sich folgende Kräuter: Liebstöckel, Rosmarin oder Engelwurz. Bei einer Verbindung mit Lungen-Schleim/Kälte eignen sich Rosmarin, Alant, Dost, Engelwurz, Thuja oder Ingwer. Sinkt die Nässe/Kälte in die Gebärmutter, könnte man Alant, Dost, Engelwurz, Ingwer, Liebstöckel, Raute oder Rosmarin verwenden.

2.4.5 Milz kontrolliert das Blut nicht

Symptome MilzQi-Mangel, Purpura, Petechien, Hämaturie, Melaena, Menorrhagie, Metrorrhagie, fahlgelber Teint, Dyspnoe

Zunge Blass

Akupunktur Punkte bei MilzQi-Mangel plus Mi10, Bl17, Mi1 (nur bei Leere mit Moxa, stillt Uterusblutung)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.5 aufgeführt.

Ist die Blutung verbunden mit Hitze, eignen sich Frauenmantel, Taubnessel, Lungenkraut (stoppt Blutung bei Bluthitze) oder Himbeerblätter.

■ **Tab. 2.4** Kräuter für die Behandlung von Nässe-Kälte befällt die Milz

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989; Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Augentrost	Holmes 1989	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Beifuß	Ploberger 2011	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Dost	Holmes 1989	Origanum vulgare	Herb.Oregani
Engelwurz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Liebstockel	Holmes 1989	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Raute	Holmes 1989	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Holmes 1989; Ploberger 2011	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi
Zimt	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ **Tab. 2.5** Kräuter für die Behandlung einer Blutung durch Milz-Schwäche

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Ploberger 2011	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Brennnessel	Holmes 1989	Urtica dioica	Herb.Urticae
Brombeerblätter	Ploberger 2011	Rubus fruticosus	Fol.Rubi fruticosi
Frauenmantel	Ploberger 2011	Alchemilla vulgaris	Herb.Alchemillae
Hirtentäschel	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Himbeerblätter	Ploberger 2010	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Odermennig	Ross 2010	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Ruprechtskraut	Holmes 1989	Geranium robertianum	Herb.Geranii rob.
Schafgarbe	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Zimt	Holmes 1989	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

2.4.6 Bluttonika (■ Tab. 2.6)

■ Tab. 2.6 Kräuter für die Behandlung von Blutmangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian (Herz)	Holmes	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Beifuß (Uterus/Leber)	Holmes 1989; Ross 2010	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Beinwell	Holmes 1989	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Brennnessel	Holmes 1989	Urtica dioica	Herb.Urticae
Engelwurz	Ross 2010	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Enzian	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Hirtentäschel	Ross 2010	Capsella bursapastoris	Herb.capsellae bursap.
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Luzerne	Holmes 1989; Ploberger 2011	Medicago sativa	Herb.Medicaginis
Melisse (Herz)	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Ploberger 2011	Viscum album	Herb.Visci
Petersilie	Holmes 1989	Petroselinium crispum	Rad.Petroselini
Rosmarin (Herz)	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Rotklee	Ploberger 2011	Trifolium pratense	Flos.Trifolii prat.
Salbei (Uterus)	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schafgarbe	Ross 2010	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Taubnessel (Herz/ Uterus)	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Vogelmiere	Holmes 1989; Ploberger 2011	Stellaria media	Herb.Stellariae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Weißdorn (Herz)	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi
Wermut (Leber)	Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Zimt	Ploberger 2011	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

2.4.7 MagenQi-Mangel

Symptome Unangenehmes Gefühl im Epigastrium, Appetitlosigkeit, keine Geschmacksempfindung, weiche Stühle, Müdigkeit, vor allem morgens (Maximalzeit des Magens: 7.00–9.00 h), schwache Extremitäten

Zunge Blass, evtl. Magenriss

Akupunktur Ma36, Ren12, Bl21, Ren6

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.7 aufgeführt.

Enzian, Löwenzahn, Luzerne, Tausendgüldenkraut und Vogelmiere tonisieren auch das MilzQi.

■ **Tab. 2.7** Kräuter für die Behandlung von MagenQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Dost	Ploberger 2010	Origanum vulgare	Herb.Origani
Enzian	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Große Klette	Holmes 1989	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Luzerne	Holmes 1989	Medicago sativa	Herb.Medicaginis
Tausendgüldenkraut	Ross 2010	Centaureum erythrea	Herb.Centauri
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae

2.4.8 MagenQi rebelliert aufwärts

Symptome Übelkeit, Aufstoßen, Erbrechen, Schluckauf, Ängstlichkeit, Sorge

Akupunktur Ren13, Ren10, Pe6, Mi4 (ChongMai)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.8 aufgeführt.

Alant, Ingwer, Kamille, Lavendel, Mädesüß und Pfefferminze bewegen auch das LeberQi. Wenn die

Beschwerden verbunden sind mit einem unruhigen HerzGeist, eignen sich vor allem Kamille, Lavendel oder Thymian.

2.4.9 MagenQi-Stagnation

Symptome Verdauungsstörung, Gluckern im Bauch, Blähungen, Appetitlosigkeit, schwere, schmerzhaft Verdauung, Übelkeit, Spannungsggefühl im Epigastrium

■ **Tab. 2.8** Kräuter für die Behandlung von nach oben rebellierendem MagenQi

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Augentrost	Ploberger 2011	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Enzian (Hitze)	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Fenchel	Holmes 1989	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Ingwer	Ross 2010; Ploberger 2011	Zingiber officinalis	Rhiz. Zingiberis
Kamille	Ross 2010; Ploberger 2011	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Mädesüß (Hitze)	Ross 2010	Filipendula ulmaria	Herb.Spireae
Pfefferminze	Holmes 1989; Ross 2010	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip.
Pomeranzenschale	Ploberger 2011	Citrus aurantium	Peric.Aurantii
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Zimt (Kälte)	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

Akupunktur Ren13, Ren10, ma21, Ma44, Ma45, mi4, pe6 (ChongMai)

Die Kräuter zur Behandlung sind in **Tab. 2.9** aufgeführt.

Stagniert das MagenQi wegen Schwäche, dann eignen sich insbesondere Alant, Eisenkraut oder Engelwurz. Ist gleichzeitig eine LeberQi-Stagantion vorhanden, könnte man vor allem Baldrian, Kamille, Pfefferminze oder Raute verwenden. Oft ist das

Tab. 2.9 Kräuter für die Behandlung von MagenQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989; Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989; Ploberger 2011	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Beifuß	Holmes 1989	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Birke	Holmes 1989	Betula pendula	Fol.Betulae
Eisenkraut	Holmes 1989	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Engelwurz	Holmes 1989	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Enzian	Holmes 1989	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Fenchel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Gänsefingerkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anserinae
Himbeerblätter	Holmes 1989; Ploberger 2011	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Holmes 1989; Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Liebstockel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Luzerne	Ploberger 2011	Medicago sativa	Herb.Medicaginis
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Odermennig	Holmes 1989	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Pfefferminze	Holmes 1989	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip.
Pomeranzenschale	Holmes 1989; Ploberger 2011	Citrus aurantium	Peric.Aurantii
Raute	Holmes 1989	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Sonnenhut	Holmes 1989	Echinacea purpurea	Rad.Echinaceae
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989	Centaurium erythrea	Herb.Centauri
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Wermut	Holmes 1989	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

■ **Tab. 2.10** Kräuter für die Behandlung von MagenFeuer

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Ross 2010	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Eibisch	Holmes 1989; Ploberger 2011	Althea officinalis	Rad.Altheae
Enzian	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Hopfen	Ploberger 2011	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Kamille	Ploberger 2011	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Mädesüß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Filipendula ulmaria	Herb.Spireae
Melisse	Ploberger 2011	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Pestwurz	Ploberger 2011	Petasites officinalis	Rad.Petasites
Ringelblume	Ross 2010	Calendula officinalis	Flos.Calendulae
Rose	Ploberger 2011	Rosa gallica	Flos.Rosae
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Tausendgülden- kraut	Ross 2010; Ploberger 2011	Centaurium erythrea	Herb.Centauri

Muster aufgrund erhöhter nervöser Anspannung verbunden mit Stagnation des HerzQi – dann wären vor allem Baldrian, Melisse oder Thymian geeignet.

2.4.10 MagenFeuer

Symptome Brennen und Schmerz im Epigastrium, Durst mit Verlangen nach kalten Getränken, andauernder Hunger, Schwellung, Schmerz und Bluten des Zahnfleisches, saurer Reflux, Verstopfung, Übelkeit, Erbrechen kurz nach dem Essen, schlechter Mundgeruch

Zunge Rot, dicker gelber trockener Belag, bei Schleimfeuer gelbliche Dornen innerhalb der medianen Furche

Akupunktur Ma21, Ma44, Ma45, Ren13, Mi6, Ren12, Ren6

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.10 aufgeführt.

Oft ist die Ursache von Sodbrennen in der Chinesischen Medizin ein negativer Leber-Einfluss

(„Leber greift den Magen an“), dann könnte man vor allem Kamille und Tausendgüldenkraut verwenden und mit Pomeranzenschale, Rose und Löwenzahn kombinieren. Im Englischen bezeichnet man Sodbrennen als „heartburn“ (Herzbrennen): Möchte man gleichzeitig das Herz kühlen, dann eignen sich insbesondere Baldrian und Melisse, kombiniert mit Lavendel und Passionsblume.

2.4.11 Kälte befällt den Magen

Symptome Plötzlicher Schmerz im Epigastrium, Kältegefühl, Vorliebe für Wärme, Erbrechen klarer Flüssigkeiten, Verschlechterung durch Schlucken von kalten Flüssigkeiten, die sofort wieder erbrochen werden, Vorliebe für warme Getränke

Zunge Dick, weiß belegt

Akupunktur Ma21, Mi4, Ren13, Ma34, Moxa

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.11 aufgeführt.

■ Tab. 2.11 Kräuter für die Behandlung von Kälte, die den Magen befällt

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Engelwurz	Holmes 1989	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Fenchel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Gänsefingerkraut	Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anseriniae
Ingwer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Liebstöckel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi

■ Tab. 2.12 Kräuter für die Behandlung von Magen-Trockenheit/Yin-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Eibisch	Holmes 1989; Ross 2010	Althea officinalis	Rad.Altheae
Mädesüß	Holmes 1989; Ross 2010	Filipendula ulmaria	Herb.Spireae
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati od.
Spitzwegerich	Ross 2010	Plantago lanceolata	Herb.Plantaginis lanc.
Vogelmiere	Holmes 1989; Ploberger 2011	Stellaria media	Herb.Stellariae

2.4.12 Magen-Trockenheit, Yin-Mangel

Symptome Spannungsgefühl im Bauch, Klumpengefühl, trockenes Erbrechen, Brennen im Herzen, Hunger, trockener Mund und Rachen, Völlegefühl nach dem Essen

Zunge Rot (bei Hitze), belaglos im Zentrum oder wurzelloser Belag

Akupunktur Ren12, Ma36, Mi6, Mi3

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 2.12 aufgeführt.

Verbunden ist dieses Muster oft mit Yin-Mangel der Niere, dann könnte man obige Kräuter mit

Schachtelhalm (roh), Hopfen, Johanniskraut oder Wegwarte kombinieren. Folgende Kräuter tonisieren die Flüssigkeiten im Allgemeinen: Rotklee, Salomonsiegel, Borretsch oder Beinwell.

2.4.13 Harmonisiert den Magen

Zur Harmonisierung des Magens eignen sich die im Folgenden angeführten Kräuter (■ Tab. 2.13).

2.4.14 Feuchte Hitze im Magen

Kräuter zur Behandlung von feuchter Hitze im Magen sind in ■ Tab. 2.14 aufgeführt.

■ **Tab. 2.13** Kräuter, die den Magen harmonisieren

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Fenchel	Ploberger 2011	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Kamille	Ploberger 2011	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae

■ **Tab. 2.14** Kräuter für die Behandlung von feuchter Hitze im Magen

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Gänsefingerkraut	Ploberger 2011	Potentilla anserina	Herb.Anserinae
Löwenzahn	Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci

■ **Tab. 2.15** Kräuter für die Behandlung von toxischer Hitze im Magen

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Luzerne	Ploberger 2011	Medicago sativa	Herb.Medicaginis

■ **Tab. 2.16** Kräuter für die Behandlung von Nahrungsmittelstagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Enzian	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Pfefferminze	Ross 2010	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip.
Pomeranzenschale	Ross 2010	Citrus auranthium	Peric.Aurantii
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi
Wermut	Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

2.4.15 Toxische Hitze im Magen

■ Tab. 2.15 zeigt Kräuter für die Behandlung toxischer Hitze im Magen.

2.4.16 Nahrungsmittelstagnation

■ Tab. 2.16 zeigt die Kräuter für die Behandlung von Nahrungsmittelstagnation.

Für kleine Kinder eignen sich aus dieser Gruppe Pomeranzenschale und Weißdorn.

2.5 Pflanzenporträts

2.5.1 Alant

Lat.: *Inula helenium*, engl.: *elecampane*
 Rezeptierform: Rad.Helenii, Flos. Inulae

2

Historie

Plinius empfiehlt den Alant (■ Abb. 2.1) als Mittel bei Magenschwäche, Julia, die Tochter des Kaisers Augustus, habe diese Pflanze täglich zu sich genommen (Marzell 2002). Der Legende nach hielt die Zeus-Tochter Helena eine Alantpflanze in der Hand, als man sie nach Troja entführte, deshalb der Name „Helenium“ (Chevallier 2000). Anderenorts ist der Lichtgott „Helios“ der Namensgeber (Lingg 2010). Auch den Ärzten des Mittelalters war der Alant bekannt. Alantwein genoss den Ruf eines Allheilmittels (Marzell 2002). Im Aberglauben spielte er eine Rolle als Mittel gegen die Altkrankheiten, Krankheiten, die den Menschen von übel gesinnten Dämonen angezaubert wurden (Marzell 2002). Culpepper beschrieb eine Reihe von Wirkungen: sehr effektiv, um einen kalten Magen zu wärmen, lindert Husten, klärt die Augen, festigt lose Zähne usw. (Grieve 1980).

Die Alantblüte schmückt das Titelbild dieses Werkes, und ich möchte gerne die Wirkung der Blütenessenz wiedergeben, die Adelheid Lingg beschreibt:

» Sie hebt uns aus „kleinkariertem Schachtelndenken“ heraus und lässt die reinigenden Sonnenwinde durch uns ziehen. Wir erkennen unser Potential und das der anderen und sehen mit klarerem Auge. Wir stehen ein für uns und unsere Gemeinschaft. (Lingg 2010, S. 95)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Wurzel gilt seit langem als milde, wärmende und tonisierende Arznei. Bereits 1804 wurde Inulin aus dem Alant isoliert (enthält bis zu 44 %) und gab der Pflanze ihren Namen. Alant kann als sanft wirkende, schleimlösende Substanz bei fast allen Erkrankungen der Atemwege in jeder Altersklasse verwendet werden, vor allem bei vorliegenden Schwachzuständen. Er ermöglicht eine verbesserte



■ Abb. 2.1 Alant, Inula helenium

Verdauung und gesteigerte Nährstoffaufnahme, regt den Appetit an und hat dennoch auch eine starke Wirkung bei Infekten, wurde sogar bei Tuberkulose verwendet (Chevallier 2000). Leider verfügt Alant über ein relativ hohes Allergisierungspotential, das zu Kontaktallergien führen kann (Hiller u. Melzig 2006). (Zu meinen Erfahrungen und weiteren Informationen siehe unten.)

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 2.17 und ■ Tab. 2.18)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.17 Wirkqualität und Tropismus des Alants

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, scharf, warm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Milz, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Süß, trocken, restorierend, adstringierend, stimulierend, entstauend	Holmes 1989	Magen, Pankreas, Blase, Niere, Uterus, Nerven	Holmes 1989

■ **Tab. 2.18** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Alants

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Magen-und MilzQi-Mangel, tonisiert das Yang des mittleren Erwärmers	Holmes 1989; Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Müdigkeit, ungeformter Stuhl, Meteorismus	Anis
LungenQi-Mangel	Holmes 1989	Kurzatmigkeit, Schwäche, schwacher Husten, Melancholie, Immunschwäche, Chronic fatigue syndrome, AIDS, Autoimmunerkrankungen	Thymian, Rosmarin, Anis, Schafgarbe, Engelwurz
HerzQi-Mangel	Holmes 1989	Palpitationen schlechter bei Anstrengung, Anämie, Hypotonus	Anis, Baldrian, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Weißdorn
Qi-Mangel im Allgemeinen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Müdigkeit, Schwäche, Infektneigung, Diabetes	Thymian, Süßholz, Enzian, Engelwurz
Feuchter Schleim im Darm/Milz	Holmes 1989	Verdauungsschwäche, ungeformter Stuhl, Schmerz/Spannungsgefühl im Abdomen	Dost, Anis, Engelwurz, Himbeerblätter, Lavendel, Salbei, Mutterkraut, Brennnessel, Goldrute, Gundermann, Ruprechtskraut, Raute, Thymian
Qi-Stagnation von Leber, Gallenblase und Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Subkostale, epigastrische Schmerzen, Völlegefühl, Übelkeit, Appetitverlust, langsame, schmerzhaft verdauung, gastrische/biliäre Dyspepsie, intestinale Parasiten	Himbeerblätter, Walnuss, Schafgarbe, Pomeranzenschale, Enzian, Engelwurz (wärmt), Eisenkraut (bei Schwäche), Tausendgüldenkraut, Hirtentäschel (bewegt das Qi im mittleren Erwärmer), Hopfen, Löwenzahn, Wermut, Schöllkraut, Odermennig, Pfefferminze, Birke
Schleim/Kälte/Feuchtigkeit in der Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronische Bronchitis, Asthma	Thymian, Ysop, Basilikum, Rosmarin, Dost, Anis, Engelwurz, Thuja, Ingwer, Fenchel
LungenYin-Mangel	Holmes 1989	Nachtschweiß, trockener, unproduktiver Husten, Müdigkeit, TBC	Beinwell, Eibisch, Borretsch, Huflattich, Vogelmiere, Rotklee, Königskerze, Ackerveilchen, Schachtelhalm (roh), Lungenkraut, Salomonsiegel
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem, feuchte Hitze im Bereich des unteren Erwärmers	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leukorrhoe, Dysurie, Zystitis	Kälte: Fenchel, Liebstöckel, Petersilie, Taubnessel Hitze: Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, Thuja, Hirtentäschel, Salbei
Kälte im Uterus	Holmes 1989	Amenorrhoe, PMS, Östrogen- und Progesteronmangel, Plazentaretention, Dysmenorrhoe	Basilikum, Dost, Ysop, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute, Rosmarin, Thymian
Qi-Stagnation in der Niere	Holmes 1989	Dysurie, Ödeme, Ekzeme	Birke, Braunwurz, Brennnessel, Dost, Fenchel, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Raute, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Liebstöckel, Löwenzahn, Odermennig, Petersilie, Quecke, Schafgarbe u. a.

■ Tab. 2.18 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Senkt das LungenQi ab	Ploberger 2011		Thymian, Dost
Bi-Syndrom bei Wind-Kälte-Feuchtigkeit, lindert Schmerz	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ischialgie, Gicht, Arthritis	Schmerz: Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Rotklee, Ziest, Linde, Lavendel, Beinwell, Passionsblume, Frauenmantel, Pestwurz Bi-Syndrom: Mädesüß, Zimt, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Mistel, Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut

❗ Als uterines Stimulanz ist Alant in der Schwangerschaft kontraindiziert (Holmes 1989). Als häufige Nebenwirkungen werden Allergien erwähnt (Pahlow 2006).

Ich verwende Alant seit mehr als 15 Jahren regelmäßig in bisher über 1000 Rezepturen, und drei Patienten berichteten über allergische Reaktionen der Speiseröhre.

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempen u. Fischer 2001)

Mu Xiang, Inulae seu Aucklandiae radix, Inula racemosa, helenium, Aucklandia lappa, Sassurea lappa Wirkung: bewegt und reguliert das Qi, beseitigt Schmerz, stützt und ergänzt das Qi, zerstreut Kälte

Xuan Fu Hua, Inula japonica u. a. Wirkung: kanalisiert Schleim, senkt das Qi ab, stillt Keuchen, senkt Gelenkfähigkeit ab, wärmt Kälte

2.5.2 Schafgarbe

Lat.: *Achillea millefolium*, engl.: yarrow
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Millefolii



■ Abb. 2.2 Schafgarbe, *Achillea millefolium*

Historie

Die Schafgarbe (■ Abb. 2.2) ist seit alters her ein Wundkraut, so brachte der Sage nach der Held Achilles (Namensgeber der Pflanze), der bei dem Centauren Chiron Heilkunde studierte, dem König Telephus die Schafgarbe, als dieser im Krieg verwundet wurde (Marzell 2002). An anderer Stelle wird berichtet, Achilles verletzte sich im Kampf um Troja an seiner Ferse (Achillessehne), woraufhin die Göttin Aphrodite ihm riet, die Wunde mit Schafgarbe zu heilen (Fischer-Rizzi 2002a). In Frankreich wird die Pflanze mit dem Heiligen Joseph in Verbindung gebracht und heißt „herbe de Saint-Joseph“, denn der göttliche Pflegesohn brachte ihm die Schafgarbe, als sich der Zimmermann bei seiner Arbeit verletzte – daher auch der Name „Zimmermannskraut“ (Marzell 2002).

Die lange Historie als bedeutsame Pflanze für den Menschen kann man erahnen; sie wurde in einem Grab im Iran, Shanidar, datiert auf 60.000 Jahre vor unserer Zeitrechnung gefunden, als eine von acht Heilpflanzen, um die Toten bei ihrer letzten Reise zu begleiten und in der „Anderswelt“ als Helfer zu fungieren (Fischer-Rizzi 2002a). In China wurden Schafgarbenstängel für das I Ging zu Orakelzwecken verwendet (Wood 2012).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Schafgarbe, die bei vielen Völkern als Allheilmittel gilt (Marzell 2002), wurde u.a. auch von Pfarrer Kneipp „wiederentdeckt“: „Viel Unheil bliebe den Frauen erspart, würden sie ab und zu zur Schafgarbe greifen“. In manchen Gegenden trägt sie den Namen „Frauendank“ (Fischer-Rizzi 2002a). Chevallier listet eine Fülle von Indikationen auf: krampflösend, fiebersenkend, adstringierend, Bittertonikum, schweißtreibend, blutdrucksenkend, stillt innere Blutungen, erleichtert die Menstruation und wirkt entzündungshemmend (Chevallier 2000). Maria Treben nennt folgende Einsatzmöglichkeiten: Altersjucken, Appetitlosigkeit, Augenschmerzen, Ausfluss, Bettnässen, Blähungen, zur Blutbildung,

Blutreinigung, Erkältung, Hämorrhoiden, Juckreiz, Kreislaufstörungen, Magendrücken, Menstruationsbeschwerden, Migräne, Nasenbluten, Rheuma, Rückenschmerzen, Schwindelgefühl, Stuhlverstopfung, Übelkeit, Unruhe, Wechseljahre (Treben 1987). Wood berichtet darüber, dass die nordamerikanischen Indianer die Schafgarbe bis heute gegen Krebs einsetzen, er selbst empfiehlt die Pflanze zur Behandlung von Nebenwirkungen durch Strahlentherapie und Hitzewallungen, verursacht durch die Einnahme von Tamoxifen (Wood 2012). Die Schafgarbe gilt als „Mittel für den verwundeten Krieger, sie ist gut für Menschen, die in ihrem Beruf mitten im Leben stehen, Ärzte, Rechtsanwälte, Therapeuten, Menschen also, die einspringen, wenn es brennt, die aber auch verletzt werden“ (ebd., S. 123). Die Blütenessenz der weißen und rosafarbenen Schafgarbe beschützt die Seele und die Psyche (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 2.19 und ■ Tab. 2.20)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.19 Wirkqualität und Tropismus der Schafgarbe

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Milz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Scharf, aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Leber, Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herz	Ross 2010; Ploberger 2011
Adstringierend, trocken	Holmes 1989	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Neutral	Ploberger 2011	Lunge	Ross 2010
Warm	Ross 2010	Zirkulation, Darm, Niere, Blut, Hormonsystem, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 2.20** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeit der Schafgarbe

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt das Blut im venösen System, wirkt Blutstase entgegen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Varikosis, schwere, schmerzende Beine, nächtliche Wadenkrämpfe, Hämorrhoiden, Phlebitis, Thrombose	Gänsefingerkraut(bewegt Qi und Blut), krauser Ampfer (Blutstase in Leber/ Uterus), Thuja, Steinklee, Hirtentäschel, Rosmarin, Rotklee, Rose (Uterus), Weißdorn (Herz/Uterus), Taubnessel (Uterus), Mistel (Uterus/Prostata), Herzgespann (Herz), Ringelblume (venöses System/ Uterus), Gingko (venöses System/Herz), Löwenzahn (venöses System/Leber), Frauenmantel (Leber), Schöllkraut (Herz), Klettenlabkraut
Bewegt das Blut im Uterus	Holmes 1989	Menorrhagie, Dysmenorrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Rose, Steinklee, Taubnessel, Thuja
Stoppt Blutung	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Hämorrhagie, Nasenbluten	Hitze: Lungenkraut, Taubnessel, Ringelblume, Odermennig, Frauenmantel, Linde, Hopfen Neutral: Himbeerblätter, Hirtentäschel, Brennessel, Johanniskraut, Vogelknöterich, Ziest, Herzgespann, Mutterkraut, Braunelle, Schachtelhalm, Mädesüß, Beifuß, Melisse, Beinwell
Löst feuchten Schleim, leitet feuchte Hitze und Schleim aus	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leukorrhoe, zervikale Erosionen, Spermatorrhoe	Dost, Anis, Gundermann, Thuja, Thymian, Engelwurz, Rosmarin, Mutterkraut, Brennessel, Raute, Goldrute
Tonisiert das reproduktive System	Holmes 1989	Östrogen- und Progesteronmangel, klimakterische Beschwerden	Brombeerblätter, Melisse, Frauenmantel, Salbei
Bewegt das Qi im Uterus	Holmes 1989	Amenorrhoe, Dysmenorrhoe, PMS	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Salbei, Thuja u. a.
Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Inkontinenz, Dysurie, Lumbalgie, unregelmäßige Periode, chronische Nephrose, Knochenmarkserkrankungen, Harnsteine, Gallensteine	Spitzwegerich, Ackerveilchen, große Klette, Johanniskraut
Bewegt das NierenQi	Holmes 1989	Rheuma, Kopfschmerz, stinkender Urin/Stuhl, Gicht	Alant, Augentrost, Baldrian, Birke, Braunwurz, Petersilie Brennessel, Dost, Fenchel, Eisenkraut, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Quecke, Johanniskraut, Raute, Liebstöckel, Rosmarin, Löwenzahn, Odermennig u. a.

■ **Tab. 2.20** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi, tonisiert das HerzQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Palpitationen, Schwindel, Kurzatmigkeit, Angina pectoris, Kopfschmerz, neurogene Herzerkrankungen, Erschöpfung mit kardialer Schwäche nach Infektionskrankheiten	Anis, Baldrian, Herzgespann, Ingwer, Rosmarin, Schlüsselblume, Thuja, Weißdorn
Aufsteigendes LeberYang	Holmes 1989; Ploberger 2011	Kopfschmerz, Hypertonus, Augenschmerzen, Vertigo	Baldrian, Braunelle, Eisenkraut, Salbei, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Löwenzahn, Melisse, Mutterkraut, Passionsblume, Raute, Pfefferminze, Ziest, Petersilie u. a.
Bewegt das Qi im Darm	Holmes 1989	Kolik, Flatulenz, Reizdarm	Linde, Eisenkraut (Schwäche), Poleiminze, Johanniskraut, Raute, Wermut, Schöllkraut, Anis, Lavendel, Kümmel, krauser Ampfer, Braunwurz, Engelwurz (wärmt), Ingwer u. a.
Bewegt das Qi in der Blase	Holmes 1989	Bettnässen, Ängstlichkeit, Dysurie	Goldrute, Johanniskraut, Melisse, Quecke, Rotklee, Ziest
Bewegt das Qi im Magen	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Spannungsgefühl im Epigastrium	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Engelwurz, Fenchel, Gänsefingerkraut, Himbeerblätter, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Raute, Thymian
Bewegt das LeberQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	PMS, Flankenschmerz	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Beifuß, Pomeranzenschale, Birke, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Liebstöckel, Mistel, Mutterkraut, Odermennig, Raute, Ringelblume, Rosmarin, Ruprechtskraut, Salbei, Schöllkraut u. a.
Bewegt das Qi in der Gallenblase	Holmes 1989		Feldminze, Alant, Pomeranzenschale, Birke, Enzian, Hopfen, Kamille, Kümmel, Lavendel, Löwenzahn, Pfefferminze, Rose, Tausendgüldenkraut
Äußere Wind/Hitze-Kälte	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung, Influenza im Frühstadium, Masern, Windpocken, Schüttelfrost	Kälte: Ingwer, Thymian, Rosmarin, Engelwurz, Dost Hitze: Holunder, Melisse, Mädesüß, Sonnenhut, Linde, Ackerveilchen, Königskerze
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Wunden, Ulzerationen, Fisteln	Beinwell, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Johanniskraut, große Klette, Rotklee u. a.

■ Tab. 2.20 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim- Hitze-Kälte-Feuch- tigkeit	Ross 2010	Akute Erkrankungen des respiratorischen Systems mit Fieber, Husten und Schleim	Huflattich, Dost, Gundermann, Thymian, Thuja, Alant
Tonisiert das WeiQi	Ross 2010	Rezidivierende Infekte der oberen Luftwege	Thymian, Raute, Sonnenhut, Salbei, Thuja
Pathogener Rest- faktor	Ross 2010		Thuja, Thymian, Sonnenhut, Lungenkraut, Brennnessel, große Klette, Löwenzahn, Ringelblume
Tonisiert das MilzQi	Ross 2010; Ploberger 2011	Verdauungsschwäche mit Erschöpfung, Rekonvaleszenz nach fieberhaften Erkrankungen	Alant, Anis, Baldrian, Beifuß, Engelwurz, Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Luzerne, Melisse, Odermennig, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Vogelmiere, Weißdorn u. a.
Tonisiert das Blut	Ross 2010	Anämie	Beifuß, Brennnessel, Engelwurz, Enzian, Hirtentäschel, Luzerne, Petersilie, Rotklee, Salbei, Taubnessel, Wegwarte, Weißdorn

! Wegen der uterusstimulierenden Wirkung im ersten Trimester bei Schwangerschaft vermeiden, sensitive Personen können allergisch reagieren und Hautausschläge bekommen, bei alleiniger Anwendung über mehrere Monate erhöhte Lichtempfindlichkeit möglich (Holmes 1989).

2.5.3 Fenchel

Lat.: *Foeniculum vulgare*, engl.: fennel

Verwendeter Teil: die Samen

Rezeptierform: *Fruct.Foeniculi*

Historie

Fenchel (■ Abb. 2.3) wurde von den griechischen antiken Sportlern als gesunde Nahrung angesehen und in großen Mengen verzehrt, daher erhielt er den Namen *marathon* (Rätsch 1998). In der hippokratischen Medizin wurde er eingesetzt bei Gelbsucht, als Diuretikum, um die Muttermilch zu fördern und die Augen zu schärfen. Er wurde in aphrodisierenden Zubereitungen und als Liebeszauber verwendet (ebd.). Diese Indikationen wurden



■ Abb. 2.3 Fenchel, *Foeniculum vulgare*

auch von den Ärzten des Mittelalters angegeben (Marzell 2002). Auch galt er als „Hexenkraut“, da er gegen Depressionen und Alkoholismus eingesetzt wurde (Beckmann u. Beckmann 2002).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Indikationsliste für Fenchel ist bei Chevalier (2000) lang, so wird er eingesetzt bei Magenschmerzen, Appetitlosigkeit, zur Normalisierung der Verdauung und Verminderung von Völlege-

fühl, bei Nierensteinen, Zystitis, Halsweh, er wirkt auswurfördernd, vor allem gut bei zahnenden, unter Koliken leidenden Kindern, fördert die Milchproduktion und hilft bei schmerzenden Augen und Bindehautentzündung. Er hat seit langem den Ruf, zu Gewichtsverlust und Langlebigkeit zu verhelfen.

Integration in das System
der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 2.21 und ■ Tab. 2.22)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.21 Wirkqualität und Tropismus des Fenchels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß, neutral, restorierend, stimulierend, entspannend, adstringierend	Holmes 1989	Niere, Magen,	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Etwas scharf, warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Blase, Darm, Lunge, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010	Milz	Holmes 1989; Ploberger 2011
		Leber	Ross 2010; Ploberger 2011
		Gallenblase	Ross 2010
		ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ Tab. 2.22 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Fenchels

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stärkt das Qi im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Bettnässen, Polyurie, Harninkontinenz, atonische Blase	Thuja, Ackerveilchen, Himbeerblätter, Sachachtelhalm, Engelwurz, große Klette, Taubnessel
Stärkt und bewegt das NierenQi	Holmes 1989	Dysurie, Hyperurikämie, Gicht, Übergewicht, Anurie, Harnsteine, Hodenschmerzen	Johanniskraut, Raute, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe
Uterus-Kälte, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Amenorrhoe, PMS, Östrogenmangel, Hirsutismus	Raute, Thymian, Liebstöckel, Poleiminze
Kälte in Magen und Darm, wärmt den mittleren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dyspepsie, Reflux, dumpfe Bauchschmerzen, besser nach Nahrungsaufnahme, Übelkeit, Erbrechen, gastrokardiale Syndrome, Sodbrennen	Engelwurz, Alant, Ingwer, Liebstöckel, Basilikum, Zimt, Bergbohnenkraut
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989; Ploberger 2011	Bronchitis, Asthma, Heiserkeit, Stimmverlust	Thymian, Alant, Ysop
Stimuliert das WeiQi, Immunsystem	Holmes 1989	Prävention von Erkältung/Influenza	Thymian, Raute, Schafgarbe, Sonnenhut, Salbei, Thuja

■ Tab. 2.22 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt Parasiten und Gifte	Holmes 1989	Intestinale Parasiten, Vergiftung durch Pilze/Kräuter	Wermut, Eisenkraut, Ziest, Baldrian, Anis, Vogelknöterich, große Klette, Zimt, Beifuß, Tausendgüldenkraut
Unterstützt die laktierende Brust	Holmes 1989		Himbeerblätter, Anis, Eibisch, Vogelmiere, Petersilie, Holunder, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Borretsch
Tonisiert und reguliert das Qi von Milz und Magen	Ross 2010	Meteorismus, Appetitlosigkeit, Müdigkeit, kaminativ, v. a. für Kinder, Aufstoßen	Anis, Löwenzahn, Melisse, Vogelmiere, Weißdorn
Reguliert das Qi des Darms	Ross 2010; Ploberger 2011	Inguinalhernie, Säuglingskolik, Kolik, Flatulenz	Pomeranzenschale, Petersilie, Rosmarin, Bergbohnenkraut, Lavendel, Eisenkraut, Löwenzahn, Odermennig
Wirkt gegen Kälte	Ploberger 2011		Anis, Engelwurz, Liebstöckel, Ingwer, Bergbohnenkraut, Basilikum, Rosmarin, Beifuß (wärmt die Meridiane)
Leitet feuchte Kälte aus	Ploberger 2011		Thymian, Anis, Dost, Alant, Ingwer, Engelwurz, Liebstöckel, Raute, Mutterkraut
Stärkt die Augen	Holmes 1989		Augentrost, Schöllkraut, Gundermann, Spitzwegerich (klärt)

- ❗ Kontraindiziert bei Yin-Mangel (Ploberger 2011), Yin-Mangel mit Hitze-Zeichen (Ross 2010), wegen Uterus-stimulierender Wirkung in der Schwangerschaft (Holmes 1989) erlaubt, aber in moderaten Dosen und mit Vorsicht (Ross 2010).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Xiao Hui Xiang, *Foeniculum vulgare* Wirkung: bewegt das Qi und reguliert, beseitigt Schmerz, wärmt Kälte, erwärmt die Leitbahnen

2.5.4 Steinklee

Lat.: *Melilotus officinalis*, engl.: melilot
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Meliloti

Historie

Über den Steinklee (■ Abb. 2.4) lässt sich nicht viel interessantes historisches Material finden. Er wurde allerdings bereits von Theophrast, einem Schüler des Aristoteles (384–322 v. Chr.), der mit seinem Werk „Geschichte der Pflanzen“, als erster Botaniker angesehen werden kann, erwähnt und gerühmt (Hiller u. Melzig 2006). Storl bezeichnet ihn als eines der Bettstroh-Kräuter, die einst als „unser Liebfrauen-Bettstroh“ bezeichnet wurden. Vor allem die gelb blühenden, nach Honig duftenden Rispen des Labkrauts, aber auch des Steinklees, der im Lateinischen ja *melilotus* (Mel = Honig) heißt, kamen dafür infrage, die Wöchnerin und das Kind zu stärken und zu schützen (Müller-Ebeling et al. 1999).

Verwendung in der Westlichen Phytotherapie

Steinklee wirkt antiödematös und antientzündlich, bewirkt eine Verbesserung der Blut- und Lymph-



■ **Abb. 2.4** Steinklee, *Melilotus officinalis*

strömung sowie eine Steigerung der Kapillarresistenz und Senkung der Gefäßpermeabilität. Er eignet sich daher zur Behandlung von Thrombophlebitiden, Hämorrhoiden, postthrombotischem Syndrom und Lymphstauungen. Weitere Einsatzmöglichkeiten sind Erkrankungen des ZNS sowie Kopfschmerz und Gerinnungsstörungen (Hiller u. Melzig 2006). Er wirkt leicht beruhigend und krampflösend und kann bei Schlaflosigkeit (vor allem von Kindern), Angstzuständen, Blähungen, Verdauungsstörungen, Bronchitis, klimakterischen Beschwerden und rheumatischen Schmerzen gegeben werden (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

■ **Tab. 2.23** und ■ **Tab. 2.24**

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 2.23** Wirkqualität und Tropismus des Steinklees

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter und süß, kühl, trocken, entspannend, beruhigend, blutverdünnend, bewegend	Holmes 1989	Leber, Herz, Darm, Nervensystem, Venen, Lunge, DuMai	Holmes 1989

■ **Tab. 2.24** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Steinklees

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989	Neurokardiale Syndrome	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Engelwurz (Kälte), Herzgespann, Hopfen, Ingwer, Lavendel, Linde, Melisse, Mistel, Rosmarin, Schafgarbe, Schlüsselblume, Schöllkraut, Thuja, Weißdorn, Ziest
Aufsteigendes LeberYang	Holmes 1989	Reizbarkeit, pochende Kopfschmerzen, Tinnitus, Schwindel, Hypertonus	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Mutterkraut, Ziest, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Rose, Schlüsselblume

* = stärker wirksam; k = sanft, vor allem für Kinder geeignet

Tab. 2.24 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma, Keuchen, Engegefühl auf der Brust	Thymian, Ysop, Lavendel (k), Mistel (*), Poleiminze (*), Raute (*), Schöllkraut (*), Salbei, Ackerveilchen (k), Königskerze (k), Anis (k), Dost(k), Thuja(*), Engelwurz (k), Alant, Hopfen, Pomeranzenschale (k), Johanniskraut, Baldrian, Melisse (k), Ziest (k), Kamille(k), Passionsblume (k), Rotklee (k), Ingwer
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989	Reizdarm, Kolik	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Poleiminze, Johanniskraut, Herzgespann, Petersilie, Raute, Süßholz, Wermut, Schöllkraut, Anis, Lavendel, Kamille, Hopfen, Braunwurz, Pomeranzenschale, Kümmel, krauser Ampfer, Walnuss, Schafgarbe, Salbei, Hirtentäschel, Rosmarin, Baldrian, Engelwurz, Ingwer, Schachtelhalm, Bergbohnenkraut
Lindert Schmerz	Holmes 1989	Neuralgie, Ischialgie, Neuritis, Spannungskopfschmerz, Schmerzen in Ohr, Ovar, Magen, Uterus, Rektum und Blase	Eibisch, Mädesüß, Rotklee, Ziest, Lavendel, Mistel, Beinwell, Pestwurz, Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Mutterkraut
YangExzess	Holmes 1989	Ängstlichkeit, Unruhe, Kopfschmerz, Muskelspannung, Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Unruhe (v. a. bei Kindern, älteren Menschen und in der Rekonvaleszenz), sympatiktone Überstimulation	Rose, Ziest, Weißdorn, Lavendel, Passionsblume, Linde, Schlüsselblume, Eisenkraut
HerzFeuer	Holmes 1989	Palpitationen, Agitiertheit, Reizbarkeit, Ängstlichkeit, Hitzewallungen, Schlafstörungen, menopausale Syndrome, chronischer Stress	Baldrian, Borretsch, Hopfen, Kamille, Lavendel, Lungenkraut, Melisse, Passionsblume, Rose, Salbei, Weißdorn
Belebt das Blut- und Lymphsystem	Holmes 1989	Varikosis, schwere, schmerzende Beine, nächtliche Wadenkrämpfe, Venenschwäche, Müdigkeit, Phlebitis, Hämorrhoiden, Thrombose, Hyperviskosität	Thuja, Brennnessel, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Melisse, Mistel, Ringelblume, Löwenzahn, Schöllkraut, Klettenlabkraut, Schafgarbe, Braunwurz, große Klette, Johanniskraut, Hirtentäschel
Uterus-Blutstagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Taubnessel, Thuja

* = stärker wirksam; k = sanft, vor allem für Kinder geeignet

Tab. 2.24 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Enteritis, Kolitis, Dysenterie, Diarrhoe mit brennender, schmerzhafter Defäkation	Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Königs-kerze, Taubnessel, Rose, Wermut, Kamille, Spitzwegerich, Enzian, Beinwell, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Birke, Walnuss, Hirtentäschel, Gänsefingerkraut, Ruprechtskraut, Löwenzahn, Süßholz, Himbeerblätter, große Klette, Odermennig, Alant
Hitzetoxin	Holmes 1989	Ulzerationen, Furunkel, Abszesse, Fieber, Tumore	Thuja, Walnuss, große Klette, Borretsch, Löwenzahn, Frauenmantel, Salbei, Klettenlabkraut, Sonnenhut

* = stärker wirksam; k = sanft, vor allem für Kinder geeignet

! Durch den Cumarin-Gehalt wird die Gerinnungsfähigkeit des Blutes beeinträchtigt, deshalb nicht einsetzen vor Operationen, Geburt oder in Kombination mit gerinnungshemmenden Medikamenten (Chevallier 2000; Holmes 1989). Cumarin-haltige Pflanzen können bei erhöhter Empfindlichkeit oder Konzentration Kopfschmerzen und Benommenheit erzeugen (Roth et al. 1994).

2.5.5 Eibisch

Lat.: *Althea officinalis*, engl.: marsh mallow
Verwendeter Teil: die Wurzel
Rezeptierform: Rad.Altheae

Historie

Eibisch (Abb. 2.5) ist seit der Antike in der Heilkunde bekannt und spielt seit jeher eine große Rolle als Hustenmittel (Marzell 2002). Dioskurides führt den Namen *althea* zurück auf *poly-althes* = vielheilend (ebd.). Plinius schrieb gar: „Wer einen Löffel von Eibisch zu sich nimmt, dessen Tag wird von allen Krankheiten, die auf ihn zukommen sollten befreit sein.“ (Grieve 1980, S. 507)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die schleimhautschützende und beruhigende Wirkung kommt vor allem bei Magensäure-Überschuss,



Abb. 2.5 Eibisch, *Althea officinalis*

Magengeschwür und Magenschleimhautentzündung zum Einsatz. Als leichtes Abführmittel nützt er bei Sigmadivertikulitis, Kolitis und Reizdarm. Weitere Einsatzmöglichkeiten: Blasenentzündung,

häufiger Harndrang, Husten, Bronchialasthma, Brustfellentzündung, Ekzem, Furunkel, Abszess, Entzündung der Mundschleimhaut und als „Kau-
stange“ für zahnende Babys (Chevallier 2000).

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 2.25 und ■ Tab. 2.26)**

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.25 Wirkqualität und Tropismus des Eibischs

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Magen, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht bitter	Ross 2010; Ploberger 2011	Blase	Holmes 1989; Ross 2010
Feucht, erweichend, verdickend, entspannend	Holmes 1989	Niere	Holmes 1989

■ Tab. 2.26 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Eibischs

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Nährt das Yin, befeuchtet Trockenheit	Holmes 1989	Trockener Hals und Mund, Durst, Dehydratation, Erschöpfung durch Hitze, Durst bei Diabetes	Vogelmiere, Salomonsiegel, Rotklee, Beinwell, Lungenkraut, Ackerveilchen
Trockenheit und Yin-Mangel in der Lunge, kühlt MangelHitze in der Lunge, Schleim-Stagnation in der Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Trockener unproduktiver Husten, Keuchhusten, TBC	Lungenkraut, Salomonsiegel, Königskerze, Vogelmiere, Beinwell, Borretsch, Huflattich, Alant, Rotklee
Trockenheit in Magen und Darm, tonisiert das MagenYin, tonisiert das Yin des Dickdarms	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Hunger ohne das Bedürfnis, zu essen, Hiatushernie, Gastritis, Magenulkus, Obstipation, trockener, harter Stuhl, „klumpiges“ Gefühl im Abdomen	Salomonsiegel, Vogelmiere, Ackerveilchen, Spitzwegerich, Rotklee
MagenFeuer, MagenHitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Großer Appetit, stinkender Atem, geschwollenes, schmerzendes Zahnfleisch, gastrische Hyperazidität	Mädesüß, Süßholz, Kamille, Enzian, Melisse, Hopfen, Rose, Ringelblume, Löwenzahn, Frauenmantel (feuchte Hitze), Wermut(feuchte Hitze), Pestwurz
Feuchte Hitze im Darm, Hitze im Darm, tonisiert die Flüssigkeiten im Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Blutige schleimige Stühle, Enteritis, Kolitis	Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Königskerze, Steinklee, Taubnessel, Rose, Spitzwegerich, Beinwell, Frauenmantel, Birke, Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Himbeerblätter, große Klette, Odermennig

■ **Tab. 2.26** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Nephritis, Nierenkolik, Zystitis, Urethritis, Blasenreizung, Harn- steine, Dysurie	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Bei- fuß, Birke, Brennnessel, Frauenman- tel, Goldrute, Hirtentäschel, Holun- der, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Mädesüß, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich, Walnuss, Wegwarte
Befeuchtet und kühlt die Haut	Holmes 1989; Ross 2010	Varikosis, Gangrän, Furunkel, Abszesse, Verstauchung, Quetschung	Rotklee, Vogelmiere, Beinwell, Birke, Klettenlabkraut, Lungenkraut
Insuffiziente Laktation	Holmes 1989		Fenchel, Himbeerblätter, Anis, Vogelmiere, Petersilie, Holunder, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Borretsch
Erweicht Schwellun- gen und Geschwüre	Holmes 1989	Mastitis, Schwellung/Knoten in der Brust	Walnuss, Schachtelhalm, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechts- kraut, Raute, Mistel, Ringelblume, Schöllkraut, Klettenlabkraut, Thuja
Beruhigt den Geist	Ploberger 2011		Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Königskerze, Lavendel, Linde, Me- lisse, Passionsblume, Rose, Salbei, Taubnessel, Weißdorn
Klärt toxische Hitze	Ploberger 2011		Enzian, Luzerne (v. a. Magen), Vogelmiere, Süßholz, Braunelle (Qi- Ebene), krauser Ampfer, Braunwurz, Walnuss, Gänsefingerkraut, Acker- veilchen (v. a. im Bereich des Halses), Goldrute, Brennnessel, große Klette, Ruprechtskraut, Rotklee, Borretsch, Ringelblume, Löwenzahn, Frauen- mantel, Birke, Sonnenhut

2.5.6 Mädesüß

Lat.: *Filipendula ulmaria*, engl.: meadowsweet

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Spireae

Historie

Gerard schrieb in seinem Herbal 1597: „Ihr Duft macht das Herz froh und erfreut die Sinne“ (nach Grieve 1980). Laut M. Grieve war Mädesüß (■ Abb. 2.6) neben Wassermanze und Eisenkraut

eine der heiligsten Pflanzen der Druiden (ebd.). Der Name wird hergeleitet von der alten Verwendung, Honigwein-Met zu süßen oder eher zu würzen. Im Volksglauben zog die Pflanze Glück an und galt als Symbol der Unschuld. Man glaubte auch, es könnte Diebe anzeigen (Bader 2003). 1890 wurde die aus dem Mädesüß isolierte Salicylsäure erstmals synthetisiert und zur Herstellung von Aspirin (hergeleitet vom Namen „Spirea“) genutzt (Chevallier 2000).



■ Abb. 2.6 Mädesüß, *Filipendula ulmaria*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Mädesüß gilt, wie auch der Baldrian, als die „Königin der Wiese“, sie trägt das Licht in Form der bioenergetischen Information von *Silicea*. Diese Energie schafft Oberflächenraum, im menschl-

chen Körper ist dies nützlich zur Regeneration von Binde- und Oberflächengewebe (Epithelgewebe) (Holmes 1989). Die Pflanze ist, wenn es kontinuierlich verwendet wird, ein sanftes und dennoch tief wirkendes Heilmittel, welches perfekt für schwache, alte Menschen und Kinder geeignet ist (ebd.). Chevallier beschreibt folgende Wirkungen: entzündungshemmend, antirheumatisch, adstringierend, harntreibend, lindert Magenschmerzen (Chevallier 2000). Mädesüß ist ein gutes Beispiel wie die Kombination von verschiedenen Wirkstoffen in einer Pflanze eine harmonische Wirkung auf den Organismus entfaltet. So enthält sie neben dem entzündungshemmenden, aber schleimhautschädigenden Stoff Salicylsäure zusätzlich vor allem Gerbstoffe, die die Schleimhäute des Verdauungstraktes schützen (ebd.). Es wird vermutet, dass die positive Wirkung der Pflanze bei Gelenksbeschwerden und Krankheiten des rheumatischen Formenkreises nicht nur auf die entzündungshemmende Wirkung der Salicylsäure, sondern auf eine insgesamt entsäuernde Wirkung auf den Organismus zurückzuführen ist. Folgende Wirkungen sind durch Forschungsarbeiten belegt: antibakteriell, antifungal, antilazerativ, immunmodulatorisch, hepatoprotektiv, antikoagulierend, sedativ, antikarzinogen (Cervix, Vagina, Brust) (Ross 2010).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

■ Tab. 2.27 und ■ Tab. 2.28

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.27 Wirkqualität und Tropismus des Mädesüß

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, adstringierend, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Magen, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Sauer	Ross 2010	Blase	Holmes 1989; Ross 2010
Süß, salzig, feucht, trocken, stimulierend, verteilend, bewegend, auflösend	Holmes 1989	Gallenblase, Leber, Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011
		Gelenke, Bindegewebe, Haut	Holmes 1989

■ **Tab. 2.28** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Mädesüß

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bi-Syndrom bei Wind-Feuchtigkeit-Kälte-Hitze, lindert Schmerz	Holmes 1989; Ross 2010	Gelenk- und Muskelschmerz mit Rötung, Schwellung, akute und chronische Arthritis, Kopfschmerz, Neuralgie v. a. Trigeminus	Alant, Lavendel, Schlüsselblume, Eisenkraut, Mutterkraut, Pestwurz Schmerz: Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Tausendgüldenkrut, Rotklee
Äußere Wind-Hitze, kühlt Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Erkältung, Influenza, Masern, Windpocken	Sonnenhut, Birke, Mutterkraut, Pfefferminze, Augentrost, Ringelblume, Salbei, Holunder, Beifuß
Metabolische Toxikose	Holmes 1989	Stinkende Stühle, Ekzeme, Müdigkeit, Arthritis, Gicht, Rheuma, Hyperurikämie	Walnuss, Schachtelhalm, Braunwurz, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Liebstöckel, Wermut, Quecke, Rosmarin, Wegwarte, große Klette, Rotklee, Mistel, Birke
Bewegt Flüssigkeiten in Leber und Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ödeme, Müdigkeit, Hypertonus, Zellulitis, Atherosklerose, Harnsteine	Braunwurz, Petersilie, Liebstöckel, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
Feuer-Toxin	Holmes 1989	Karbunkel, Pyodermie, Entzündung von Augen, Zahnfleisch, Haut, Nerven, Muskeln, Gelenken, Harn- und Gallentrakt, Erysipel	Königskerze, Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut, Raute, Rose
Befeuchtet den Magen	Holmes 1989	Hunger ohne Appetit, chronische Gastritis, Magenulkus, Hiatushernie	Ackerveilchen, Eibisch, Salomonsiegel, Spitzwegerich, Vogelmiere
Magen-Hitze	Holmes 1989; Ross 2010	Durst, Heißhunger, Mundgeschwüre, geschwollenes schmerzendes Zahnfleisch, Hyperazidität des Magens	Eibisch, Süßholz, Kamille, Enzian, Melisse, Hopfen, Rose, Ringelblume, Löwenzahn, Frauenmantel (feuchte Hitze), Wermut (feuchte Hitze), Pestwurz
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ross 2010	Dysurie, Zystitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Alant, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich, Thymian
Trocknet Feuchtigkeit	Holmes 1989	Leukorrhoe, schleimige Diarrhoe	Pomeranzenschale, Luzerne, Enzian (wandelt Feuchtigkeit um in Körperflüssigkeiten), Engelwurz, Petersilie, Zimt, Goldrute, Brombeerblätter, Himbeerblätter, Ruprechtskraut, Raute, Ziest
Stoppt Blutung	Holmes 1989	Hämorrhagie	Hitze: Lungenkraut, Taubnessel, Ringelblume, Odermennig, Frauenmantel, Linde, Hopfen Neutral: Schafgarbe, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Brennnessel, Johanniskraut, Vogelknöterich, Ziest, Herzgespann, Mutterkraut, Braunelle, Schachtelhalm, Beifuß, Melisse, Beinwell

■ Tab. 2.28 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Fördert Gewebe- regeneration	Holmes 1989	Bindegeweibsschwäche	Schafgarbe, Steinklee, Beinwell, Schachtelhalm, Johanniskraut, große Klette, Rotklee u. a.
Bewegt LeberQi	Ploberger 2011		Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Beifuß, Pomeranzenschale, Birke, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Liebstöckel, Mistel, Mutterkraut, Oder- mennig, Raute, Ringelblume, Rosmarin, Ruprechtskraut, Salbei, Schöllkraut u. a.
Löst und zerteilt zähen Schleim	Ploberger 2011		Schafgarbe, Thuja, Thymian, Gundermann, Ackerveilchen, Steinklee, Königskerze, Goldrute, Walnuss, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Mistel, Klettenlabkraut

! Sehr hohe Dosen reizen die Schleimhäute und können Übelkeit und Erbrechen auslösen (Holmes 1989; Ploberger 2011).

2.5.7 Süßholz

Lat.: *Glycyrrhiza glabra*, engl.: licorice

Verwendeter Teil: das Rhizom

Rezeptierform: Rhiz.*Glycyrrhizae*

Historie

Das Süßholz (■ Abb. 2.7) wurde bei den alten Griechen und Römern außerordentlich geschätzt, bereits Dioskurides und Theophrast rühmten den Saft der Wurzel als gutes Mittel bei Husten und Rachenkatarrh (Hiller u. Melzig 2006). In den Kräuterbüchern des Mittelalters fand die Droge ebenfalls große Beachtung (ebd.). Die Verwendung von Süßholz in der europäischen Phytotherapie ist einige tausend Jahre alt (Chevallier 2000). Die Pflanze spielte und spielt eine große Rolle sowohl in der westlichen als auch in der östlichen Kräutermedizin.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Süßholz wirkt entzündungshemmend, schleimlösend, einhüllend, laxierend und regt die Nebennieren an. Im Organismus wirkt es ähnlich wie Hydrokorti-



■ Abb. 2.7 Süßholz, *Glycyrrhiza glabra*

son. In Japan wurden 1985 Untersuchungen durchgeführt, die ergaben, dass die Pflanze bei chronischer Hepatitis und Leberzirrhose hilft (Chevallier 2000). Weitere Verwendungsmöglichkeiten: entzündliche Beschwerden des Verdauungssystems, Mundgeschwüre, Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür, Übersäuerung, Arthritis und Husten (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 2.29 und ■ Tab. 2.30)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.29 Wirkqualität und Tropismus des Süßholzes

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr süß, neutral	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Magen	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Kühl	Ross 2010	Uterus	Ross 2010
Feucht, restorierend, beruhigend, entspannend, erweichend	Holmes 1989	Milz	Ross 2010; Ploberger 2011
		Darm	Holmes 1989; Ross 2010
		Herz, alle zwölf Hauptmeridiane	Holmes 1989; Ploberger 2011
		Blase, Nebenniere	Holmes 1989

■ Tab. 2.30 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Süßholzes

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das Qi von Milz, Magen und Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schwäche, Appetit- und Gewichtsverlust, ungeformter Stuhl, Malabsorptionssyndrome, Malnutrition, Übersäuerung, Erschöpfung	Alant, Anis, Engelwurz, Vogelmiere, Luzerne, Enzian, Petersilie
Qi-Mangel des Pankreas	Holmes 1989	Ausdauerverlust, Schwäche zwischen und nach den Mahlzeiten, Heißhunger auf Süßes, Morbus Addison, Schwäche durch Stress, chronische Krankheit, Hypoglykämie, Hypercholesterinämie	Wegwarte, Löwenzahn, Tausendgüldenkraut, Odermennig, Luzerne, große Klette, Schöllkraut, Alant, Quecke, Beifuß, Brennnessel, Walnuss
Reguliert das Immunsystem, Autoimmunerkrankungen	Holmes 1989	Allergien (Rhinitis, Urtikaria, Asthma), Rheumatoide Arthritis, Colitis ulcerosa, Autoimmune Hepatitis, Kontaktdermatitis	Alant, Schachtelhalm, große Klette
Bewegt das Qi des Darms	Holmes 1989	Verdauungsschwäche, Reizdarm, Kolik	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Johanniskraut, Anis, Steinklee, Walnuss, Schafgarbe, Rosmarin, Engelwurz u. a.
Lungen-Hitze-Trockenheit	Holmes 1989	Trockener Husten, Trockenheit von Mund, Nase, Hals	Rotklee, Eibisch, Vogelmiere, Ackerveilchen, Königskerze, Spitzwegerich

■ Tab. 2.30 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Trockenheit	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Trockener, schwer abzuhustender Schleim, trockener Reizhusten, Heiserkeit	Thymian, Vogelmiere, Schlüsselblume, Salomonsiegel, Königskerze
FeuerToxin, Antidot für Gifte, toxische Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Furunkel, Geschwüre, Abszesse, Aphten, Stomatitis, Laryngitis, chronische Arthritis, Tumore, Nahrungsmittelvergiftung, Tetanus, Diphtherie, lindert die Nebenwirkungen von Chemotherapie und Bestrahlung, lindert toxische Effekte anderer Kräuter	Klettenlabkraut, Königskerze, Ackerveilchen, Sonnenhut, Eisenkraut, Ziest, große Klette, Tausendgüldenkraut
Lindert Schmerz	Holmes 1989; Ploberger 2011		Spitzwegerich, Königskerze, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Beinwell, Mutterkraut, Pestwurz
Nährt die Haut	Holmes 1989	Dermatitis, Ekzeme, Pruritus	Salomonsiegel, Liebstöckel, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Melisse, Rose, Salbei, Birke, Beinwell
Harmonisiert die übrigen Kräuter einer Rezeptur	Ross 2010; Ploberger 2011		Ingwer
Kühlt Hitze in Magen und Darm	Ross 2010	Gastritis, Magen- und Duodenalulcus, v. a. als Nebenwirkung von Steroiden	Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Wermut, Kamille, Enzian, Eibisch, Vogelmiere
Tonisiert das Qi der Niere	Ross 2010	Erschöpfung, Kortikoidentzug, Adrenokortikale Insuffizienz nach Langzeit-Kortison-Therapie, Rekonvaleszenz nach burnout, chronischer Erschöpfung, Chronic fatigue syndrom, Östrogenmangel, Amenorrhoe	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Eibisch, Fenchel, große Klette, Johanniskraut, Raute, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Taubnessel, Thuja
Tonisiert und stabilisiert das HerzQi	Ross 2010	Erschöpfung, Palpitationen, Arrhythmie, Schlaflosigkeit, emotionale Labilität, bipolare Erkrankungen	Baldrian, Herzgespann, Thuja, Thymian, Weißdorn

⚠ **Vorsicht mit hoher Dosierung bei Überfunktion der Nebennieren, Hypertonus, Hyperglykämie, Ödemen, Hypokaliämie, Nierenversagen, Osteoporose (Ross 2010; Ploberger 2011). Manche Menschen sind gegenüber Süßholzextrakten überempfindlich (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

In der TCM heißt Süßholz Gan Cao (Glycyrrhiza uralensis). Bezüglich der Wirkung gilt: Es stützt und ergänzt das Qi, harmonisiert und stützt die mittleren Funktionskreise, leitet Glut aus, befeuchtet Trockenheit, entgiftet, desinfiziert, beruhigt, gleicht aus.



■ Abb. 2.8 Pomeranze, *Citrus aurantium*

2.5.8 Pomeranze/Bitterorange

Lat.: *Citrus aurantium*, engl.: bitter orange

Verwendeter Teil: die Schale der Frucht

Rezeptierform: *Pericarpium aurantii*

Historie

Seit Jahrtausenden ist die Pomeranze (■ Abb. 2.8) Nahrungs- und Heilpflanze. Aus ihren Blüten destilliert man das Neroli-Öl, aus den Blättern und jungen Trieben das Petit-Grain-Öl (Chevallier 2000). Beide Öle haben eine sehr wichtige Funktion in der Aromatherapie, vor allem das Neroli-Öl, das auch als „Rescue-Öl“ bezeichnet wird (Fischer-Rizzi 2002b). Es gehörte von jeher zu den teuersten Essenzen: Für einen Liter werden eine Tonne frischer handgepflückter Blüten verarbeitet (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Schale der Pomeranze ist eine klassische aromatische Bitterstoffdroge (Pahlow 2006). Sie wirkt appetitanregend, verdauungsfördernd und entblähend (Chevallier 2000). Eine Tinktur kann bei Kindern mit zu wenig Magensaft die Verdauung anregen (Pahlow 2006). Ansonsten verwendet man die Bitterorangenschale vor allem zur Geschmacksverbesserung (Hiller u. Melzig 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 2.31 und ■ Tab. 2.32)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.31 Wirkqualität und Tropismus der Pomeranze

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, leicht scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ross 2010
Süß, entspannend, restorierend, beruhigend	Holmes 1989	Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Aromatisch	Ross 2010	Milz	Ross 2010
Kühlend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Wärmend	Holmes 1989; Ross 2010	Gallenblase	Ploberger 2011
		Lunge, Uterus, ZNS	Holmes 1989

Tab. 2.32 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Pome-
ranze

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes Qi im Darm, reguliert das Qi des Darms, bewegt den Stuhl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Kolik, Spannungsgefühl im Bauch, Reizdarm, Obstipation	Ingwer, Bergbohnenkraut, krauser Ampfer, Braunwurz, Vogelmieri, Löwenzahn, Walnuss
Leber-Milz-Disharmonie (Leber greift die Milz an), reguliert die Milz	Holmes 1989; Ross 2010	Appetitverlust, Verdauungsschwäche, Spannungsgefühl im Epigastrium, Blähungen	Augentrost, Eisenkraut, Feldminze, Kamille, Pfefferminze, Raute, Rosmarin, Schöllkraut
Bewegt das Qi in der Gallenblase	Holmes 1989	Biliäre Dyspepsie, Übelkeit, Erbrechen	Feldminze, Alant, Birke, Enzian, Hopfen, Kamille, Kümmel, Lavendel, Löwenzahn, Pfefferminze, Rose, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut
Bewegt das Qi im Magen, tonisiert und reguliert das MagenQi	Holmes 1989; Ross 2010	Nahrungsstagnation im Magen, Übelkeit	Kamille, Vogelmieri, Luzerne, Enzian, Engelwurz (Kälte), Petersilie, Tausendgüldenkraut, Ingwer
Bewegt das LeberQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Kopfschmerz mit Brechreiz, Depressionen, Meteorismus	Feldminze, Alant, Anis, Baldrian, Beifuß, Dost, Eisenkraut, Ingwer, Kamille, krauser Ampfer, Lavendel, Mädesüß, Melisse, Odermennig, Passionsblume, Pfefferminze, Ringelblume, Rose, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut, Ziest u. a.
Bewegt das Qi in der Niere, bewegt das Qi im adrenergen System	Holmes 1989	Nervöse Anspannung, Schlaflosigkeit, Ruhelosigkeit, Ängstlichkeit	Augentrost, Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Passionsblume, Ziest
Bewegt das Qi im Uterus	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, unregelmäßige Periode	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Salbei, Thuja
Bewegt das Qi in der Lunge	Holmes 1989	Asthma, Keuchen, Depression	Thymian, Ysop, Lavendel, Mistel, Poleiminze, Raute, Schöllkraut, Ackerveilchen, Anis, Dost, Thuja, Engelwurz, Alant, Baldrian, Melisse, Ziest, Passionsblume u. a.
Klärt feuchte Hitze, klärt Feuchtigkeit und Schleim	Holmes 1989; Ross 2010	Infekte der Lunge und des Urogenitaltraktes, Dermatitis, Ekzem, Herpes, Akne, Psoriasis, Seborrhoe, Skabies, Vaginalpruritus	Johanniskraut, Dost, Mutterkraut, Huflattich, Raute, Brennnessel, Königskerze, Alant, Odermennig, Thuja, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Goldrute, Mädesüß, Spitzwegerich, Gundermann

■ Tab. 2.32 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lindert Entzündung, fördert Geweberege- neration	Holmes 1989		Pestwurz, Sonnenhut, Beinwell, Kletten- labkraut, Ysop, Poleiminze, Odermennig, Schöllkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Lavendel, Rose, Rotklee, Vogelmiere, Ruprechtskraut, große Klette, Brombeer- blätter, Johanniskraut, Rosmarin, Tausend- güldenkraut, Mädesüß, Thuja, Braunelle, krauser Ampfer, Spitzwegerich, Schachtel- halm, Salomonsiegel, Walnuss
Wirkt gegen Tumoren	Holmes 1989	v. a. des reproduktiven Systems	Walnuss, Schachtelhalm, Thuja, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Mistel, Ringelblume, Schöll- kraut, Klettenlabkraut
Harmonisiert die Wirkung von süßen Tonika	Ross 2010		Ingwer
Leitet das Qi abwärts	Ploberger 2011		Alant, Fenchel, Ingwer, Thymian (alle MagenQi absenkend), Thymian, Dost (LungenQi)

! **Vorsicht bei Gravidität und MilzQi-Mangel mit breiigem Stuhl (Ploberger 2011).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Zhi Ke, Citrus aurantium (reife Frucht) Wirkung: bewegt und reguliert das Qi von Milz und Magen, hebt das Qi, löst Zusammenballungen, beseitigt Schmerz, lenkt das Qi ab, laxierend

Zhi Shi, Citrus aurantium (unreife Frucht) Wirkung: bewegt und reguliert das Qi im mittleren Erwärmer, zerstreut Kälte, senkt das Qi ab, kanalisiert Schleim, löst Zusammenballungen

2.5.9 Kamille

Lat.: *Matricaria chamomilla*/Chamomilla recutita, engl.: chamomile

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: Flos.Matricariae

Historie

Die Kamille (■ Abb. 2.9) genießt seit alters her großes Ansehen als Heilpflanze in der Volksmedizin, wie auch in den Kräuterbüchern des Mittelalters. So schreibt z. B. Hieronimus Bock:

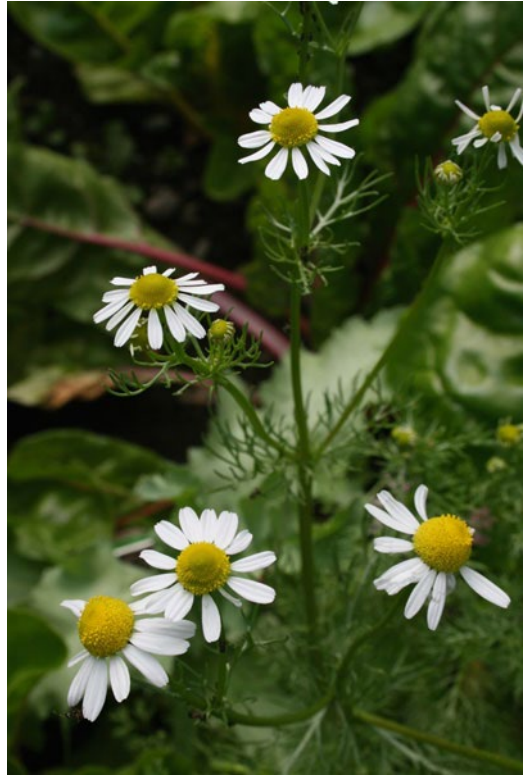
» Die (...) gantz gemein Chamill/ist der Doctor Recipe eins/dann on dies blum können sie nit vil ausrichten. (...) Es ist bei allen menschen kein bebreuchlicher kraut in der artzney als eben Chamillenblumen/dann sie werden beinahe zu allen presten gebraucht. (Bock, zit. Marzell 2002, S. 272)

Die Verwendung der Kamille geht zurück bis in das antike Ägypten, sogar die Mumie von Ramses II. wurde mit Kamillensalbe eingesalbt (Rätsch 1998). Die nordischen Völker sahen in den gelben Blütenköpfen den Gott Baldur und achteten die Kamille als heilig (Hiller u. Melzig 2006). „Chamai-melon“ bedeutet „niedrig wachsender Apfelbaum“, und die Kamillenblüten riechen leicht nach Äpfeln, daher der Name „Chamomilla“ (Rätsch 1989). Für den mittelalterlichen Menschen war

der „Krottenalp“ verantwortlich, wenn eine Frau eine „Missgeburt“ zur Welt brachte. Die Kröte war Symbol für die kranke Gebärmutter, und um sich vor „Missgeburten“ zu schützen, sollten Frauen vor allem die Krötenkräuter sammeln, zu denen auch die Kamille gehörte (Müller-Ebeling et al. 1999). Die Pflanze wurde auch als „Kraut der Mutter“ bezeichnet, wobei hier sowohl die Mutter eines Kindes als auch die Gebärmutter gemeint war (*mater* = Mutter, abgeleitet von *matricaria*) (Fischer-Rizzi 2002a).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Kamille wird verwendet bei Verdauungsstörungen, Azidität, Gastritis, Blähungen und Koliken, Hiatushernie, Darmgeschwüren, Morbus Crohn und Reizdarm. Da sie effektiv und dennoch mild ist, ist sie auch sehr gut für Kinder geeignet (Chevallier 2000). Weitere Anwendungsbereiche: Die krampflösende Wirkung löst verhärtete Muskeln, Krämpfe bei Periode, wirkt entspannend und schlaffördernd (vor allem bei Kindern), Asthma, Heuschnupfen, äußerlich bei Wunden, Ekzem und juckender Haut (ebd.). Maria Treben erwähnt eine positive Wirkung bei Multipler Sklerose, Erschöpfung und Ärger (Treben 1987). Das deckt sich auch mit dem homöopathischen Mittelbild: Ärger und Verdrießlichkeit (Fischer-Rizzi 2002b). Durch Untersuchungen an der Universität Gießen konnte man feststellen, dass die Inhaltsstoffe der Kamille Bakteriengifte (Staphylokokken-, Streptokokken-Endotoxine) unschädlich machen, was den Einsatz bei bakteriellen Infektionskrankheiten (vor allem Sinusitis und Bronchitis) untermauert (Pahlow 2006). Wood bezeichnet die Kamille als Heilmittel für „Babys jeden Alters“, d. h. Personen, die wie Säuglinge quengelig und wütend sind, herumnörgeln, unbedingt etwas (ein Spielzeug) wollen, es dann aber auf den Boden werfen und permanent nach Aufmerksamkeit verlangen und liebkost werden wollen.



■ Abb. 2.9 Kamille, *Matricaria chamomilla*

- » Man ist bockig, nur auf sich selbst bezogen, kann keine Schmerzen aushalten oder es nicht ertragen, seinen Willen nicht zu bekommen, man sucht Streit oder hat etwas dagegen, berührt, beruhigt oder angesprochen zu werden. (Wood 2012, S. 267 f)

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 2.33 und ■ Tab. 2.34)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 2.33** Wirkqualität und Tropismus der Kamille

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Magen, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Herz	Ross 2010; Ploberger 2011
Neutral, entspannend, beruhigend, stimulierend, restorierend, bewegend, auflösend	Holmes 1989	Lunge, Uterus, Nerven, Ohr, Nase, Hals, Perikard, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 2.34** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Kamille

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt das Qi im Darm	Holmes 1989	Verdauungsschwäche, Flatulenz, Bauchschmerzen, Reizdarm schlimmer bei Aufregung, Colitis ulcerosa	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Poleiminze, Johanniskraut, Raute, Wermut, Schöllkraut, Anis, Steinklee, Lavendel, Pomeranzenschale, Kümmel, krauser Ampfer, Braunwurz, Walnuss, Schafgarbe, Hirtentäschel, Salbei, Rosmarin, Baldrian, Engelwurz, Ingwer, Bergbohlenkraut
Leber greift die Milz an, harmonisiert den mittleren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Brechreiz, Erbrechen, Dyspepsie, Gastritis	Augentrost, Pomeranzenschale, Eisenkraut, Feldminze, Pfefferminze, Raute, Rosmarin, Schöllkraut
Bewegt das Qi in der Gallenblase	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Spannungsgefühl und Schmerz im Epigastrium, Übelkeit, Flatulenz, Launenhaftigkeit	Feldminze, Alant, Pomeranzenschale, Birke, Enzian, Hopfen, Kümmel, Lavendel, Löwenzahn, Pfefferminze, Rose, Schafgarbe, Tausendgüldenkräut
Bewegt das Qi im Magen, Magen-Hitze, Magen-Feuer, beruhigt das MagenQi, bei gegenläufigem MagenQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Dyspepsie, Gastritis, Sodbrennen, Aufstoßen, zahnende Babys	Melisse, Mädesüß, Baldrian, Enzian
Bewegt das Qi in der Niere, bewegt das Qi im adrenergen System	Holmes 1989	Nervöse Anspannung, Ruhelosigkeit, agitierte Depression, Überempfindlichkeit (v. a. nach Stress, Trauma, Schmerz), Reizbarkeit, Schlaflosigkeit	Melisse, Eisenkraut, Baldrian, Hopfen, Lavendel, Linde, Passionsblume, Ziest
Beruhigt aufsteigendes LeberYang, Leber-Hitze, reguliert die Leber, bewegt das LeberQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Starke Kopfschmerzen frontal/okzipital, Vertigo, Tinnitus, Albträume, Migräne, Spannungskopfschmerz	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Linde, Löwenzahn, Melisse, Mutterkraut, Pfefferminze, Raute, Rose, Salbei, Ziest

■ Tab. 2.34 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Innerer Wind	Holmes 1989	Kindliche Krämpfe, Tremor, Tic, Krämpfe	Königskerze (mild), Pestwurz, Mutterkraut, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume (nervöser Exzess), Linde, Passionsblume (nervöser Exzess), Mistel (Wind/Schleim in den Meridianen), Lavendel (LeberWind), Weißdorn (Yin-Mangel), Hopfen (nervöser Exzess), Baldrian (Wind/Schleim in den Meridianen), Raute (NierenWind), Ackerveilchen, Dost (bei Blutmangel), Salomonsiegel (Säftemangel)
Bewegt das Qi im Uterus	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, PMS	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe, Thuja u. a.
Lindert Schmerz	Holmes 1989	Neuritis, Neuralgie (v. a. im Gesicht), Fibromyalgie, Ohrenschmerzen, Zahnschmerzen, Herpes zoster	Königskerze, Eibisch, Mädesüß, Rotklee, Ziest, Lavendel, Mistel, Beinwell, Pestwurz, Spitzwegerich, Süßholz, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Mutterkraut
Bewegt das Qi in der Lunge	Holmes 1989	Keuchen, nervöser Reizhusten	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Königskerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Rotklee, Thymian, Ziest u. a.
Lungen-Schleim-Hitze, Lungen-Wind-Hitze	Holmes 1989	Akute Bronchitis mit reichlich schleimigem Auswurf (grünlich eitrig), allergische Rhinitis	Huflattich, Königskerze, Ziest, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Augentrost, Gundermann, Brennnessel
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989; Ross 2010	Enteritis, intestinale Parasiten	Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Königskerze, Steinklee, Taubnessel, Spitzwegerich, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Birke, Walnuss, Hirtentäschel, Gänsefingerkraut, Ruprechtskraut, Löwenzahn, Himbeerblätter, große Klette, Odermennig
Wind-Feuchtigkeit-Hitze in der Haut, äußerlich bei toxischer Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Atopische Dermatitis, Ekzeme mit Rötung, Schwellung Juckreiz, infizierte Wunden, Chemotherapie, nach Tattoo-entfernung, Hämorrhoiden, Juckreiz in der Vulva	Braunwurz, Ackerveilchen, Ringelblume, Spitzwegerich, Walnuss, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee, Birke
Beruhigt den Herz-Geist, HerzFeuer	Ross 2010; Ploberger 2011	Insomnia	Baldrian, Hopfen, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Salbei, Weißdorn

! Während der Schwangerschaft wegen seiner uterusstimulierenden Wirkung alleine vorsichtig verwenden, das ätherische Öl ist während der Schwangerschaft kontraindiziert (Holmes 1989). Nicht bei Nieren- oder Magenkrankheiten (Ploberger 2011).

2.5.10 Vogelmiere

Lat.: *Stellaria media*, engl.: chickweed

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb. *Stellariae med.*

Historie

Der große Botaniker Linneus nannte die Vogelmiere (Abb. 2.10) „stellaria“, Sternchen, und hat damit wohl Unkrautexperten wie Edwin R. Spencer zur Weißglut getrieben, denn sie brachten dieser überaus lebendigen, den Boden als lebendiges Mulchmaterial schützenden Pflanze, beinahe Hass entgegen (Storl 1996). Mit den Siedlern gelangte die Pflanze nach Amerika, und durch die Popularität des Kräuterbuchs „Culpeper’s Herbal“, das für jeden Waldläufer und Siedler zur Grundausrüstung gehörte, wurde sie als Heilpflanze bekannt. Hauptsächlich wurde sie äußerlich in Salbenform bei Hauterkrankungen eingesetzt (ebd.). Vogelmierenwasser (Tee) ist eine Empfehlung der alten weisen Kräuterfrauen gegen Übergewicht (Grieve 1980). Der Name Vogelmiere kommt daher, weil das Kraut gerne von Hühnern und Vögeln gefressen wurde.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Chevallier beschreibt folgende Anwendungsmöglichkeiten: hauptsächlich äußerlich in Form von Sal-



Abb. 2.10 Vogelmiere, *Stellaria media*

ben, Bädern oder Waschungen bei juckender Haut – „wo andere Mittel versagen, kann diese Pflanze den Juckreiz lindern“ (Chevallier 2000, S. 270). Weiterhin bei Ekzemen, Unterschenkelgeschwüren, Urtikaria, Rheuma sowie innerlich bei Bronchialleiden und zur Verdauungsförderung (Chevallier 2000). In letzter Zeit werden die sog. Wildkräuter immer beliebter in der Ernährung. Hier spielt die Vogelmiere eine große Rolle, der Geschmack erinnert an frische Maiskolben, sie enthält reichlich Vitamin C und Karotin, Phosphor, Magnesium, Kupfer und Kalium, sowie Mineralsalze und Kieselsäure (Storl 1996).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 2.35 und Tab. 2.36)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 2.35 Wirkqualität und Tropismus der Vogelmiere

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Magen, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Salzig	Holmes 1989; Ploberger 2011	Darm, Herz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010	Milz, Niere, Blut	Holmes 1989
Feucht, restorierend, nährend, erweichend	Holmes 1989		

Tab. 2.36 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Vogelmiere

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Nährt Yin und Flüssigkeiten	Holmes 1989	Durst, trockener Hals und Mund, Hitzewallungen, Dehydratation, Erschöpfung durch Hitze	Salomonsiegel, Rotklee, Beinwell, Huflattich, Eibisch, Königskerze, Ackerveilchen
LungenYin-Mangel-Trockenheit, Lungen-Mangel-Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Trockener, unproduktiver Husten, niedriges Fieber, TBC, Keuchhusten, Hämoptyse	Ackerveilchen, Eibisch, Königskerze, Rotklee, Lungenkraut
Lungen-Schleim-Trockenheit	Holmes 1989	Trockener Husten mit schwer abzuhustendem Sputum, Bronchitis	Thymian, Süßholz, Schlüsselblume, Salomonsiegel, Königskerze
Magen-Trockenheit, MagenYin-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Sorge, gastrische Hyperazidität, starker Hunger und Durst	Ackerveilchen, Eibisch, Mädesüß, Salomonsiegel, Spitzwegerich
Trockene Hitze im Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Obstipation mit hartem Stuhl	Wegwarte, Wermut, Borretsch
HerzYin-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herzschwäche, Palpitationen, Mundtrockenheit, Unruhe	Baldrian, Borretsch, Hopfen, Johanniskraut, Melisse, Mistel, Passionsblume, Ringelblume, Salbei, Schlüsselblume, Weißdorn
Blutmangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Anämie, Müdigkeit, Palpitationen, Blässe	Quecke, krauser Ampfer, Schafgarbe, Luzerne, Engelwurz, Petersilie, Zimt, Rosmarin (Herz), Beifuß (Leber), Wegwarte, Brennnessel (Uterus), Rotklee, Melisse (Herz), Baldrian (Herz), Weißdorn (Herz), Taubnessel (Uterus/Herz), Mistel, Wermut (Leber), Salbei (Uterus/allgemein), Beinwell
Qi-Mangel in Milz und Magen	Holmes 1989	Müdigkeit, ungeformter Stuhl, Gewichtsverlust, Malabsorptionssyndrom, Malnutrition, metabolische Azidose, Erschöpfung (Überarbeitung, Stress, Trauma, Krankheit)	Luzerne, Löwenzahn, Enzian, Tausendgüldenkraut
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Muskel- und Gelenkschmerz, Hämorrhoiden, Hydrozele, Tumore (Krebs im Frühstadium), Zysten, Schilddrüsenunterfunktion mit Struma, Adipositas	Salomonsiegel, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie
FeuerToxin, Toxische Hitze	Holmes 1989	Furunkel, Abszesse, Pyodermie	Quecke, Huflattich, Königskerze, Süßholz, Enzian, Raute, Rose, Tausendgüldenkraut, Holunder, Taubnessel, Wermut, Walnuss, Himbeerblätter, Braunwurz, krauser Ampfer, Braunelle (Qi-Ebene)

■ Tab. 2.36 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt Hitze	Ploberger 2011	Konjunktivitis, Zystitis, Dermatitis	Braunwurz, Ringelblume, Frauenmantel, Gundermann, Sonnenhut, Birke, Klettenlabkraut (LeereHitze), Mutterkraut (WindHitze), Pfefferminze, Augentrost (WindHitze/feuchteHitze in der Leber), Salbei (LeereHitze im Herzen/Wind- Hitze), Wermut (ShaoYang), Löwenzahn (feuchte Hitze in der Blase, Magen/Darm, HitzeToxin), Ringelblume (Magen/Darm), Passionsblume, Mistel, Rose, Rotklee (to- xische Hitze), Brombeerblätter (äußere- Hitze), Holunder (LeereHitze), Beifuß (ShaoYang), Hirtentäsche (feuchte Hitze im Darm), Pomeranzenschale (feuchte Hitze), Mädesüß, Thuja (HitzeToxin), Braunelle (toxische Hitze auf Qi-Ebene)
Topische Anwendung zur Wundheilung	Ross 2010	Psoriasis, rote, juckende, heiße Ekzeme, Genitalek- zeme, juckende Hämorrhoi- den, entzündete Augen	Beinwell, Johanniskraut, Rotklee, Braunelle, Rose, Schafgarbe, Salomon- siegel, Melisse, Birke, Schachtelhalm, große Klette, Thuja, Sonnenhut, Klet- tenlabkraut, Schöllkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Lavendel, Ruprechtskraut, Hirtentäschel, Spitzwegerich
Leitet feuchte Hitze aus (v. a. in der Haut)	Ploberger 2011	Akne, Furunkel	Ackerveilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Rotklee

Verwendung in der Chinesischen
Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Yin Chai Hu, *Stellaria dichotoma* Wirkung: beseitigt
Hitze durch Schwäche, kühlt Hitze, kühlt das Blut,
hämostypisch

2.5.11 Luzerne/Alfalfa

Lat.: *Medicago sativa*, engl.: lucerne
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Medicaginis

Historie/westliche Phytotherapie

Die Luzerne (■ Abb. 2.11) spielte wohl in der Ver-
gangenheit mehr eine Rolle als Viehfutter und Nah-
rungsmittel denn als Heilmittel. Plinius berichtet,
dass sie vom persischen König Darius (550–486
v. Chr.) in Griechenland eingeführt wurde. Die Sa-
men sind eine leicht verdauliche Nahrung für Ge-

nesende und östrogenhaltig (Chevallier 2000). Die
Araber brachten die Pflanze, die auch den Namen
„Vater aller Nahrung“ hat, nach Spanien, von wo
aus sie sich weiter nach Europa ausdehnte (Holmes
1989). Dadurch dass in der griechischen Medizin
vor allem die Methoden der Elimination, wie Purga-
tiva, Diaphoretika und Emetika, eine Rolle spielten,
wurde die Pflanze von den galenischen Ärzten nicht
verwendet (ebd.). Die Luzerne ist allerdings hervor-
ragend geeignet für die modernen Krankheiten, wo
MilzQi und LeberYin verbraucht sind, da sie das
Yin tonisiert, dabei aber keine Stagnation erzeugt.
Sie eignet sich für die Behandlung von chronischen,
degenerativen Erkrankungen. Die in den Pflanzen
enthaltenen Östrogene sind in der Lage, im Körper
sowohl eine östrogene als auch eine antiöstrogene
Wirkung zu entfalten (ebd.).



**Integration in das System
der Chinesischen Medizin**
(■ Tab. 2.37 und ■ Tab. 2.38)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Abb. 2.11 Luzerne, *Medicago sativa*

■ Tab. 2.37 Wirkqualität und Tropismus der Luzerne

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Salzig, feucht, nährend, restorierend, auflösend	Holmes 1989	Magen, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Leicht bitter, neutral	Holmes 1989; Ploberger 2011	Pankreas, Blut, Flüssigkeiten, Milz	Holmes 1989
Süß	Ploberger 2011		

■ Tab. 2.38 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Luzerne

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kommunikationsmöglichkeit
LeberYin-Mangel	Holmes 1989	Ausdauer- und Gewichtsverlust, geringe Widerstandskraft, abendliche Müdigkeit, Hypoglykämie, Anämie, Glykogenspeicher-Erkrankungen	Petersilie, Wegwarte, Brennnessel, Löwenzahn

■ **Tab. 2.38** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kommunikationsmöglichkeit
Blutmangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Anämie, Müdigkeit, Palpitationen	Beifuß, Brennnessel, Engelwurz, Schafgarbe, Enzian, Hirtentäschel, Petersilie, Rotklee, Salbei, Taubnessel, Wegwarte, Weißdorn
Nährt das Qi von Milz und Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Diabetes, Appetitmangel, Müdigkeit, Schwäche, Malabsorption, Malnutrition, gastrische/duodenale Hyper/Hypoazidität, Magengeschwür, Sodbrennen, Gastritis	Löwenzahn, Enzian, Tausendgüldenkraut, Vogelmiere
Metabolische Toxikose, toxische Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Intermittierende Gelenk-/ Muskelschmerzen, stinkende Stühle, Reizbarkeit, Müdigkeit, chronische Urämie	Walnuss, Schachtelhalm, Braunerwurz, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Quecke, große Klette, Rotklee, Birke, Mädesüß
Lindert Schmerz, bewegt das Qi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schmerzen jeglicher Ursache	Spitzwegerich, Königskerze, Tausendgüldenkraut, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Mutterkraut, Pestwurz
Stärkt die Blutgefäße, stärkt das MilzQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Kapillare Fragilität, spontane Blutungen, Atherosklerose	Schafgarbe, Brennnessel, Taubnessel, Beifuß, Melisse
Leitet Feuchtigkeit aus	Ploberger 2011		Mädesüß, Pomeranzenschale, Enzian, Engelwurz, Petersilie, Zimt, Goldrute, Brombeerblätter, Himbeerblätter, Ruprechtskraut, Raute, Ziest
Schützt die Leber, lindert Depression	Holmes 1989	Hyperlipidämie, Toxikose der Leber	Pomeranzenschale, Kamille, Tausendgüldenkraut, Wegwarte, Löwenzahn, Ringelblume, Beifuß, Passionsblume, Poleiminze, Rosmarin, Raute, Eisenkraut, Wermut, krauser Ampfer
Östrogenmangel oder -akkumulation	Holmes 1989	PMS, Menopause, Brustfibrome, uterine Fibrome, einige bösartige Tumore	Stimulierend: Liebstöckel, Engelwurz, Fenchel, Petersilie, Beifuß, Ringelblume, Süßholz, Rotklee Hemmend: Passionsblume
Insuffiziente Laktation	Holmes 1989		Fenchel, Himbeerblätter, Anis, Eibisch, Vogelmiere, Petersilie, Holunder, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Borretsch

❗ **Nicht bei Autoimmunerkrankungen anwenden (Chevallier 2000).**

Es gibt keine Warnung bei Holmes, keine Warnung im „Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen“ (Hiller u. Melzig 2006) und keine Warnung bei Plo-

berger. Ein möglicher Zusammenhang könnte die Bildung von Phytoalexinen sein, das sind Verbindungen, die Nutzpflanzen bei Stress produzieren, um sich zur Wehr zu setzen. Diese können Hypersensitivitätsreaktionen auslösen. Bei der Luzerne sind es die Isoflavonoide Medicarpin und Coume-

strol. Es gibt jedoch bisher keine Untersuchungen, inwiefern diese Substanzen beim Menschen oder im Tierversuch toxische Wirkungen auslösen (Roth et al. 1994). Insgesamt entspricht die Luzerne genau dem Pflanzenprofil, welches man eigentlich bei Autoimmunerkrankungen einsetzen möchte – zur Beruhigung und Stabilisierung eines erschöpften, aus dem Ruder geratenen Organismus.

2.5.12 Enzian, gelber

Lat.: *Gentiana lutea*, engl.: gentian

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.Gentianae

Historie

Nach Dioskurides hat der Enzian (■ Abb. 2.12) seinen Namen vom König der Illyrer, Gentis, der die Pflanze einst als erster in den Bergen gefunden haben soll (Marzell 2002) und als Mittel gegen die Pest empfahl (Hiller u. Melzig 2006). Die antiken Ärzte verwendeten ihn vor allem bei Magen- und Leberleiden sowie gegen Gicht. Im Mittelalter wurde er beinahe als Universalmittel angesehen (ebd.) und besonders hoch geschätzt, von Hieronimus Bock sogar mit einem Loblied bedacht (Marzell 2002). Holmes beschreibt, wohl mit einem Augenzwinkern, dass die als eine der bittersten Pflanzen überhaupt, der Enzian, ein Favorit bei den „moralischen teutonischen Ärzten des Mittelalters“ war („tief in ihren teutonischen Seelen wollten sie, dass die Patienten für ihre Sünden leiden“), vor allem für die diätetischen (Holmes 1989, S. 401). In Tirol braut man aus der Wurzel verschiedener Enziane einen Schnaps, den „Enzler“, der als Universalmittel gegen Magen- und Darmbeschwerden sowie Fieber und Gicht gilt. „Wie die Enzianwurzel so stark“ sagt der Tiroler (Marzell 2002, S. 184).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben nennt den Enzian als Ersatzmittel für die Aloe im „kleinen Schwedenbitter“, einem „Lebenselixier“, das von dem schwedischen Arzt Dr. Samst überliefert wurde, dessen gesamte Familie dank der Schwedenkräuter ein hohes Lebensalter erreichte (Treben 1987). Chevallier bezeichnet den



■ Abb. 2.12 Enzian, *Gentiana lutea*

Bitterstoff Amarogentin, den man noch in einer Verdünnung von 1:50.000 schmecken kann, als möglicherweise bitterste Substanz der Erde (Chevallier 2000). Die Bitterstoffe führen zu einer erhöhten Speichel- und Magensaftproduktion, sodass der Appetit und die Verdauungstätigkeit angeregt wird. Enzian „ist immer dann von Nutzen, wenn das Verdauungssystem gestärkt werden muss“ (ebd., S. 97). Er eignet sich auch zur Verbesserung der Nährstoffaufnahme sowie der Aufnahme von Eisen und Vitamin B₁₂, sodass er bei Eisenmangelanämie zum Einsatz kommen kann (Chevallier 2000). Enzian ist nicht förderlich beim übersäuerten, reizempfindlichen Magen (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 2.39 und ■ Tab. 2.40)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 2.39** Wirkqualität und Tropismus des Enzians

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Gallenblase, Magen, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht adstringierend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kalt, trocken, beruhigend, absenkend, stimulierend	Holmes 1989	Milz	Ross 2010
Neutral, kühl	Ross 2010		

■ **Tab. 2.40** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Enzians

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt das Qi des Magens, beruhigt rebellisches MagenQi, klärt Hitze im Magen	Holmes 1989; Ross 2010	Schmerz/Spannungsgefühl im Epigastrium, Appetitlosigkeit, Anorexie, gastrische Dyspepsie, Übelkeit, Erbrechen (während der Schwangerschaft und auch sonst), verbunden mit Verdauungsschwäche, Gastroenteritis	Gänsefingerkraut, Kamille, Pfefferminze
Bewegt das GallenblasenQi	Holmes 1989	Verstopfung, Müdigkeit, biliäre Dyspepsie, Ikterus, Schwäche bei Stagnation	Feldminze, Alant, Rose, Pomeranzenschale, Birke, Hopfen, Kamille, Kümmel, Lavendel, Löwenzahn, Schafgarbe, Pfefferminze, Tausendgüldenkräut
Feuchte Hitze in Leber und Gallenblase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Übelkeit, Erbrechen, Schmerz in der rechten Flanke, Verstopfung, Hepatitis (akut), Ikterus, Cholezystitis	Augentrost, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Schöllkraut, Tausendgüldenkräut, Wegwarte, Wermut
LeberFeuer	Holmes 1989	Berstende Kopfschmerzen, rotes Gesicht und Augen, Tremor, Spasmen, Flankenschmerzen, erhöhte Temperatur	Baldrian, Frauenmantel, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Rose, Salbei
Feuchte Hitze im Urogenitalsystem, feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Eitrige, gelbe Ausflüsse, genitale Infektionen, Genitaljuckreiz, Leukorrhoe, dunkler Urin mit Dysurie, Prostatitis	Beifuß, Brennnessel, Frauenmantel, Goldrute, Hirtentäschel, Salbei, Thuja
Feuchte Hitze im Darm, klärt Hitze im Dünndarm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Enteritis (akut), Diarrhoe, Stuhldrang brennend, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa	Odermennig, Quecke, Goldrute, Schachtelhalm, Eibisch, Königskerze, Birke, Walnuss, Taubnessel, krauser Ampfer
FeuerToxin, toxische Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ulzerationen auch chronisch, Abszesse, Dermatitis, Laryngitis, Tonsillitis, Konjunktivitis, Fieber, Herpes labialis, Herpes zoster	Große Klette, Walnuss, Borretsch, Löwenzahn, Frauenmantel, Melisse, Salbei, Klettenlabkraut, Sonnenhut, Huflattich, Quecke, Königskerze, Süßholz, Vogelmiere, Tausendgüldenkräut, Holunder, Raute, Rose, Taubnessel, Wermut

■ Tab. 2.40 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das Qi von Milz und Magen, im Allgemeinen, tonisiert das Blut	Ross 2010; Ploberger 2011	Verdauungsschwäche, Appetitmangel, Malabsorption, Anämie, Erschöpfung, postfebrile Schwäche	Alant, Schafgarbe, Anis, Engelwurz
Tonisiert das Qi des Dünndarms	Ross 2010		Odermennig, Luzerne, Süßholz, Brennnessel, Rotklee, Salomonsiegel, Walnuss
Tonisiert und bewegt das LeberQi	Ross 2010		Beifuß, krauser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Petersilie, Salbei, Wegwarte
Wandelt Feuchtigkeit um in Körperflüssigkeiten <i>JinYe</i>	Ploberger 2011		

❗ Verboten bei Diarrhoe infolge von MilzQi-Mangel!

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Long Dan Cao, *Gentiana scabra* u.a. Wirkung: feuchte Hitze ausleitend, Glut ausleitend, inneren Wind besänftigend

2.5.13 Engelwurz, Erzelengelwurz

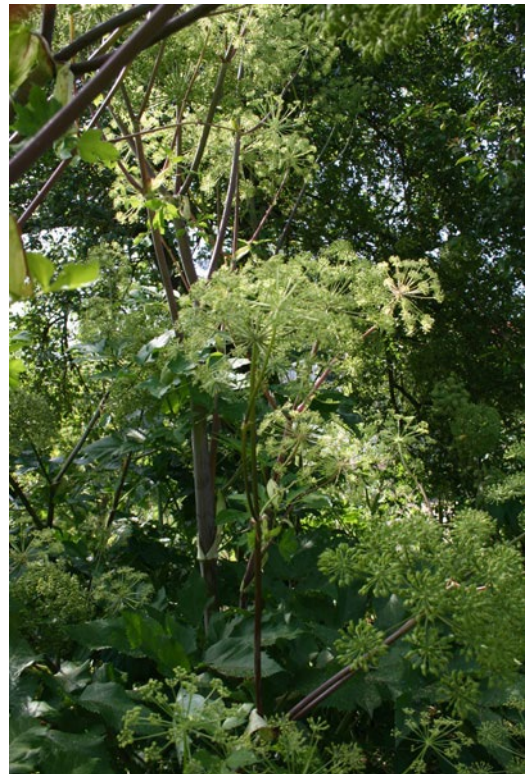
Lat.: *Angelica archangelica/officialis*, engl.: *Angelica*

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.*Angelicae* arch.

Historie

Die Engelwurz (■ Abb. 2.13) war vor allem in den nordischen Ländern verbreitet und geschätzt (Marzell 2002). Die Lappen bezeichneten sie gar als eine der „wichtigsten Schöpfungen der Erde“ (Chevallier 2000). Ihre Verbreitung im England des 17. Jahrhunderts war so weitläufig, dass Culpeper in seinem Herbal es nicht für nötig hielt, die Pflanze näher zu beschreiben: „Eine Beschreibung niederzuschreiben von etwas, das so bekannt ist und in fast jedem Garten wächst, nehme ich an, ist absolut nutzlos“ (zit. nach Fischer-Rizzi 2002a, S. 113). Im Mittelalter galt die Engelwurz als Allheilmittel und wurde auch eingesetzt, um sich vor Ansteckung durch die Pest zu schützen. So verwendete Paracel-



■ Abb. 2.13 Engelwurz, *Angelica archangelica*

sus sie auch erfolgreich, als die Pest ausgebrochen war (Fischer-Rizzi 2002a). Die Engelwurz war Bestandteil vieler Geheimtränke dieser Zeit, z. B. dem Theriak, die als Allheilmittel und Lebenselixiere

betrachtet wurden (ebd.). Zu früheren Zeiten war sie eines der wenigen Heilmittel, die von Westen nach Osten „unterwegs“ waren, begehrt, dort wie bei uns heute der Ginseng (Fischer-Rizzi 2002b). Sie wurde auch gegen Zauberei und böse Geister eingesetzt und soll dem Menschen von einem Engel gezeigt worden sein (Hiller u. Melzig 2006), daher auch die Bezeichnung Erzengelwurz.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Der Anwendungsbereich der Engelwurz ist vielfältig. So kann man sie einsetzen bei: Verdauungsschwäche, Brustfellentzündung, Nierenerkrankungen (harntreibend), rheumatischen Beschwerden, als Abortivum, bei Appetitlosigkeit oder Magen-Darm-Beschwerden (zu wenig Magensaftproduktion) (Hiller u. Melzig 2006). Als wärmendes, tonisierendes Mittel kommt sie bei Kreislaufschwäche, Durchblutungsstörungen (vor allem Morbus Winiwater-Buerger, Endangitis obliterans, Verschluss der mittelgroßen und kleinen Extremitätenarterien unklarer Genese, insbesondere bei männlichen Rauchern im Alter von 20–40) und Bronchitis zum Einsatz (Chevallier 2000). Sie regt die Gallensekretion an und sollte allerdings bei Magen- und Darmgeschwüren nicht verwendet werden (Pahlow 2006). Man kann sie auch einsetzen zur Infektionsprophylaxe, als Stärkungsmittel bei Schwächezuständen, sowohl physische als auch psychisch-nervöse, zur Entgiftung (Raucher), äußerlich bei Lähmungen, Nervenschmerzen, Rheuma und Gicht (Fischer-Rizzi 2002a). Ich empfehle sehr gerne den „Engelwurz Balsam“ von Ingeborg Stadelmann aus der Kemptener Apotheke, bei durch Infekte verstopfter Nase von Säuglingen und Kleinkindern (Stadelmann 2001).

tätenarterien unklarer Genese, insbesondere bei männlichen Rauchern im Alter von 20–40) und Bronchitis zum Einsatz (Chevallier 2000). Sie regt die Gallensekretion an und sollte allerdings bei Magen- und Darmgeschwüren nicht verwendet werden (Pahlow 2006). Man kann sie auch einsetzen zur Infektionsprophylaxe, als Stärkungsmittel bei Schwächezuständen, sowohl physische als auch psychisch-nervöse, zur Entgiftung (Raucher), äußerlich bei Lähmungen, Nervenschmerzen, Rheuma und Gicht (Fischer-Rizzi 2002a). Ich empfehle sehr gerne den „Engelwurz Balsam“ von Ingeborg Stadelmann aus der Kemptener Apotheke, bei durch Infekte verstopfter Nase von Säuglingen und Kleinkindern (Stadelmann 2001).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 2.41 und Tab. 2.42)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 2.41 Wirkqualität und Tropismus der Engelwurz

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, bitter, warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Darm, Milz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Herz	Ross 2010
Trocken, stimulierend, verteilend, entspannend, entstauend, auflösend, restorierend	Holmes 1989	Harnorgane, Uterus, Kopf, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

Tab. 2.42 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Engelwurz

Chinesische Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Magen-Kälte, wärmt die Mitte	Holmes 1989	Chronische Gastritis, chronisches Magengeschwür, Übelkeit, persistierender, dumpfer Schmerz im Epigastrium besser nach Nahrungsaufnahme oder Massage	Ingwer, Fenchel, Anis, Liebstöckel

Tab. 2.42 (Fortsetzung)

Chinesische Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
MilzYang-Mangel, Kälte im Darm, tonisiert die Milz	Holmes 1989, Ross 2010, Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Schwäche, abdominale Koliken, Diarrhoe, chronische Enteritis und Kolitis, Anorexie, Müdigkeit, Lethargie, Schweregefühl	Rosmarin, Walnuss, Thymian
Feuchtigkeit in der Milz, feuchter Schleim im Darm, leitet feuchte Kälte aus dem Dickdarm aus	Holmes 1989, Ploberger 2011	Verdauungsschwäche, Flatulenz, schleimige Stühle, Schweregefühl im Körper	Thymian, Anis, Raute, Gundermann
Lungen-Schleim-Kälte, Lungen-Wind-Kälte, feuchte Kälte in der Lunge	Holmes 1989, Ross 2010, Ploberger 2011	Keuchen, Husten mit weißlichem Sputum, chronische Bronchitis, Asthma, Schmerzen im Thorax	Thymian, Alant, Ingwer, Ysop, Rosmarin, Anis, Thuja
Eingezwängtes LungenQi, tonisiert das LungenQi und -Yang	Holmes 1989, Ploberger 2011	Engegefühl auf der Brust, trockener Husten mit klebrigem Sputum	Thuja, Ingwer
Bewegt das Qi im Allgemeinen	Holmes 1989	Stress, Spannung, Unruhe, Schwindel, Migräne, Ohnmachtsneigung	Schafgarbe, Steinklee, Pomeranzenschale, Luzerne, Bergbohnenkraut, Eisenkraut (bei Schwäche)
Feuchte Kälte im Kopf, äußere Wind-Kälte	Holmes 1989, Ploberger 2011	Sinusitis, Rhinitis, Zahnschmerzen, Influenza im Frühstadium, Kopfschmerz	Pfefferminze, Thymian, Salbei, Augentrost, Thuja
Bi-Syndrom bei Wind-Kälte-Feuchtigkeit	Holmes 1989, Ross 2010, Ploberger 2011	Rheumatische Schmerzen, Myalgie, Neuralgie	Dost, Alant, Mädesüß, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Lavendel, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut
Kälte im Uterus	Holmes 1989	Amenorrhoe, verzögerte Periode, Reizbarkeit, Dysmenorrhoe, PMS, Depression	Alant, Basilikum, Dost, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute, Rosmarin, Thymian, Ysop
Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Östrogenmangel, Geburtsstillstand, Plazentaretention	Thuja, Ackerveilchen, Himbeerblätter, Schachtelhalm, Schafgarbe, Fenchel, große Klette, Taubnessel
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Leukorrhoe, Dysurie, Anurie, Inkontinenz	Thuja, Thymian, Alant, Schachtelhalm, Fenchel, Schafgarbe, Rosmarin, Liebstöckel, Taubnessel, Salbei
Tonisiert das HerzQi, wärmt und bewegt das HerzQi	Ross 2010	Kalte Extremitäten, Erschöpfung	Anis, Ingwer, Rosmarin
Tonisiert das Blut	Ross 2010	Schwäche, Anämie	Luzerne, Beifuß (Leber), Brennnessel, Schafgarbe, Vogelmiere, Quecke, Petersilie, Rotklee, Salbei, Taubnessel (Uterus/Herz), Wegwarte, Weißdorn (Herz)

■ **Tab. 2.42** (Fortsetzung)

Chinesische Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das Qi im Allgemeinen	Ross 2010		Salbei, Alant, Zimt, Eisenkraut, Thymian
Transformiert Feuchtigkeit und Schleim	Ross 2010		Thuja, Thymian, Huflattich (Lunge), Anis, Himbeerblätter, Dost, Gunder- mann, Alant, Schafgarbe, Fenchel, Eibisch, Mädesüß, Pomeranzenschale, Liebstöckel, Basilikum, Goldrute, Brennnessel, Raute, Taubnessel, Oder- mennig, Klettenlabkraut, Mutterkraut
Bewegt das Qi des Darms	Ross 2010		Linde, Eisenkraut, Basilikum, Polei- minze, Johanniskraut, Wermut, Anis, Lavendel, Steinklee, Kamille, Pomeran- zenschale, krauser Ampfer, Braunwurz, Ingwer, Bergbohnenkraut
Leitet Feuchtigkeit aus dem mittleren Erwärmer aus, bewegt das Qi im mittleren Erwärmer, Nahrungsmittel- stagnation	Ploberger 2011		Anis, Dost, Alant, Salbei, Mutterkraut, Thymian
Stimuliert das Im- munsystem, lindert Infektion, Intoxika- tionen	Holmes 1989	Präventiv bei Epidemien, Ver- giftung durch Nahrungsmittel, toxische Kräuter, Alkohol	Eisenkraut, Sonnenhut, Thymian, Raute, Schafgarbe, Salbei, Thuja

❗ **Als uterines Stimulanz in der Schwangerschaft kontraindiziert, auch bei Diabetes und jeglicher Form von Hitze, bei hoher Dosierung jeweils eine 4-tägige Pause nach zwei Wochen Einnahme und bei innerlicher Einnahme des ätherischen Öls. Vorsicht mit Sonnenbaden, wegen erhöhter Photosensitivität (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Bai Zhi, *Angelica dahurica* u. a. Wirkung: lockert und löst die Oberfläche, leitet Wind aus, trocknet Feuchtigkeit, leitet Wind-Kälte aus, kanalisiert Schleim, zerteilt Schwellungen

Du Huo, *Angelica pubescentis* seu *Heraclei* u. a. Wirkung: leitet Wind aus, leitet Feuchtigkeit-Wind aus, beseitigt Blockaden durch Feuchtigkeit, zerstreut Stauungen, beseitigt Schmerz

Dang gui, *Angelica sinensis* Wirkung: ergänzt Blut, bewegt Blut, leitet Wind-Feuchtigkeit aus, befeuchtet Trockenheit, laxierend

2.5.14 Petersilie

Lat.: *Petroselinum crispum* (sativum), engl.: parsley
Verwendeter Teil: die Wurzel (verwendet werden auch Samen und Blätter)

Rezeptierform: Rad. *Petroselinum*

Historie

Im Gegensatz zu heute, wo die Petersilie (■ Abb. 2.14) vor allen Dingen als Küchenkraut bekannt und beliebt ist, wurde sie im Altertum vorwiegend als Heilpflanze eingesetzt (Marzell 2002). Im römisch-germanischen Aberglauben galt die Petersilie als „Unglückspflanze“ (Marzell 2002), was



■ Abb. 2.14 Petersilie, *Petroselinum crispum*

damit zusammenhängen könnte, dass sie in Rom in Verbindung gebracht wurde mit Persephone, der Göttin der Unterwelt, und bei Begräbniszeremonien verwendet wurde (Chevallier 2000). In diesen Zusammenhang passt auch der in unterschiedlichen Ländern verbreitete Aberglaube, man dürfe die Petersilie nicht verpflanzen, sonst stürbe bald ein Freund, ein Mitglied der Familie oder gar man selbst (Marzell 2002). Auch was das Aussähen

betrifft, gibt es unterschiedliche Angaben, so sollte man lachen oder aber zornig sein und sogar fluchen (ebd.). Ein schlesischer Volkswitz macht sich über die „Keimfaulheit“ der Samen lustig: Der Same müsse „erst nach Rom pilgern und vom Hl. Petrus (= Petersilie) die Erlaubnis erbitten, dann braucht es 7 Wochen bis er wieder daheim ist und aufgehen kann“ (nach Marzell 2002, S. 149). Vom Namen „Peter-silie“ (*petra* = gr. Stein) lässt sich auch eine Einsatzmöglichkeit ableiten, nämlich die, Steine, vor allem Harnsteine zu erweichen (Marzell 2002). Einen Hinweis auf die sowohl aphrodisierende als auch abortive Wirkung der Pflanze gibt folgender Volksspruch: „Petersilie hilft dem Mann aufs Pferd und den Frauen unter die Erd“ (nach Marzell 2002, S. 149).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Bei Maria Treben findet man die Verwendung der Blätter und Stängel in Form eines Herzweins bei Herzbeschwerden (Treben 1987). Chevallier empfiehlt die Samen, die oft im Austausch mit Sellarisamen verwendet werden, zur Behandlung von Gicht, Arthritis und rheumatischen Beschwerden. Die Wurzel bei Blähungen, Blasenentzündung, rheumatischen Erkrankungen, zum Einleiten einer verzögerten Periodenblutung und bei Dysmenorrhoe (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 2.43 und ■ Tab. 2.44)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.43 Wirkqualität und Tropismus der Petersilie

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Niere, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht scharf	Holmes 1989; Ross 2010	Milz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011

■ **Tab. 2.43** (Fortsetzung)

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Aromatisch, kühl	Holmes 1989	Blase, Darm	Ross 2010
Feucht, nährend, restorierend, auflösend	Holmes 1989	Blut, Flüssigkeiten, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 2.44** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Petersilie

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert und reguliert das MagenQi	Holmes 1989; Ross 2010	Appetit- und Gewichtsverlust, Dyspepsie mit Aufstoßen und Übelkeit, Mundgeruch, Gastritis	Enzian, Luzerne, Tausendgüldenkrout
Tonisiert das MilzQi, reguliert das DarmQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Appetitmangel, Müdigkeit, ungeformter Stuhl, Malabsorption, Anorexie, Malnutrition, metabolische Azidose, Blähungskolik	Anis, Engelwurz, Odermennig, Raute, Salbei, Schafgarbe, Wermut
Bewegt und reguliert das LeberQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schmerzen in der rechten Flanke, Spannungsgefühl im Epigastrium, Verdauungsschwäche, Ikterus, Leberstau, verminderte Entgiftungsleistung der Leber	Beifuß, krauser Ampfer, Luzerne, Salbei, Wegwarte
Nährt LeberYin	Holmes 1989	Verlust von Ausdauer und Widerstandskraft, Introvertiertheit, Gewichtsverlust	Luzerne, Wegwarte, Brennnessel, Löwenzahn
Blutmangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Müdigkeit, Blässe, Schwindel, Anämie, Mineralstoffmangel, Haarausfall	Luzerne, Beifuß, Brennnessel, Engelwurz, Schafgarbe, Rotklee, Salbei, Wegwarte, Weißdorn
UterusBlut-Mangel, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Verzögerte oder gestoppte Menstruation, Amenorrhoe, Östrogenmangel (PMS, Menopause, Reizbarkeit, Depression)	Beifuß, Schafgarbe, Brennnessel, Taubnessel, Salbei
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere, leitet Feuchtigkeitsstagnation aus	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ödeme, Müdigkeit, spärlicher Urinfluss mit Dysurie, Anurie, Nephrolithiasis, Prostatitis	Mädesüß, Braunwurz, Liebstöckel, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose, bewegt das Qi in Niere und Blase	Holmes 1989	Ekzeme, stinkende Stühle, Müdigkeit, Hyperurikämie, Gicht, Harn- und Gallensteine, gereizte Harnwege	Klettenlabkraut, Quecke, Löwenzahn
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989	Knochenbrüche	Beinwell, Schachtelhalm, Schafgarbe

■ Tab. 2.44 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Fördert die Laktation, stoppt den Milchfluss	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hier ist die Information widersprüchlich, Wirkung ist evtl. dosisabhängig, oder es handelt sich um ein „denkendes“ Kraut (frei nach Ramakers) – das sind Kräuter, die in beide Richtungen wirken können, je nachdem, was benötigt wird. Holmes gibt als milchbildungshemmend die Samen an	Fördernd: Fenchel, Himbeerblätter, Anis, Eibisch, Vogelmiere, Holunder, Melisse, Taubnessel, Borretsch Hemmend: Quecke, Ackerveilchen, Johanniskraut, Pfefferminze, Salbei

❗ Die Samen sind in zu großer Menge giftig und sollten nicht bei Schwangerschaft oder Nierenerkrankungen eingesetzt werden (Chevallier 2000).

Problematischer Bestandteil ist das in den Früchten enthaltene ätherische Öl Apiol, welches eine Verstopfung der Gefäße, eine gesteigerte Kontraktilität der glatten Muskulatur, vor allem des Uterus (abortive Wirkung), Reizung bzw. Schädigung der Nierenepithelien und Herzarrhythmien hervorrufen kann. Bei der Aufbereitung der Samen in Form eines wässrigen Extraktes (Tee) ist das toxikologische Risiko geringer (Roth et al. 1994). Eine toxische Wirkung ist bei üblicher Dosierung nicht zu erwarten (ebd.). Sowohl Samen als auch Wurzel sind wegen der Uterus-stimulierenden Wirkung in der Schwangerschaft kontraindiziert (Holmes 1989).

2.5.15 Tausendgüldenkraut

Lat.: *Centaurea erythraea*, engl.: *centaury*
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Centaurei

Historie

Wegen seines außerordentlich bitteren Geschmacks wurde das Tausendgüldenkraut (■ Abb. 2.15) von den Römern auch „Erdgalle“ genannt (Marzell 2002). Von dem heilkundigen Centauren Chiron soll es seinen Namen haben, der damit seinen von einem Pfeil verwundeten Fuß heilte (ebd.). Ein großes Ansehen als Wundkraut besaß die Pflanze auch



■ Abb. 2.15 Tausendgüldenkraut, *Centaurea erythraea*

im Mittelalter, in dem (nach Dioskurides und Plinius) Albertus Magnus schrieb, die Pflanze könne sogar das Fleisch im Topf zusammenwachsen lassen (ebd.). Grimmelshausen erwähnt das Tausendgüldenkraut in seinem „Simplicius Simplicissimus“ als wirksam gegen Tollwut. Ursprünglich als „Hundert Gulden Kraut“ vom lateinischen *centum* (= hundert) und *aurum* (= Gold) bezeichnet wurde es irgendwann das Tausend-Gulden-Kraut (Marzell 2002).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Pahlow erwähnt folgende Einsatzmöglichkeiten: Appetitlosigkeit, Magenschwäche mit mangelnder Magensaftproduktion, Störungen der Magenentleerung, Blähungen, Krampf- und Erschlaffungs Zustände des Darms, Anorexia nervosa, nervöse Erschöpfung, Gallensteine mit Hang zu Koliken und Migräne (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 2.45 und ■ Tab. 2.46)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.45 Wirkqualität und Tropismus des Tausendgüldenkrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr bitter, kalt	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber, Gallenblase, Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, stimulierend, bewegend, absenkend	Holmes 1989	Milz, Pankreas, Darm	Holmes 1989

■ Tab. 2.46 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Tausendgüldenkrauts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt das MagenQi	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Verdauungsschwäche, Spannungsgefühl im Epigastrium, Anorexie, Sodbrennen	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Engelwurz, Fenchel, Gänsefingerkraut, Himbeerblätter, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Raute, Thymian
Bewegt das GallenblasenQi, senkt aufsteigendes GallenblasenYang ab	Holmes 1989; Ploberger 2011	Verstopfung, Blähungen, Schmerzen im mittleren Rücken, Übelkeit, Brechreiz	Hopfen, Lavendel, Löwenzahn, Rose, Pfefferminze, Schafgarbe
Feuchte Hitze in der Leber, feuchte Hitze im Bereich des YangMing	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schmerzen in der Flanke, Übelkeit, Ikterus, Müdigkeit, rezidivierendes Fieber (ShaoYang)	Löwenzahn, Enzian, Wermut
FeuerToxin	Holmes 1989	Fisteln, Abszesse, Mastitis, Augenentzündungen	Mädesüß, Königskerze, Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut, Raute, Rose
Restoriert das Pankreas, tonisiert das MilzQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hypoglykämie, Diabestes, Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Völlegefühl, Meteorismus	Süßholz, Löwenzahn, Odermennig, Luzerne, Alant, Beifuß, Walnuss
Restoriert das Herz	Holmes 1989	Kardiale Schwäche	Alant, Anis, Baldrian, Herzgespann, Ringelblume, Rosmarin, Schlüsselblume, Thymian, Weißdorn
Bewegt das UterusQi	Holmes 1989	Verzögerte oder verkürzte Menstruation, Plazentaretenktion, PMS, Dysmenorrhoe	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Melisse, Mutterkraut, Poleiminze, Rose, Ringelblume, Salbei, Schafgarbe, Thuja

■ Tab. 2.46 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bewegt das NierenQi	Holmes 1989	Ekzeme, Kopfschmerz, Nierensteine	Birke, Brennnessel, Fenchel, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Liebstöckel, Löwenzahn, Petersilie, Quecke, Raute, Rosmarin, Schafgarbe
Klärt Parasiten	Holmes 1989	Intestinale und topische (Kopfläuse) Parasiten	Wermut, Eisenkraut, Baldrian
Lindert Schmerz	Holmes 1989	Neuralgie	Steinklee, Eibisch, Mädesüß, Rotklee, Ziest, Lavendel, Mistel, Beinwell, Pestwurz, Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Luzerne, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Mutterkraut
Fördert die Geweberegeneration	Holmes 1989	Chronische Wunden und Ulzerationen	Spitzwegerich, Beinwell, Klettenlabkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Rose, Rotklee, Vogelmiere, Schafgarbe, Braunelle
Vergiftung	Holmes 1989		Fenchel, Eisenkraut, Ziest, Vogelknöterich, große Klette, Zimt
Bewegt das LeberQi	Ploberger 2011		Baldrian, Beifuß, Pomeranzenschale, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Löwenzahn, Melisse, Odermennig, Raute, Salbei, Schafgarbe, Schöllkraut, Wegwarte, Ziest u. a.

❗ Als uterines Stimulanz nicht in der Schwangerschaft verwenden (Holmes 1989).

2.5.16 Ingwer

Lat.: *Zingiber officinalis*, engl.: ginger
Verwendeter Teil: das Rhizom
Rezeptierform: Rhiz.Zingiberis

Historie

Der in Asien seit Urzeiten hoch geschätzte Ingwer (Abb. 2.16) ist eine der besten Arzneien, die es gibt. Im mittelalterlichen Europa glaubte man, die Pflanze käme direkt aus dem Garten Eden (Cheval-

lier 2000). Er wurde in Indien und China seit dem Altertum angebaut und vor allem als Gewürz verwendet, wird aber auch in alten chinesischen Arzneibüchern und Sanskritschriften erwähnt (Hiller u. Melzig 2006).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Ingwer wird eingesetzt bei Erkrankungen des Verdauungstraktes (Magenverstimmung, Übelkeit, Blähungen, Koliken), Reisekrankheit, Hyperemesis, aufgrund seiner antiseptischen Wirkung auch bei Infektionen des Magen-Darm-Traktes und Lebensmittelvergiftung. Weiterhin bei Durchblutungsstörungen der Hände und Füße, Frostbeulen



■ Abb. 2.16 Ingwer, *Zingiber officinale*

und Hypertonus. Er hat eine schweißtreibende, fiebersenkende, wärmende und lindernde Wirkung, die bei Husten, Erkältung, Grippe und anderen Erkrankungen des Atemtraktes zum Einsatz kommt. Zur Behandlung von postoperativer Übelkeit wirkt Ingwer besser als konventionelle Medikamente (Chevallier 2000).

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin**
(■ Tab. 2.47 und ■ Tab. 2.48)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 2.47 Wirkqualität und Tropismus des Ingwers

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Milz, Magen	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Heiß	Holmes 1989; Ross 2010	Darm, Herz	Ross 2010
Leicht süß, trocken, stimulierend, entspannend, restorierend	Holmes 1989	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010	Verdauungssystem, Immunsystem	Holmes 1989
Warm	Ploberger 2011		

Tab. 2.48 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Ingwers

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Kälte, Wind-Hitze, öffnet die Oberfläche	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Kalte Extremitäten, Frösteln, Müdigkeit, Erkältung, Influenza im Frühstadium, akute Infektionen mit oder ohne Fieber, Kälteaversion ohne Schwitzen	Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Ysop, Dost, Salbei, Thuja, Brennnessel, Pestwurz
Wind-Kälte in der Lunge, Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989; Ross 2010	Husten mit weißem Auswurf, akute Bronchitis, chronische Bronchitis mit reichlich Schleim	Thymian, Ysop, Rosmarin, Engelwurz, Dost, Thuja
Bi-Syndrom durch Wind-Feuchtigkeit und Kälte	Holmes 1989; Ross 2010	Schmerzen im Muskel, Fibromyalgie, periphere Durchblutungsstörungen, inneres Kältegefühl, Rheuma, Arthritis	Dost, Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Lavendel, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut
MilzYang-Mangel, reguliert den Darm	Holmes 1989; Ross 2010	Appetitlosigkeit, ungeformter Stuhl, Enteritis, Dysenterie, Flatulenz, Kolik (v. a. verbunden mit Kältegefühl), Diarrhoe	Alant, Anis, Basilikum, Engelwurz, Raute, Rosmarin, Salbei, Thymian, Walnuss, Wermut, Ysop, Zimt
Magen-Kälte, wärmt den mittleren Erwärmer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Dumpfer Schmerz im Epigastrium, Erbrechen klarer Flüssigkeit, Appetitmangel, Verdauungsschwäche	Liebstockel, Fenchel, Engelwurz, Anis, Alant, Thymian
MagenQi-Stagnation, beruhigt rebellisches MagenQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schwere, schmerzhaftes Verdauung, Übelkeit, chronische Gastritis, gastrische Dyspepsie, Reiseübelkeit, morgendliche Übelkeit in der Schwangerschaft, Hyperemesis	Pfefferminze, Kamille, Enzian, Pomeranzenschale
Uterus-Kälte, Nieren-Yang-Mangel	Holmes 1989	Verzögerte Periode, Dysmenorrhoe, Amenorrhoe, schmerzhaftes Ovulation, Impotenz bei NierenYang-Mangel	Basilikum, Rosmarin, Thymian
Stimuliert das Immunsystem	Holmes 1989	Prophylaktisch bei Epidemien	Thymian, Raute, Schafgarbe, Sonnenhut, Salbei, Thuja
Antidot gegen Gifte	Holmes 1989	Lebensmittelvergiftung	Eisenkraut, Fenchel, Zimt, Tausendgüldenkraut
Antinfektiös	Holmes 1989	Bakterielle und virale Infektionen, Tonsillitis, Laryngitis	Spitzwegerich (v. a. antibakteriell), Thymian (antibakteriell, antiviral, antimykotisch), Melisse (v. a. antiviral)
Mäßigt andere Kräuter in ihrer Wirkung	Ross 2010; Ploberger 2011	Akonitvergiftung	Süßholz
Transportiert die Kräuter an ihren Wirkungsort	Holmes 1989		Süßholz

■ Tab. 2.48 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert und bewegt das HerzQi	Ross 2010	Chronische periphere Durch- blutungsstörung	Anis, Baldrian, Herzgespann, Rosmarin, Schafgarbe, Schlüssel- blume, Thuja, Weißdorn
Vertreibt Kälte, stoppt Husten	Ploberger 2011		Thymian, Anis, Dost, Thuja

! Ingwer sollte vermieden werden bei Lungen- und Magenerkrankungen, die Hitze involvieren. In der Frühschwangerschaft vorsichtig nur bei Hyperemesis einsetzen. Mit Vorsicht verwenden bei Hitze-Trockenheit oder Yin-Mangel-Zuständen (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Sheng Jiang, Zingiber officinale, frisch Wirkung: lockert und löst die Oberfläche, zerstreut Kälte, wandelt kalten Schleim um, stillt Brechreiz, stillt Husten, entgiftet, desinfiziert

Gan Jiang, Zingiber officinale, getrocknet Wirkung: erwärmt das Yang, zerstreut Kälte, leitet feuchte Kälte aus, wandelt kalten Schleim um, beseitigt Kollapsneigung, hämostyptisch

Pao Jiang, Zingiber officinale, geröstet Wirkung: wärmt Kälte, hämostyptisch, beseitigt Schmerz, erwärmt das Yang



■ Abb. 2.17 Hirtentäschel, Capsella bursapastoris

2.5.17 Hirtentäschel

Lat.: *Capsella bursapastoris*, engl.: shepherd's purse

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Capsellae bursap.

Historie

Das Hirtentäschel (■ Abb. 2.17) ist über die gesamte gemäßigte Wachstumszone der Erde verbreitet. Im Ersten Weltkrieg wurde es in Großbritannien als Ersatz für Gelbwurzel und Mutterkorn zur Blutstillung eingesetzt (Chevallier 2000). Auch in der deutschen Volksmedizin hat die Verwendung der Pflanze ge-

gen Blutungen eine lange Tradition (Marzell 2002). Es war sogar ausreichend, die Pflanze in der Hand zu halten, um die Blutung zu stillen: „Hat jemand Nasenbluten, so muss er das Hirtentäschchen suchen und fest in der Hand drücken, und zwar in diejenige, wo das Blut aus der Nase kommt“ (ebd., S. 97). Zahnenden Kindern hängte man ein rotseidenes Säckchen um den Hals, das mit den getrockneten Schötchen gefüllt war. Nach erfolgreicher

Zahnung wird das Amulett von der Mutter rückwärts in fließendes Wasser geworfen (Marzell 2002).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Bei Maria Treben (Treben 1987) findet das Hirtentäschel Verwendung bei: hohem und niedrigem Blutdruck, Blutstillung, Brustschwellung bei laktierender Brust als Umschlag, Hämorrhoiden als Sitzbad, Impotenz, Menstruationsbeschwerden, Nasenbluten, unregelmäßiger Periode, Beschwerden der Wechseljahre, Wundbehandlung, Blasengries, Blasenschwäche, Bluterkrankheit, Blutungen (inkl. Darm-, Lungen-, Magen-, Nierenblutung), Gebärmuttererkrankungen (inkl. Senkung und Vorfall), Leistenbruch, Multipler Sklerose, Muskelschwund, Nierensteine, Schließmuskeler schlaffung. Die blut-

stillende Wirkung des Hirtentäschchens wird in der Medizin kontrovers diskutiert. So behaupten manche Forscher, dass die Wirkung nicht von der Pflanze ausgehe, sondern von einem Pilz, der sehr häufig auf ihr wachse – andere halten sie für fast so wirksam wie Mutterkorn. Nach heutiger Forschung geht die blutstillende Wirkung auf ein in der Pflanze enthaltenes Peptid zurück, welches aber im Wirkstoffgehalt erheblich schwankt (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 2.49 und Tab. 2.50)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 2.49 Wirkqualität und Tropismus des Hirtentäschels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, scharf, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Sauer, neutral, scharf in frischem Zustand	Ross 2010	Blase	Ross 2010; Ploberger 2011
Trocken, entstauend, stabilisierend, stimulierend, restorierend	Holmes 1989	Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
		Venen, Urogenitalorgane, Herz	Holmes 1989
		Magen	Ross 2010

Tab. 2.50 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Hirtentäschels

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Belebt das Blut, venöse Blutstagnation	Holmes 1989	Varikosis, schwere, schmerzende Beine, nächtliche Wadenkrämpfe, Müdigkeit, Hämorrhoiden, Hypotonus	Gänsefingerkraut, krauser Ampfer (Leber/Uterus), Rosmarin, Rotklee, Rose (Uterus), Weißdorn (Herz/Uterus), Taubnessel (Uterus), Mistel (Uterus/Prostata), Herzgespann (Herz), Ringelblume (Uterus/venöses System), Gingko (Herz/venöses System), Löwenzahn (Leber/venöses System), Frauenmantel (Leber), Klettenlabkraut, Schöllkraut (Herz), Steinklee

■ **Tab. 2.50** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
UterusBlut- Stagnation	Holmes 1989	Frühe, starke Blutung, ziehendes Gefühl im Becken, Dysmenorrhoe, Menorrhagie, unregelmäßige Zyklen	Beifuß, Herzgespann, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja
Stoppt Ausfluss und Blutung	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hämorrhoiden Leukorrhoe, Spermatorrhoe	Mutterkraut, Brennnessel, Taubnessel, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Schaf- garbe, Ringelblume, Johanniskraut, Vogelknöterich, Ziest, Herzgespann, Frauenmantel
Klärt feuchte Hitze im Darm, leitet feuchte Hitze im unteren Erwärmer aus	Holmes 1989; Ploberger 2011	Diarrhoe, drängende Defä- kation mit Schleim und Blut, Enteritis, Dysenterie	Schachtelhalm, große Klette, Frauen- mantel, Enzian, Gänsefingerkraut
Lindert Entzündung	Holmes 1989	Rezidivierende Fieber, Malaria, Typhus, TBC	Pomeranzenschale, Pestwurz, Sonnen- hut, Beinwell, Klettenlabkraut, Ysop, Poleiminze, ODERmennig, Schöllkraut, Frauenmantel, Ringelblume, Lavendel, Rose, Rotklee, Vogelmiere, Ruprechts- kraut, große Klette u. a.
Tonisiert das HerzQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Müdigkeit, Neigung zu vermehrtem Schwitzen, Palpitationen schlimmer durch Anstrengung, Druckgefühl auf der Brust, Hypo- und Hypertonus	Alant, Anis, Baldrian, Herzgespann, Rosmarin, Schafgarbe, Thymian, Weißdorn
Bewegt das Qi im Darm	Holmes 1989	Langsame, schmerzende Ver- dauung, Spannungsgefühl im Abdomen, Verstopfung	Eisenkraut, Basilikum, Poleiminze, Johanniskraut, Raute, Wermut, Schöllkraut, Anis, Lavendel, Steinklee, Kamille, Schafgarbe, Rosmarin, Engel- wurz, Ingwer, Bergbohnenkraut
Bewegt das Qi in der Niere	Holmes 1989	Trockene Haut, schleimiger/ eitriges Urin, Blasenreizung, Polyurie, Harnsteine	Birke, Brennnessel, Dost, Fenchel Goldrute, Holunder, Johanniskraut, Liebstöckel, Löwenzahn, Petersilie, Quecke, Raute, Rosmarin, Schafgarbe
Bewegt das Qi im Uterus	Holmes 1989	Verzögerte, schwere Periode, Geburtsstillstand	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Melisse, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe, Thuja
Fördert Gewebe- regeneration	Holmes 1989	Wunden	Walnuss, Beinwell, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Schafgarbe
Hebt das MilzQi, unterstützt die Milz bei der Funktion, das Blut in den Gefäßen zu halten	Ross 2010	Hämorrhagie, Hämoptysis, Blutungen des Magen-Darm- Traktes, blutende Hämorrhoi- den, Hämaturie, Menorrhagie	Gänsefingerkraut, Thuja, Walnuss, große Klette

■ Tab. 2.50 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Reguliert die Blase	Ross 2010	Ödeme, Polyurie	Goldrute, Johanniskraut, Melisse, Hopfen, Ziest, Klettenlabkraut, Thymian, Spitzwegerich, Schachtelhalm, Brennessel, Thuja, Königskecke, Schafgarbe
Blutstagnation im unteren Erwärmer	Ploberger 2011	Ovarialzysten, Myome	Beifuß, Herzgespann, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja
LeberQi-Stagnation im mittleren Erwärmer	Ploberger 2011		Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Rauten

❗ Die Pflanze verliert ihre Wirksamkeit mit der Aufbewahrungszeit. Getrocknetes Kraut, welches länger als zwölf Monate gelagert wurde, ist wirkungslos (Holmes 1989).

2.6 Patientenfälle

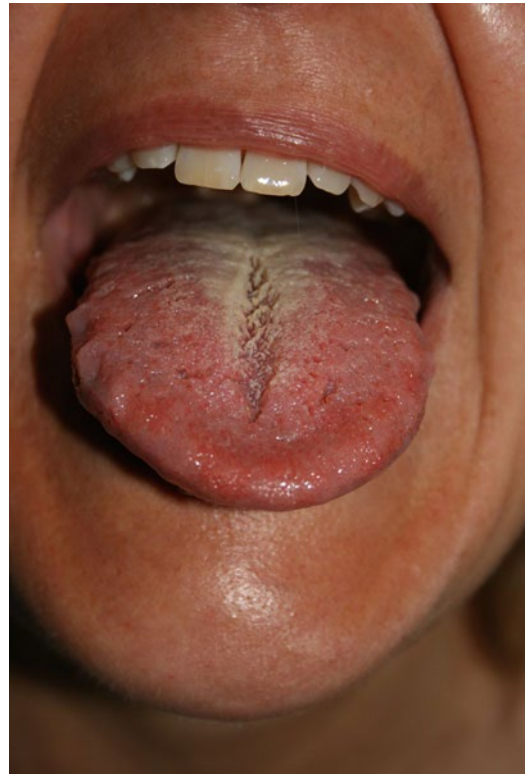
2.6.1 Fall 68

Oft kommt es vor, dass Begleitpersonen, wie Eltern (in diesem Fall) oder andere Angehörige und Freunde, die die Patienten in die Sprechstunde bringen, uns ansprechen, ob wir nicht auch „etwas für sie wüssten“. Manchmal können wir dann ohne viel Aufhebens eine Puls- und Zungendiagnose machen und eine Rezeptur verordnen. So in diesem Fall:

Die 51-jährige Patientin, die seit vielen Jahren ihre Tochter in die Praxis begleitet, bittet um eine Rezeptur. Seit ca. zwei Wochen besteht ein „richtiger“ Schokoladenhunger („kiloweise“), innerhalb des letzten halben Jahres kam es zu deutlicher Gewichtszunahme. Sie neigte immer schon zu Nervosität und innerer Unruhe, der Schlaf ist gut, keine Beschwerden beim Wasserlassen, keine Rückenschmerzen.

Zunge Etwas rot, wie geschält, kein Belag, tiefer Magenriss mit gelbem Belag, Spitze rot, sonst eher wurzelloser Belag, Zahneindrücke (■ Abb. 2.18), Unterzungenvenen ganz dünn gestaut

Puls Unregelmäßig, „dünn“, leerer Herzpuls, kein Milzpuls, kein rechter Nierenpuls



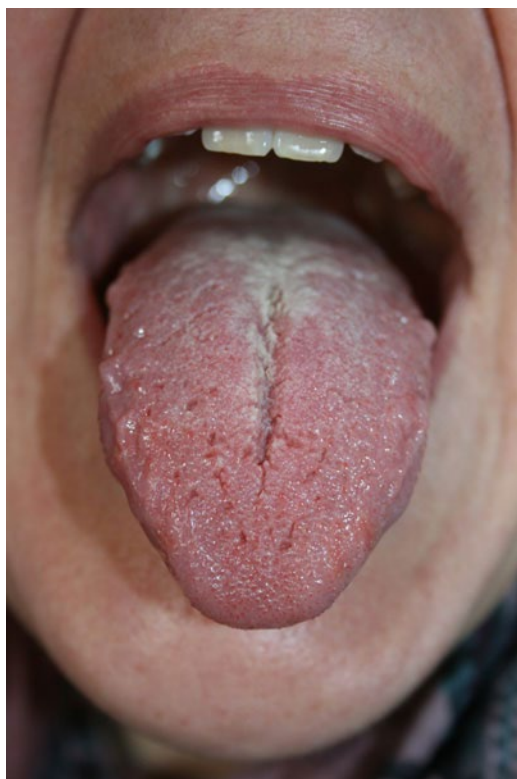
■ Abb. 2.18 Zunge Fall 68-1

Diagnose Schwäche von Milz- und MagenQi mit Schleim, NierenYang-Mangel, MagenHitze, Herz-Blut-Mangel, unruhiger Herzgeist, Yin-Mangel

Die Kräuter für die Rezeptur sind in ■ Tab. 2.51 aufgelistet.

■ Tab. 2.51 Rezeptur für Fall 68

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das HerzQi und das Qi im Allgemeinen, löst feuchten Schleim in der Milz, bewegt das Qi von Magen, Leber und Gallenblase
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert und bewegt das MilzQi, löst feuchte Kälte in der Milz und tonisiert das MilzYang, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das HerzBlut
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim und leitet ihn aus, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt und tonisiert das HerzQi, bewegt das Qi in Magen, Gallenblase und Leber, tonisiert das MilzQi
Herb.Centauri	Tausendgüldenkrout	Centaurium erythraea	Bewegt das MagenQi, löst feuchte Hitze aus dem Bereich des YangMing, restoriert die Bauchspeicheldrüse, tonisiert das MilzQi, restoriert das Herz, bewegt das LeberQi
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Befeuchtet den Magen, kühlt MagenHitze, trocknet Feuchtigkeit, bewegt das LeberQi, löst und zerteilt zähen Schleim
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert das Nieren- und LeberYin und die Essenz, bewegt das Qi in Leber und Magen
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Qi im Magen, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den HerzGeist, bewegt das MagenQi, tonisiert die NierenEssenz
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi, beruhigt den HerzGeist, bewegt und reguliert das MagenQi, kühlt MagenFeuer, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, tonisiert das HerzBlut
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt und tonisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist und kühlt HerzHitze, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, beruhigt den Magen, klärt MagenHitze und bewegt das MagenQi
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das HerzQi, bewegt das LeberQi im mittleren Erwärmer, beruhigt den Geist und klärt HerzHitze, bewegt das Qi von Magen und Gallenblase, tonisiert und beruhigt das MagenQi, klärt MagenFeuer
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt, tonisiert und stabilisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist



■ Abb. 2.19 Zunge Fall 68-2

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und fein gemahlen in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin 5 Stück pro Tag. An dieser Rezeptur sieht man, dass manchmal Kräuter verwendet werden, die eine „Sowohl-als-auch“-Wirkung haben. In diesem Fall das Mädesüß, das sowohl befeuchtet als auch trocknet. Francoise Ramakers nannte diese Kräuter, die in beide Richtungen wirken, „denkende Kräuter“. Deren Wirkung ist ausgleichend, und sie können im Bedarfsfall in die eine oder andere Richtung wirken. Für diese Patientin war die Wirkung der Rezeptur „durchschlagend“. Nach drei Wochen Kräutereinnahme waren die Hitzewallungen komplett weg, sie hat 2–3 Wochen fast keine Schokolade gegessen. Die Nervosität ist wechselhaft, manchmal fühlt sie sich „total relaxed“. Bei diesem Fall kann man auch an der Zunge sehr gut den positiven Verlauf nachweisen (■ Abb. 2.19).

2.6.2 Fall 37

Der 37-jährige Patient stellt sich im November 2014 in der Praxis vor, wegen „verschleppter“ und therapieresistenter Sinusitis. Seit einem Jahr ist er mir bekannt. Er leidet u. a. unter einem konstitutionellen MilzQi-Mangel. Sehr schön kann man an diesem Fall das Konzept der Chinesischen Medizin demonstrieren: Wenn die Milz schwach ist und es zu Schleim kommt, zeigt der sich dann oft in der Lunge. Auch die Nebenwirkungen von Antibiotika, das MilzQi zu schwächen, kann man an diesem Fall beobachten: In der Vergangenheit litt der Patient bereits seit der Teenagerzeit an rezidivierenden Sinusitiden, 2-mal wurde operativ interveniert, „unzählige Male“ wurden wegen verschiedener Beschwerden Antibiotika verordnet, auch war es schon einmal zu einem Durchbruch einer eitrigen Sinusitis (unter Antibiose) nach außen gekommen. Neben vielen anderen Beschwerden litt er auch schon einmal unter einer Herzmuskelentzündung.

Die akuten Beschwerden Vor zwei Wochen erfolgte eine Antibiotikatherapie wegen Stirnhöhlenvereiterung, anschließend Fieber und sehr hohe Entzündungszeichen. Er fühlt sich schlapp, total abgeschlagen, kein Husten, Druck auf dem Thorax, Neuralgie unter dem linken Rippenbogen, kein Nachtschweiß, leichtes Schwitzen untertags, Dyspnoe, Eiter kommt aus der Nase. „Wenn ich mich nach unten bücke, ist es, als würde es die Luft abschnüren.“ Zudem besteht eine Alkoholunverträglichkeit – nach einem Bier ist er total erschlagen.

Zunge Dicker, gelblich weißlicher Belag in der Mitte (Magenbereich), Zahneindrücke, roter Zungenkörper, Spitze und Lungenareal rot (■ Abb. 2.20).

Puls Relativ schnell und oberflächlich

Diagnose Schleim im Kopf und Milz/Magen, Hitzetoxin in der Lunge und leichter Yin-Mangel, LeberHitze, Lungen- und MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur zur Behandlung ist in ■ Tab. 2.52 aufgeführt.



■ Abb. 2.20 Zunge Fall 37-1

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu je 10 g als Tee verordnet, von dem der Patient einen Liter täglich trinkt. Dosierung: 2 Essl/500 ml. Zusätzlich erhält er drei Akupunktur-Behandlungen innerhalb von acht Tagen. Schon nach fünf Tagen zeigt sich auch am Zungenbild eine deutliche Verbesserung (■ Abb. 2.21). Bei solch komplizierten, chronisch rezidivierenden Fällen ist es wichtig, die Kräuter noch 2–3 Wochen weiter einzunehmen, auch wenn die klinischen Beschwerden bereits abgeklungen sind. Auch dieser Patient hat zu früh aufgehört, „seinen“ Tee zu trinken und dann sehr stark den Wirkungsverlust gespürt, da die anfängliche Verbesserung der Symptome wieder rückläufig war („Sobald ich den Tee aufhörte, hat der Schleim aufgehört zu fließen und die Beschwerden sind wiedergekommen“). Dann hat er gerne die Kräuter wieder eingesetzt, worauf es zu einer schnellen Verbesserung kam.

2.6.3 Fall 141

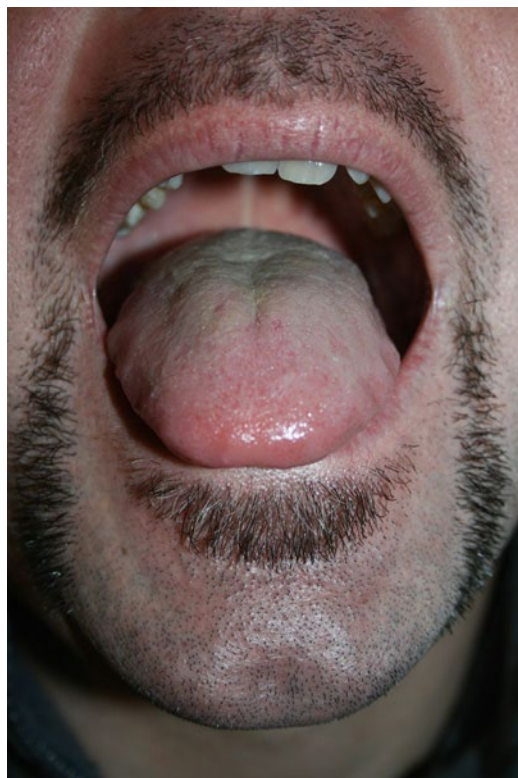
Mit diesem Fall möchte ich die Möglichkeit vorstellen, mit den Kräutern integrativ zu arbeiten. Es

■ Tab. 2.52 Rezeptur für Fall 37

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fol.Melissae	Melisse	<i>Melissa officinalis</i>	Bewegt das LungenQi, reguliert den Magen, vertreibt äußere Wind-Hitze, Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Betonicae	Ziest	<i>Betonica officinalis</i>	Bewegt das LungenQi, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit-Hitze, bewegt das LeberQi, lindert Infektion
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	<i>Plantago lanceolata</i>	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, feuchte Hitze im Kopf, Lungen-Schleim-Hitze
Herb.Chelidonii	Schöllkraut	<i>Chelidonium majus</i>	Bewegt das LeberQi und reguliert das Qi von Leber und Gallenblase, bewegt das LungenQi, äußere Wind/Hitze-Kälte
Fol.Tussilaginis	Huflattich	<i>Tussilago farfara</i>	Löst Lungen-Schleim-Hitze-Feuchtigkeit, tonisiert das LungenYin und-Qi, Feuertoxin
Rad.Helenii	Alant	<i>Inula helenium</i>	Tonisiert das Milz-und MagenQi, tonisiert das LungenQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, feuchter Schleim in der Milz, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge, tonisiert das LungenYin

■ Tab. 2.52 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit-Hitze, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das LungenQi
Flos. Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Äußere Wind-Hitze mit FeuerToxin, Lungen-Wind-Hitze mit feuchter Hitze/Kälte im Kopf, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit-Hitze
Rad.Echinaceae	Sonnenhut	Echinacea purpurea	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, klärt HitzeToxin, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und reguliert das WeiQi, bewegt Lymphstau, äußere Wind-Hitze/Kälte, Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert das MilzQi
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Wind-Hitze in der Lunge, bewegt das LungenQi, toxische Hitze im Bereich des Halses
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Wirkt Blutstase entgegen, leitet feuchte Hitze und Schleim aus, bewegt das Leber-und GallenblasenQi, äußere Wind-Hitze/Kälte, Lungen-Schleim-Hitze-Kälte-Feuchtigkeit, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi, senkt das LungenQi ab und tonisiert das WeiQi, löst feuchten Schleim in der Milz, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. das LungenQi, pathogener Restfaktor
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert und bewegt das MilzQi, Lungen-Wind-Kälte, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LungenQi
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das LungenQi, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Nährt das Yin, bewegt Schleim-Stagnation in der Lunge, erweicht Schwellungen und Geschwüre, klärt toxische Hitze
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt das Yin, tonisiert das Yin der Lunge, Lungen-Schleim, tonisiert das Milz-und MagenQi, FeuerToxin, klärt toxische Hitze
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Kühlt äußere WindHitze, FeuerToxin, bewegt das LeberQi, löst und zerteilt zähen Schleim
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	HitzeToxin, kühlt LeberFeuer, tonisiert das MilzQi, fördert Geweberegeneration und lindert Entzündung
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Lindert Schmerz und Entzündung, feuchter Schleim im Kopf, klärt Wind-Hitze, kühlt Leber-Hitze und bewegt das LeberQi, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit
Rhiz.Polygonati od.	Salomonsiegel	Polygonatum odoratum	Tonisiert das Yin v. a. der Lunge, tonisiert das MilzQi



■ Abb. 2.21 Zunge Fall 37-2



■ Abb. 2.22 Zunge Fall 141

geht um die Therapie von Typ-II-Diabetes, deren Ziel es ist, die Stoffwechsellaage zu verbessern und geschwächte Organe (Milz, Niere) zu stärken bzw. „Hintergrundpathologien“ (Leber attackiert die Milz/ Pankreas) zu behandeln, die mit den pharmazeutischen Medikamenten nicht berücksichtigt werden.

Der 72-jährige Patient leidet seit elf Jahren an Diabetes. Es ist ein Diabetes Typ II, zunächst wurde ca. drei Jahre lang die Stoffwechsellaage mit Akupunktur und Kräutertherapie „im Rahmen“ gehalten, dann aber bestand für den Patienten die Notwendigkeit, Antidiabetika einzunehmen. Sieben Jahre später ist die Situation trotz hochdosierter Metformineinnahme (1 g/Tag) nicht optimal. Vor vier Wochen sind zudem Knöchelödeme aufgetreten. Der Patient entspricht nicht dem Erscheinungsbild eines „typischen Typ-II-Diabetikers“. Er ist untergewichtig und leidet seit einiger Zeit auch an Muskelschwund. In der Kindheit wurde nach einem Trauma die rechte Niere entfernt, und seit

über 40 Jahren wird eine Hyperurikämie behandelt (Z. n. Gichtanfällen mit Allopurinol). Weiter besteht eine Albuminurie, was ich als NierenEssenzschwäche deute, und ich empfehle auch wegen der Knöchelödeme eine kardiologische Abklärung. In der Vergangenheit große Probleme mit Nachtschweiß (stressabhängig), jetzt noch sporadisch.

Zunge Gerötet, vor allem an den Rändern, dicker gelblicher Belag in der Mitte (■ Abb. 2.22)

Puls Alle Pulse voll, oberflächlich außer rechter Nierenpuls geschwächt

Diagnose Hitze in der Leber, Leber attackiert die Milz/Pankreas, MilzQi-Schwäche, Schleim, Nieren-Yang-Schwäche

Die Rezeptur für die Behandlung ist in ■ Tab. 2.53 aufgeführt.

■ Tab. 2.53 Rezeptur Fall 141

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, bewegt das Qi von Leber, Gallenblase und Magen, bewegt das NierenQi
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, bewegt das LeberQi
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Kühlt die Leber, bewegt das Qi, fördert die Urination, löst Ansammlungen, tonisiert das MilzQi
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, tonisiert das MilzQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert und bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, klärt LeberHitze, tonisiert das MilzQi, Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere, tonisiert das Yin von Leber und Gallenblase
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das NierenQi, reguliert das MagenQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Bewegt das Nieren-Leber und MagenQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert und reguliert die Leber
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Leitet feuchte Hitze und Schleim aus, bewegt das NierenQi, bewegt das Qi in Leber, Gallenblase und Magen, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut
Herb.Centauri	Tausendgülden- kraut	Centaurium erythraea	Bewegt das Magen- und GallenblasenQi, restoriert das Pankreas, tonisiert die Milz, bewegt das Nieren- und LeberQi
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das Blut, tonisiert das Qi von Milz und Magen, NierenQi-Stagantion mit metabolischer Toxikose
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Metabolische Toxikose, leitet Feuchtigkeit aus der Niere, tonisiert das Qi in Magen und Gallenblase, hebt das aufrechte Qi
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Bewegt das LeberQi
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Metabolische Toxikose, bewegt das LeberQi, löst und zerteilt zähen Schleim
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Löst Ablagerungen, tonisiert Yin und Flüssigkeiten, Nährstoff- und Blut-Mangel
Herb.Euphrasiae	Augentrost	Euphrasia rostkoviana	Bewegt das NierenQi, Leber attackiert den Magen
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwäche, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des Hun an die Oberfläche, bewegt das NierenQi, tonisiert die NierenEssenz, aktiviert den 3Erwärmer

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und sowohl als Tee (je 10 g) bei einer Dosierung von 2 Essl./500 ml als auch fein vermahlen in Kapseln abgefüllt, von denen der Patient 5/Tag einnimmt. Was an diesem Fall auffällig ist, dass die Schulmedizin oft hilflos ist, da ja die zugrunde liegende Pathologie nicht behandelt wird. So hat der Patient, nachdem noch zusätzlich Blutdruckmedikamente verordnet wurden, Unterschenkelödeme entwickelt. Die Chinesische Medizin bietet uns an, auf die Pathologien, die ursächlich an der Entstehung der körperlichen Störungen beteiligt sind, Einfluss zu nehmen. Die Unterschenkelödeme haben sich trotz gleich bleibender antihypertensiver Therapie nach sechs Wochen um 85 % gebessert.

Literatur

- Bader M (2003) Räuchern mit heimischen Kräutern. Kösel, München
- Beckmann D, Beckmann B (2002) Das geheime Wissen der Kräutertexen. dtv, München
- Chevallier A (2000) Die BLV Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV, München
- Fischer-Rizzi S (2002a) Medizin der Erde. Heyne, München
- Fischer-Rizzi S (2002b) Himmlische Düfte. AT, Aarau
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hammer L (2000) Psychologie und Chinesische Medizin. Joy, Oy-Mittelberg
- Hempfen C-H, Fischer T (2001) Leitfaden Chinesische Phytotherapie. Urban & Fischer, München
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Lingg A (2010) Das Heilpflanzenjahr. Kosmos, Stuttgart
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin. VGM, Kötzing
- Maciocia G (2009) The Psyche in Chinese Medicine. Churchill Livingstone Elsevier, Edinburgh
- Marzell H (2002) Geschichte und Volkskunde der deutschen Heilpflanzen. Reichl, St.Goar
- Müller-Ebeling C, Rätsch C, Storl W-D (1999) Hexenmedizin. AT, Aarau
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild, Augsburg
- Ploberger F (2011) Das große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA, Schiedlberg
- Rätsch C (1998) Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechenland und Rom. Diederichs, München
- Ramakers F (2003) TCM&Westliche Kräuter. Praxisworkshop, Weissensee
- Ross J (2000) Akupunkturpunktkombinationen. MLV, Uelzen
- Ross J (2003) ZangFu. MLV, Uelzen
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfields Press & VGM, Bad Kötzing
- Roth L, Dauderer M, Kormann K (1994) Giftpflanzen Pflanzengifte. Nikol Verlagsgesellschaft mgH & Co. KG, Hamburg
- Stadelmann I (2001) Bewährte Aromamischungen. Stadelmann, Ermengerst
- Storl W-D (1996) Heilkräuter und Zauberpflanzen zwischen Haustür und Gartentor. AT, Aarau
- Wood M (2012) Die Weisheit der Pflanzen. AT, Aarau

Funktionskreis Niere/Blase

Birgit Baur-Müller

- 3.1 Die Aufgaben der Niere – 153**
- 3.2 Die Funktion der Blase – 154**
- 3.3 Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Wasser – 154**
- 3.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Wasser – 155**
 - 3.4.1 NierenYin-Mangel – 155
 - 3.4.2 NierenYang-Mangel – 156
 - 3.4.3 NierenEssenz-Mangel – 156
 - 3.4.4 NierenQi-Mangel – 158
 - 3.4.5 NierenQi-Stagnation – 158
 - 3.4.6 NierenYin-Mangel mit emporloderndem Leerefeuer – 160
 - 3.4.7 NierenQi ist nicht fest (Ross 2010) – 160
 - 3.4.8 Die Niere kann das Qi nicht aufnehmen (Ross 2010) – 160
 - 3.4.9 Nieren-Angst (Ross 2010) – 161
 - 3.4.10 Nässe-Hitze in der Blase – 161
 - 3.4.11 BlasenQi-Mangel – 161
 - 3.4.12 BlasenQi-Stagnation – 163
 - 3.4.13 Feuchte Kälte in der Blase (Ploberger 2011) – 163
 - 3.4.14 Chronisches Leeresymptom/Chronische Zystitis (Ploberger 2011) – 164
- 3.5 Pflanzenporträts – 164**
 - 3.5.1 Rosmarin – 164
 - 3.5.2 Beifuß – 167
 - 3.5.3 Liebstöckel – 170
 - 3.5.4 Basilikum – 173
 - 3.5.5 Zimt – 175
 - 3.5.6 Wegwarte – 178
 - 3.5.7 Bergbohnenkraut – 180

- 3.5.8 Goldrute – 181
- 3.5.9 Brennnessel – 184
- 3.5.10 Johanniskraut – 187
- 3.5.11 Holunder – 190
- 3.5.12 Brombeere – 192
- 3.5.13 Die große Klette – 195
- 3.5.14 Raute – 197
- 3.5.15 Ruprechtskraut/Stinkender Storchschnabel – 200
- 3.5.16 Rotklee – 201
- 3.5.17 Vogelknöterich – 204
- 3.5.18 Beinwell – 206
- 3.5.19 Birke – 209
- 3.5.20 Klettenlabkraut – 211

3.6 Patientenfälle – 213

- 3.6.1 Fall 57 – 213
- 3.6.2 Fall 17 – 216
- 3.6.3 Fall 50 – 217

Literatur – 221

3.1 Die Aufgaben der Niere

■ Niere und Essenz

Da die Niere Essenz *Jing* speichert und der Körper aus vorgeburtlichem *Jing* entsteht, wird die Niere als Wurzel des Lebens bezeichnet (Ross 2003). Die vorgeburtliche oder „Vor-Himmels-Essenz“ entsteht aus der Mischung der sexuellen Energien von Mann und Frau bei der Zeugung. Sie nährt den Embryo und Fötus während der Schwangerschaft. Diese Essenz bestimmt die grundlegende Konstitution eines Menschen, seine Stärke und Vitalität und macht ihn einzigartig als Individuum (Maciocia 1997). Das vorgeburtliche Qi ist die Basis des nachgeburtlichen Qi, so ist die Niere auch die Wurzel des Qi. Das macht die Niere zu Ursprung und Fundament von Yin und Yang sowie Feuer und Wasser innerhalb des Körpers (Ross 2003). Das vorgeburtliche *Jing* gilt als unersetzbar, gleich einem Koffer voller „überirdischer Lebensmittel“, die, wenn verbraucht, nicht ersetzt werden können. Man kann es bewahren, aber nicht neu bilden. Das nachgeburtliche *Jing* kann durch die Energie, die aus Nahrung und Atmung gewonnen wird, ersetzt werden (ebd.).

Im Unterschied dazu gibt es noch die Nieren-Essenz, sie stammt sowohl von der „Vor“- als auch von der „Nach-Himmels-Essenz“ ab und interagiert mit letzterer, von der sie aufgefüllt werden kann (Maciocia 1997). Sie wird in der Niere gespeichert, fließt aber im ganzen Körper, vor allem in den außerordentlichen Meridianen, und bestimmt Wachstum, Fortpflanzung, Entwicklung, sexuelle Reifung, Empfängnis und Verhütung (ebd.). Die Nieren-Energie ist abhängig von Nieren-Essenz, Nieren-Qi, Nieren-Yin und Nieren-Yang. Dabei wird das Nieren-Yin mit Hilfe der Nieren-Essenz und Erwärmung durch das Nieren-Yang umgewandelt in Nieren-Qi (ebd.). *Jing* hat einen Yin- und einen Yang-Aspekt. Der Yin-Aspekt bildet die materielle Grundlage für das Mark, die Knochen, das Gehirn, Blut und Sperma, ernährt und befeuchtet sie. Der Yang-Aspekt schützt den Körper gemeinsam mit dem *WeiQi* vor dem Eindringen äußerer pathogener Faktoren, aktiviert mit dem *YuanQi* und dem Nieren-Yang die Bildung, Umwandlung und den Transport von Qi, Blut und Körperflüssigkeiten im Körper. Das *Jing* zirkuliert in den Hauptmeridianen und außerordentlichen Gefä-

ßen zu den *ZangFu*, der Körperoberfläche und den außerordentlichen Organen (Ross 2003).

Ich möchte an dieser Stelle noch kurz eingehen auf das Konzept von „Mark“ in der Chinesischen Medizin, da es meiner Meinung nach eine sehr große Rolle spielt bei den degenerativen ZNS-Erkrankungen des Alters und in großem Zusammenhang mit der Niere (der Nieren-Essenz) steht. Das „Mark“ in der Chinesischen Medizin ist der gemeinsame Ursprung von Knochenmark, Gehirn und Rückenmark. Bei Schwäche des „Marks“ kann es zu Konzentrationsproblemen, Vergesslichkeit, Schwindelgefühl, Tinnitus und einem Leeregefühl im Kopf kommen (Maciocia 1997).

■ Die Niere ist das Fundament von Yin und Yang

Die Niere bildet die Grundlage für Yin und Yang aller anderen Organe. Dabei beeinflusst das Nieren-Yin vor allem die Geburt, Wachstum und Fortpflanzung. Das Nieren-Yang fungiert als Triebkraft aller Lebensvorgänge. Beide haben die gleiche Wurzel und hängen voneinander ab, so wie die Flamme in einem Öllämpchen nur leuchtet, wenn sowohl Flamme (Yang) als auch Öl (Yin) vorhanden sind (Maciocia 1997). Das bedeutet, dass man bei Schwäche des einen immer auch das andere mit behandeln sollte.

■ Die Niere steuert Geburt, Wachstum, Entwicklung, Fortpflanzung und Alterung

Die Essenz der Niere bildet die Basis für Wachstum und sexuelle Entwicklung. Sie bildet die Grundlage für das Sexualleben und stellt die materielle Substanz für die Entwicklung von Spermata und Eizellen zur Verfügung. Ist die Nieren-Essenz schwach, können Unfruchtbarkeit, Impotenz, körperliche oder geistige Entwicklungsstörungen bei Kindern, verzögertes Wachstum oder vorzeitiges Altern die Folge sein (Maciocia 1997).

■ Die Niere regiert die Knochen

Das „Mark“ ist die Grundlage für die Bildung von Knochenmark, welches die Knochen nährt. Ist die Nieren-Essenz stark, sind die Knochen stark und die Zähne fest (Maciocia 1997). Nieren-Essenz-Schwäche bei Kindern führt zu Behinderung in der Knochenentwicklung, z. B. zur Trichterbrust (Maciocia 1997).

■ Die Niere regiert das Wasser

Die Niere kontrolliert das Ausscheiden von Urin. Besteht ein Gleichgewicht zwischen NierenYin und -Yang, ist Farbe und Menge des ausgeschiedenen Urins normal. Besteht ein NierenYang-Mangel kommt es zu vermehrter Ausscheidung von hellem Urin, bei NierenYin-Mangel wird der Urin spärlich und dunkel. Die Blase wandelt den Harn um und speichert ihn. Die dafür benötigte Energie erhält sie von der Niere. Das NierenYang kontrolliert das Trennen der Flüssigkeiten JinYe in klare und trübe Anteile im Dünn- und Dickdarm. Mit der Lunge besteht ein Austausch an Flüssigkeiten JinYe, von denen ein Teil verdampft wird und ein anderer Teil die Lunge befeuchtet. Das NierenYang versorgt die Milz mit genügend Wärme um die Körperflüssigkeiten JinYe umzuwandeln und zu transportieren (Maciocia 1997).

■ Die Niere kontrolliert das Empfangen von Qi

Die Niere empfängt und hält das von der Lunge nach unten geleitete Qi. Wenn diese Funktion gestört ist, rebellierte das Qi im Thorax nach oben und erzeugt Atemnot und Asthma (Maciocia 1997).

■ Die Niere öffnet sich in die Ohren und manifestiert sich in den Haaren

Die Ohren benötigen für eine gute Funktion die Ernährung durch die NierenEssenz – „wenn die Niere gesund ist, vermögen die Ohren die fünf Töne zu hören“ (Maciocia 1997, S. 103). Ist genug NierenEssenz vorhanden, sind die Haare voll, stark und von kräftiger Farbe. Ist die NierenEssenz schwach, wird das Haar dünn, grau, brüchig und fällt aus (Maciocia 1997).

■ Die Niere kontrolliert die beiden unteren Öffnungen

Wenn das NierenQi geschwächt ist, schießen die unteren Öffnungen, Urethra und Anus, nicht mehr fest, und es kann zu Harninkontinenz, Spermatorrhoe oder Durchfall kommen (Maciocia 1997). Vor allem frühmorgendlicher Durchfall kann auf eine Schwächung der NierenEnergie hinweisen.

3.2 Die Funktion der Blase

■ Die Blase beseitigt Wasser durch Qi-Transformation

Vom Dünndarm gelangen die unreinen Anteile der Flüssigkeiten in die Blase. Dort werden sie mit Hilfe von Qi und Wärme des NierenYang und des unteren Erwärmers (hält die Wasserwege im unteren Teil des Körpers offen) umgewandelt (= Qi-Transformation) in Urin, gespeichert und ausgeschieden (Maciocia 1997).

3.3 Physiologie des geistigen Aspektes der Wandlungsphase Wasser

■ Energiespeicherung

Das Element Wasser speichert die Energie und stellt sie im Bedarfsfall zur Verfügung. Sind die Energiespeicher leer, ist der Mensch sowohl auf der körperlichen als auch auf der seelisch-geistigen Ebene leicht erschöpfbar und labil, da er nicht über ausreichend Qi verfügt, um seine Emotionen zu stabilisieren oder adäquat auf Veränderungen zu reagieren (Ross 2000).

■ Willen – Angst – Stärke

Ein Mensch, dessen Willen stark ist, hat die Fähigkeit, seine Aufmerksamkeit und Energie auf ein Ziel zu konzentrieren. Die Stärke des Willens ist abhängig von der Stärke der NierenEnergie. Ist der Wille schwach, kann der Mensch seine Aufgaben nicht erfüllen, lässt sich durch die dadurch entstehenden Rückschläge leicht entmutigen und zeigt wenig „Rückgrat“. Fehlt dagegen bei zu starkem Willen die entsprechende Nierenkraft, um die Ziele auszuführen, wird sich der Mensch fortwährend zu hohe Ziele stecken und sich als Versager verachten, weil er nicht in der Lage ist, diese zu erreichen (Ross 2000).

Angst ist die Mutter des Zorns und kontrolliert die Freude. Sie kann als Emotion sinnvoll sein, um den Menschen vor Handlungen zu schützen, die ein zu expansiver Wille oder ein übersteigter HerzGeist in die Wege leiten würden. Nimmt sie allerdings überhand, kann sie den betroffenen Menschen handlungsunfähig machen oder in einen

konstanten Spannungszustand versetzen. Sie ist die Wurzel vieler Probleme des Lebens (z. B. Angst vor Versagen, vor Kontrollverlust, vor Verantwortung, vor Abhängigkeit, vor dem Tod, vor dem Leben), weil sie bei einem von ihr dominierten Menschen von vornherein das Leben „verhindert“ (ebd.).

Die Erfahrung innerer Stärke, die sich einstellt und verstärkt, wenn bei einem Menschen die NierenEnergien harmonisch miteinander kommunizieren und er dadurch in der Lage ist, realistische, klare Ziele dynamisch und unermüdlich zu verfolgen und sie auch mit harter, beständiger Arbeit zu erreichen, kann dem Menschen dabei helfen, mit dem Glauben an sich selbst und das Leben die Angst zu überwinden (ebd.).

■ NierenYin, NierenYang und NierenQi in der Psychologie

In Bezug auf die Liebesfähigkeit eines Menschen entspricht das NierenYin der göttlichen Liebe des Verzeihens und bildet die Grundlage für die eine Bindung herstellende Liebe der Erdenenergie und die kreative Liebe der Feuerenergie. Das NierenYin fördert ein Akzeptieren und eine realistische Einschätzung der menschlichen Begrenztheit und vor allem des eigenen Ichs (Hammer 2000).

» Wir können verstehen, wie die Dinge funktionieren, aber nicht warum. (...) Wenn wir aus irgendeinem Grund anfangen zu glauben, wir könnten über die begrenzten Parameter der Menschheit hinausgehen, bringen wir die Menschheit insgesamt in Gefahr. (ebd., S. 159)

Das NierenYin hilft uns, bei der Bewältigung der Angst, sich mit der Unausweichlichkeit des körperlichen Todes zu versöhnen. Ist das NierenYin zu schwach, haben die Menschen Angst vor den Gefühlen von Freundschaft und Zärtlichkeit gegenüber einer anderen Person (Hammer 2000). Das NierenYang entspricht auf geistiger Ebene Motivation und Willenskraft eines Menschen. Bei Schwäche des NierenYang ist die Persönlichkeit des Menschen geprägt von mangelnder Tatkraft, guten Absichten können keine Taten folgen (ebd.). Die Energien des NierenQi helfen uns dabei, uns im „Hier und Jetzt“ zu verankern, auch wenn wir uns noch so sehr von der Vergangenheit angezogen fühlen oder von der

Zukunft fasziniert sind. Sie unterstützen uns dabei, in unseren Gedanken und Gefühlen authentisch zu sein und sie den aktuellen Anforderungen entsprechend mitzuteilen (ebd.).

3.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Wasser

Die Mustereinteilung mit Symptombeschreibung und Vorschlägen für Akupunktur orientiert sich an Maciocias Grundlagen der Chinesischen Medizin (Maciocia 1997).

3.4.1 NierenYin-Mangel

Symptome Schwindel, Tinnitus, Vertigo, Vergesslichkeit, Schwerhörigkeit, Nachtschweiß, abendliche Mundtrockenheit, Hitze der fünf Flächen, Durst, Rücken- und Knochenschmerzen, nächtlicher Samenverlust, Verstopfung, dunkler Urin

Zunge Belaglos, Risse, wurzelloser Belag, bei Hitze rot

Akupunktur Ren4, Ni3, Ni6, Ni10 (tonisiert das NierenYin, vor allem bei nächtlicher Nervosität und Spannung), Mi6, Ren1

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.1 aufgelistet.

Oft ist NierenYin-Mangel kombiniert mit Yin-Mangel in einem anderen Organbereich, je nach Konstitution des Patienten. So findet sich z. B. bei Frauen im Klimakterium neben erschöpftem NierenYin auch ein HerzYin-Mangel mit Nervosität, Ängstlichkeit und Schlafstörungen. In diesem Fall eignen sich vor allem Baldrian, Hopfen oder Johanniskraut. Bei starken Stressbelastungen kann gleichzeitig auch das MagenYin betroffen sein, dann leiden die Patienten zusätzlich an Trockenheit von Mund und Rachen, einem Kloßgefühl im Epigastrium mit Völlegefühl (postprandial). Hier könnte man Ackerveilchen, Eibisch oder Vogelmiere wählen. Auch die Lunge neigt dazu, von einem Yin-Mangel betroffen zu sein, in diesen Fällen

■ Tab. 3.1 Kräuter für die Behandlung von NierenYin-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Beinwell	Ploberger 2011	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Eibisch	Ross 2010	Althea officinalis	Rad.Altheae
Hafer	Ross 2010	Avena sativa	Fruct.Avenae
Hopfen	Ploberger 2011	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Johanniskraut	Ploberger 2011	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Mistel	Ploberger 2011	Viscum album	Herb.Visci
Sanddorn	Ploberger 2011	Hippophae rhamnoides	Fruct. Hippophae rhamn.
Schachtelhalm (roh)	Ploberger 2011	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Sesam	Ploberger 2011	Sesamus indicum	Sem.Sesami indici
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii

leiden die Patienten an trockenem Husten mit wenig klebrigem Sputum und Trockenheit von Mund und Hals. Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beinwell, Eibisch oder Salomonsiegel wären dann besonders geeignet. Auch habe ich einige Nahrungsmittel in diese Gruppe aufgenommen, die man in den Diätplan einbauen könnte.

3.4.2 NierenYang-Mangel

Symptome Schmerzen und/oder Kältegefühl im unteren Rücken, schwache/schmerzende/kalte Knie, Abneigung gegen Kälte, Beinschwäche, leuchtend weißer Teint, Impotenz, Ejaculatio praecox, Trägheit, Apathie, reichlich heller Urin, Beinödeme, weibliche/männliche Infertilität, schlechter Appetit, weiche Stühle

Zunge Blass, geschwollen, nass

Akupunktur Bl23, Du4, ren4, Ren6, Ni3, Ni7, Bl52, Extrapunkt Jing Gong (0,5cun lat.Bl52)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.2 aufgeführt.

NierenYang-Mangel ist oft kombiniert mit Yang-Mangel der Milz, mit Verdauungsschwäche,

Durchfallneigung und Übergewicht, dann sind aus dieser Gruppe Anis, Basilikum, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Wermut und Zimt besonders geeignet. Ist das Muster kombiniert mit einer HerzYang-Schwäche, gekennzeichnet durch Palpitationen, Belastungsdyspnoe und Ödeme, dann könnte man Ingwer, Rosmarin oder Zimt wählen. In dieser Gruppe sind auch Pflanzen enthalten, die nicht in den Pflanzenporträts erscheinen, die sich aber gut in die Küche integrieren lassen.

3.4.3 NierenEssenz-Mangel

Symptome Bei Kindern: schlechte Knochenentwicklung, später Fontanellenschluss, geistige Stumpfheit, Retardierung. Bei Erwachsenen: Knochenerweichung, Schwäche von Knie und Beinen, Vergesslichkeit, lockere Zähne, Haarausfall, frühes Ergrauen, Schwäche der sexuellen Aktivität, Rückenschmerzen

Zunge Rot, Belag los, Delle an der Zungenwurzel

Akupunktur Ni3, Ni6, Ren4, Bl23, Du4, GB39, Du20, Du14, Bl15, Bl11

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.3 aufgeführt.

■ **Tab. 3.2** Kräuter für die Behandlung von NierenYang-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Beifuß	Ploberger 2011	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Bergbohnenkraut	Ploberger 2011	Satureia montana	Herb.Satureiae mont.
Capsicum	Ross 2010	Capsicum annuum	Fruct.Capsici
Dill	Ploberger 2011	Anethum graveolens	Fruct. Anethi
Hafer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Avena sativa	Fruct.Avenae
Ingwer	Holmes 1989	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Rosmarin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Schnittlauch	Ploberger 2011	Allium schoenoprasum	Herb.Alii schoenop.
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Wermut	Ploberger 2011	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Zimt	Ross 2010; Ploberger 2011	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ **Tab. 3.3** Kräuter für die Behandlung von NierenEssenz-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beinwell	Ploberger 2011	Symphytum officinalis	Rad.Symphyti
Brombeere, unreif/ Männer	Ploberger 2011; Ramakers 2003	Rubus fruticosus	Fruct.Rubi fruticosi imm.
Brunnenkresse	Holmes 1989	Nasturtium officinale	Herb.Nasturtii
Dill	Ploberger 2011	Anethum graveolens	Fruct.Anethi
Eisenkraut	Holmes 1989	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Hafer	Holmes 1989, Ploberger 2011	Avena sativa	Fruct. Avenae
Hagebutte/Frauen	Ramakers 2003	Rosa canina	Fruct.cum Sem.Cynosbati
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.cum Fruct.Juglandis
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ Tab. 3.4 Kräuter für die Behandlung von NierenQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Holmes 1989	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Eibisch	Ross 2010	Althea officinalis	Rad.Altheae
Fenchel	Holmes 1989	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Große Klette	Holmes 1989	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Hafer	Ross 2010	Avena sativa	Fruct.Avenae
Johanniskraut	Ross 2010	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Raute	Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schachtelhalm	Holmes 1989	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Thuja	Holmes 1989	Thuja occidentalis	Herb.Thujae

In dieser Gruppe habe ich auch Nahrungsmittel und Kräuter erwähnt, die nicht in den Kräuterporträts auftauchen, die man aber gut in den Essensplan integrieren kann. Vor allem Haferbrei bietet eine gute Möglichkeit, in verschiedenen Variationen, gut gerüstet in den Tag zu starten und dabei die Essenz zu nähren bzw. zu stabilisieren. Erwähnen möchte ich hier noch Brennnesselsamen, die man auch gut sammeln und trocknen und dann ebenfalls in den Speiseplan einbauen kann.

3.4.4 NierenQi-Mangel

Symptome Häufige, spärliche Urination, Bettnässen, niedriges Energieniveau, das auch wechselt zwischen niedrig und sehr niedrig, Intoleranz von Temperaturextremen (sowohl Hitze als auch Kälte), schwacher unterer Rücken, evtl. Harninkontinenz, vor allem bei Müdigkeit

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.4 aufgeführt.

In dieser Gruppe eignen sich vor allem Schachtelhalm, Ackerveilchen, Eibisch, Fenchel, Schafgarbe, Süßholz und Taubnessel für Kinder oder Schwangere.

3.4.5 NierenQi-Stagnation

Symptome Kopfschmerz (vor allem okzipital und steifer Nacken), Dysurie, stinkender gelb-oranger Urin, Unwohlsein, Schmerz oder Steifigkeit entlang der Meridiane von Niere und Blase, Schmerz in der Niere und/oder Blase, Dysmenorrhoe mit Schmerzausstrahlung in den Rücken oder die Beine

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.5 aufgeführt.

Ist das Muster kombiniert mit aufsteigendem LeberYang, eignen sich folgende Kräuter: Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Löwenzahn, Melisse, Passionsblume, Raute, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe oder Ziest. Befindet sich die Qi-Stagnation vor allem in den Genitalorganen, dann könnte man Braunwurz, Eisenkraut,

Tab. 3.5 Kräuter für die Behandlung von NierenQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad.Helenii
Augentrost	Holmes 1989	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Birke	Holmes 1989	Betula pendula	Fol.Betulae
Borretsch	Holmes 1989	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Braunwurz	Holmes 1989	Scrophularia nodosa	Herb.Scrophulariae
Brennnessel	Holmes 1989	Urtica dioica	Herb.Urticae
Dost	Holmes 1989	Origanum vulgare	Herb.Origani
Eisenkraut	Holmes 1989	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Fenchel	Holmes 1989	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Goldrute	Holmes 1989	Solidago virgaurea	Herb.Solidaginis
Herzgespann	Holmes 1989	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hirtentäschel	Holmes 1989	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Holunder	Holmes 1989	Sambucus nigra	Flos.Sambuci
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Klettenlabkraut	Holmes 1989	Galium aparine	Herb.Galii aparine
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Liebstöckel	Holmes 1989	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Linde	Holmes 1989	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Löwenzahn	Holmes 1989	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Odermennig	Holmes 1989	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Passionsblume	Holmes 1989	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Petersilie	Holmes 1989	Petroselinum crispum	Rad.Petroselini
Quecke	Holmes 1989	Agropyrum repens	Rhiz.Agropyri
Raute	Holmes 1989; Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati od.
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Sonnenhut	Holmes 1989	Echinacea purpurea	Rad.Echinaceae

■ Tab. 3.5 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989	Centaurium erythraea	Herb.Centauri
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae
Ysop	Holmes 1989	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ Tab. 3.6 Kräuter für die Behandlung von NierenYin-Mangel mit emporloderndem LeereFeuer

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Borretsch	Holmes 1989	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Odermennig	Holmes 1989	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Ruprechtskraut	Holmes 1989	Geranium robertianum	Herb.Geranii rob.

Herzgespann, Hirtentäschel, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Melisse, Raute, Salbei, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut oder Ziest verwenden. Ist eher die Blase betroffen, kommen Brennnessel, Goldrute, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Melisse, Petersilie, Quecke, Schafgarbe oder Ziest infrage.

3.4.6 NierenYin-Mangel mit emporloderndem Leerefeuer

Symptome Wangenröte, psychische Restlosigkeit, fühlt sich „zerfranst“, Nachtschweiß, geringes Fieber am Nachmittag, Schlafstörungen, dunkler, spärlicher Urin, Hämaturie, trockene Kehle (vor allem abends), Lumbalgie, nächtliche Samenergüsse mit erotischen Träumen, stark übersteigerte sexuelle Begierde, trockener Stuhl

Akupunktur Ni3, Ni6, Ni2 (beseitigt Feuer), Ni9, Ren14, Ni10, Mi6, Hz5+Lu7 (leiten Hitze vom Kopf abwärts), Lu10

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.6 aufgeführt.

Oft ist dieses Muster kombiniert mit HerzFeuer, dann könnte man Borretsch und Hopfen verwenden

und kombinieren mit Baldrian, Passionsblume und Weißdorn. Ist zugleich LeberFeuer vorhanden, dann eignen sich Enzian, Frauenmantel, Löwenzahn oder Salbei zur Kombination.

3.4.7 NierenQi ist nicht fest (Ross 2010)

Symptome Erschöpfung, schwacher unterer Rücken, viel Urin, häufiges Wasserlassen Tag und Nacht, Inkontinenz, Enuresis, Nachtröpfeln nach dem Wasserlassen, Rektum- oder Uterusprolaps, Leukorrhoe, Spermatorrhoe

Die Kräuter sind in ■ Tab. 3.7 aufgeführt.

3.4.8 Die Niere kann das Qi nicht aufnehmen (Ross 2010)

Symptome Schwache, schnelle Atmung, schweres Einatmen, Husten, Asthma, Harninkontinenz während einer Asthmaattacke

Das Kraut zur Behandlung ist Zimt (Cinnamomum verum). Die Rezeptierform: Cort.Cinnamomi.

■ **Tab. 3.7** Kräuter für die Behandlung von „NierenQi ist nicht fest“

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Johanniskraut	Ross 2010	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Schachtelhalm	Ross 2010	Equisetum arvense	Herb.Equiseti

■ **Tab. 3.8** Kräuter für die Behandlung von Nieren-Angst

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezepturform
Johanniskraut	Ross 2010	Hypericum erforatum	Herb.Hyperici
Lavendel	Ross 2010	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Passionsblume	Ross 2010	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Raute	Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Thymian	Ross 2010	Thymus vulgaris	Herb.Thymi

3.4.9 Nieren-Angst (Ross 2010)

Symptome Ängstlichkeit, Angst, die Kontrolle zu verlieren, schnell ängstlich, Angstträume, Zittern, Enuresis, Paranoia, evtl. Erschöpfung

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.8 aufgeführt.

Dieses Muster ist oft begleitet von beunruhigtem HerzGeist, dann wäre eine Kombination mit Baldrian, Herzgespann, Hopfen, Linde, Melisse, Taubnessel oder Weißdorn sinnvoll.

3.4.10 Nässe-Hitze in der Blase

Symptome Häufige, drängende Miktion, Brennen beim Wasserlassen, Dysurie, unterbrochene Miktion, dunkelgelber, trüber Urin, Hämaturie, „Sand“ im Urin, Fieber, Durst

Zunge Rot, dick gelb-klebrig belegt, an der Wurzel mit roten Punkten

Akupunktur Mi6, Mi9, Bl22, Bl28, Ren3, Bl63 (beseitigt Schmerz in akuten Fällen), Bl66 (beseitigt Hitze)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.9 aufgeführt.

Möchte man bei chronischen Infekten zugleich das BlasenQi tonisieren, dann eignen sich vor allem Löwenzahn, Spitzwegerich, große Klette, Goldrute, Hirtentäschel, Engelwurz, Fenchel, Schafgarbe, Thuja, Quecke oder Thymian. Oft wird HerzHitze (Nervosität, Unruhe, Ängstlichkeit) über die Verbindung Dünndarm-/BlasenMeridian in die Blase geleitet – das würde man an der roten Zungenspitze erkennen –, dann könnte man vor allem Eibisch, Königskerze, Salbei, Taubnessel, Thuja oder Thymian verwenden und zusätzlich noch kombinieren mit Baldrian, Hopfen, Melisse, Passionsblume oder Weißdorn. Sind die Infekte chronisch rezidivierend und haben die PatientInnen z. T. häufige Antibiotika-Behandlungen hinter sich, dann handelt es sich auch oft um pathogene Restfaktoren; hier wären Schafgarbe, große Klette, Sonnenhut, Thuja, Brennessel oder Beifuß Kräuter der Wahl.

3.4.11 BlasenQi-Mangel

Symptome Inkontinenz, reichliche Miktion, Bett-nässen

Zunge Blass, nass

Akupunktur Bl23, Du4, Bl28, Ren4, Moxa

■ Tab. 3.9 Kräuter für die Behandlung von Nässe-Hitze in der Blase

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Ross 2010	<i>Viola tricoloris</i>	Herb.Violae tric.
Alant	Ploberger 2011	<i>Inula helenium</i>	Rad.Helenii
Beifuß	Holmes 1989	<i>Artemisia vulgaris</i>	Herb.Artemisiae vulg.
Beinwell	Holmes 1989	<i>Symphytum officinalis</i>	Rad.Symphyti
Birke	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Betula pendula</i>	Fol.Betulae
Borretsch	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Borago officinalis</i>	Herb.Boraginis
Brennnessel	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Urtica dioica</i>	Herb.Uritcae
Eibisch	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Althea officinalis</i>	Rad.Altheae
Enzian	Ploberger 2011	<i>Gentiana lutea</i>	Rad.Gentianae
Frauenmantel	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Alchemilla vulgaris</i>	Herb.Alchemillae
Goldrute	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Solidago virgaurea</i>	Herb.Solidaginis
Große Klette	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Arctium lappa</i>	Rad.Bardanae
Hirtentäschel	Ploberger 2011	<i>Capsella bursapastoris</i>	Herb.Capsellae bursap.
Holunder	Holmes 1989	<i>Sambucus nigra</i>	Flos.Sambuci
Klettenlabkraut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Galium aparine</i>	Herb.Galii aparine
Königskerze	Holmes 1989	<i>Verbascum thapsoforme</i>	Flos.Verbasci
Krauser Ampfer	Ross 2010	<i>Rumex crispus</i>	Rad.Rumicis crispi
Löwenzahn	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Taraxacum officinalis</i>	Rad.Taraxaci
Mädesüß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Filipendula ulmaria</i>	Herb.Spireae
Odermennig	Ploberger 2011	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Herb.Agrimoniae
Pestwurz	Ploberger 2011	<i>Petasites hybridus</i>	Rad.Petasites
Rotklee	Holmes 1989	<i>Trifolium pratense</i>	Flos.Trifolii pr.
Salbei	Ploberger 2011	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Schachtelhalm	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Equisetum arvense</i>	Herb.Equiseti
Sonnenhut	Ross 2010	<i>Echinacea purpurea</i>	Rad.Echinaceae
Spitzwegerich	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Plantago lanceolata</i>	Herb.Plantaginis lanc.
Taubnessel	Ploberger 2011	<i>Lamium album</i>	Herb.Lamii albi
Thuja	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Thuja occidentalis</i>	Herb.Thujae
Thymian	Ross 2010	<i>Thymus vulgaris</i>	Herb.Thymi
Vogelknöterich	Holmes 1989	<i>Poligonatum vulgare</i>	Herb.Poligonati
Walnuss	Ploberger 2011	<i>Juglans regia</i>	Cort.Fructi juglandi
Wegwarte	Holmes 1989	<i>Cichorium intybus</i>	Rad.Cichorii

■ **Tab. 3.10** Kräuter für die Behandlung von BlasenQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Brennnessel	Ross 2010	Urtica dioica	Herb.Urticae
Goldrute	Ross 2010; Ploberger 2011	Solidago virgaurea	Herb.Solidaginis
Hafer	Holmes 1989	Avena sativa	Fruct.Avenae
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Klettenlabkraut	Holmes 1989	Galium aparine	Herb.Galii aparine
Königskerze	Holmes 1989	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Petersilie	Holmes 1989; Ross 2010	Petroselinium crispum	Rad.Petroselini
Quecke	Holmes 1989; Ross 2010	Agropyrum repens	Rhiz.Agropyri
Rotklee	Holmes 1989	Trifolium pratense	Flos.Trifolii pr.
Schachtelhalm	Holmes 1989	Equisetum arvense	Herb.Equiseti
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ **Tab. 3.11** Kräuter für die Behandlung von feuchter Kälte in der Blase

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Fenchel	Ploberger 2011	Foeniculum vulgare	Fruct.Foeniculi
Liebstockel	Ploberger 2011	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Meerrettich	Ploberger 2011	Armoracia rusticana	Rad.Amoraciae
Petersilie	Ploberger 2011	Petroselinium crispum	Rad.Petroselini
Taubnessel	Ploberger 2011	Lamium album	Herb.Lamii albi

Das Kraut bzw. die Pflanze zur Behandlung des BlasenQi-Mangels ist der Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*). Die Rezeptierform: Herb.Plantaginis lanc. (vgl. Holmes 1989).

3.4.12 BlasenQi-Stagnation

Symptome Unterdrückte, kärglich tröpfelnde Urination, Gereiztheit, Enuresis, Schmerzen im Sakrum

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.10 aufgeführt.

3.4.13 Feuchte Kälte in der Blase (Ploberger 2011)

Die Kräuter zur Behandlung feuchter Kälte in der Blase sind in ■ Tab. 3.11 aufgeführt.

■ Tab. 3.12 Kräuter für die Behandlung von chronischer Zystitis

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Gundermann	Ploberger 2011	Glechoma hederacea	Herb.Glechomae
Hopfen	Ploberger 2011	Humulus lupulus	Strob.Lupuli

3.4.14 Chronisches Leeresymptom/ Chronische Zystitis (Ploberger 2011)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 3.12 aufgeführt.

3.5 Pflanzenporträts

3.5.1 Rosmarin

Lat.: *Rosmarinus officinalis*, engl.: rosemary

Verwendeter Teil: die Blätter

Rezeptierform: *Rosmarinus officinalis*

Historie

Bereits im klassischen Altertum war Rosmarin (■ Abb. 3.1) sowohl eine Pflanze der Aphrodite, der Göttin der Liebe, als auch von Bedeutung im altägyptischen Totenkult (Marzell 2002). So wird die Pflanze ja heute bei Hochzeits-, Geburts- und Begräbniszeremonien eingesetzt. All diese Ereignisse sind Übergangsphasen, in denen man dem „bösen Blick“ und dem Einfluss „böser Geister“ (Marzell 2002) besonders ausgesetzt war und Schutz bedurfte. Die Idee des bösen Blickes „scheint so alt zu sein wie das Menschengeschlecht und weltweit eine Rolle zu spielen“ (Kast 1998, S. 56). Vor allem schöne, unschuldige Menschen auf dem Höhepunkt des Glücks (Hochzeit) oder in Übergangsphasen ziehen die neidischen Blicke auf sich (Kast 1998). Die aromatischen Bestandteile des Rosmarins waren imstande, diese unheilvollen Einflüsse zu bannen (Marzell 2002). Susanne Fischer-Rizzi beschreibt den Duft der Rosmarinessenz als streng, klar und aufrichtig, wie einen stützenden Stab, es setzt den dunklen Einflüssen „geistige Klarheit und innere Stärke“ entgegen (Fischer-Rizzi 2002b).



■ Abb. 3.1 Rosmarin, *Rosmarinus officinalis*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Laut Chevallier nimmt Rosmarin eine zentrale Stellung in der europäischen Pflanzenheilkunde ein (Chevallier 2000). Die wärmende Wirkung stimuliert vor allem den Blutfluss zum Kopf und fördert dadurch die Gedächtnisleistung und das Erinnerungsvermögen, lindert Kopfschmerz und Migräne und verbessert den Haarwuchs durch Anregung der Durchblutung in der Kopfhaut. Weitere Indikationen sind Epilepsie, Schwindel, Ohnmachtsanfälle, Schwäche, Rekonvaleszenz nach längeren Stressphasen oder Krankheit, leichte bis mittelschwere Depression und rheumatische Beschwerden (ebd.). Er sollte nicht am Abend zum Einsatz kommen, da er durch die anregende Wirkung den Schlaf stören kann (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.13 und ■ Tab. 3.14)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 3.13** Wirkqualität und Tropismus des Rosmarins

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Milz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Bitter	Ross 2010; Ploberger 2011	Leber, Darm	Holmes 1989; Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010	Magen	Ross 2010
Süß, trocken, stimulierend, restorierend, adstringierend, auflösend	Holmes 1989	Lunge, Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011
		Gallenblase	Ploberger 2011
		Gehirn und Nerven, Uterus, Urogenitale Organe, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 3.14** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Rosmarins

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das Herz- und NierenYang, tonisiert das NierenQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwäche, Erschöpfung, kalte Gliedmaßen, Depression, Schwindel, Konzentrationsprobleme, Schüchternheit, Anämie, Hypotonus, Herzschwäche	Ingwer, Zimt
Tonisiert und bewegt das HerzQi	Ross 2010	Herzschwäche, Durchblutungsstörungen, Erschöpfung, Hypotonus, Depression mit Verlust von Freude und Interesse am Leben	Anis, Baldrian, Herzgespann, Ingwer, Schafgarbe, Schlüsselblume, Thuja, Weißdorn
Tonisiert und bewegt das MilzQi, tonisiert das Blut	Ross 2010; Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, schwache Verdauung, Kältegefühl im Epigastrium, unverdaute Anteile im Stuhl, generalisierte Schwäche, Anämie	Baldrian, Beifuß, Engelwurz, Luzerne, Melisse, Salbei, Schafgarbe, Wermut, Zimt
Bi-Syndrom durch Wind-Feuchtigkeit-Kälte	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute rheumatische oder neuralgische Schmerzen	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Beifuß, Zimt, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut
Lungen-Wind-Kälte	Holmes 1989	Müdigkeit, Schmerzen, rinnende Nase, Erkältung, Husten, Angst vor Kälte, Influenza im Frühstadium	Pfefferminze, Ingwer, Beifuß, Schöllkraut, Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Ysop, Engelwurz, Dost, Salbei, Sonnenhut, Thuja, Brennnessel, Zimt, Bergbohnenkraut, Pestwurz
Feuchte Kälte im Kopf	Holmes 1989	Schmerzende, verstopfte Nasennebenhöhlen, akute Sinusitis, Frontalkopfschmerz	Gundermann, Thymian, Salbei, Holunder, Augentrost, Pfefferminze, Thuja

■ Tab. 3.14 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989	Keuchen, Husten mit reichlich weißem Schleim, chronische Bronchitis	Thymian, Ysop, Basilikum, Alant, Dost, Anis, Kümmel, Engelwurz, Thuja, Ingwer, Fenchel
Feuchte Kälte im Darm (Milz), tonisiert das MilzYang	Holmes 1989; Ploberger 2011	Verdauungsschwäche, kalte Extremitäten, schleimige unformte Stühle, Kolitis, lebhaftes Darmgeräusche, chronische Gastroenteritis	Anis, Thymian, Raute, Engelwurz
Beruhigt und reguliert das Qi im Darm	Ross 2010	Reizdarm, verbunden mit Kältegefühl	Linde, Eisenkraut, Johanniskraut, Süßholz, Anis, Lavendel, Kamille, Hopfen, Pomeranzenschale, Kümmel, Salbei, Baldrian, Engelwurz, Ingwer
Leber-Kälte	Holmes 1989	Schmerz in der rechten Flanke, Wechsel zwischen Obstipation und Diarrhoe, Frontalkopfschmerz, Gelbsucht, Cholezystitis, Leberzirrhose, Gallensteine wegen Feuchtigkeit, und/oder Kälte	Beifuß, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Schöllkraut, Zimt
Tonisiert und bewegt das LeberQi	Ross 2010; Ploberger 2011	Mangel an Selbstwertgefühl, Mutlosigkeit, Depression mit Rückzug, Erschöpfung, Nebenwirkungen von langem andauerndem Medikamentenabusus, zu viel Alkohol, zu fettreiche Nahrung	Beifuß, Brennnessel, krauser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Petersilie, Salbei, Taubnessel, Vogelmiere, Walnuss, Wegwarte
Beruhigt hyperaktives LeberYang	Ross 2010	Kopfschmerz, Migräne mit Depression und Ängstlichkeit und Kältegefühl	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Mutterkraut, Passionsblume, Pfefferminze, Poleiminze, Raute, Rose, Salbei, Schafgarbe, Steinklee, Ziest
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Gicht, Rheuma, Hyperlipidämie, Atherosklerose, Sehschwäche	Petersilie, Klettenlabkraut, Quecke, Löwenzahn, Vogelmiere, Salomonsiegel, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem bei NierenYang-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwache Knie, Schmerzen im unteren Rücken, schwache Libido, Impotenz, Infertilität, große Mengen an klarem Urin, Leukorrhoe, Lumboischialgie	Thymian, Ingwer, Zimt, Wermut
Uterus-Kälte	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Amenorrhoe, PMS, Östrogenmangel	Dost, Basilikum, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute, Thymian, Ysop

■ **Tab. 3.14** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Herz- und LungenQi-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Palpitationen, Druckgefühl auf der Brust, Angina pectoris, Kurzatmigkeit, Müdigkeit	Alant, Anis, Schafgarbe, Süßholz, Thuja, Thymian
Tonisiert das HerzBlut	Ploberger 2011		Baldrian, Melisse, Salbei, Taubnessel, Weißdorn
Schwäche von Gehirn und Nerven durch Verstopfung der Orifizen des Herzens durch feuchten Schleim	Holmes 1989	Kopfschmerz, Depression, Abwesenheit, Gedächtnisverlust, Verlust der Sprache, Verlust der Sehfähigkeit, Lähmung	Basilikum, Johanniskraut, Baldrian, Rose, Weißdorn, Lavendel, Mistel, Passionsblume
Lungen- und Nieren-Yang-Mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Depression, Keuchen, Engegefühl in der Brust, Asthma, Koma, Hypo- und Hyperglykämie, Schwäche oder Depression durch Überarbeitung, chronischen Stress, chronische Krankheit	Ingwer, Basilikum
Lindert Infektion und Geweberegeneration	Holmes 1989	Chronische Candidiasis, Läuse, Verbrennungen	Hirtentäschel, Walnuss, Beinwell, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Schafgarbe, Johanniskraut, große Klette, Rotklee
Blutstase	Ploberger 2011		Hirtentäschel, Beifuß, Herzgespann (Herz), krauser Ampfer (Leber/Uterus), Mistel (Uterus/Prostata), Ringelblume (venöses System/Uterus), Steinklee, Taubnessel (Uterus), Thuja, Engelwurz (Herz), Gingko (Herz/venöses System), Lavendel (Herz), Schafgarbe, Schöllkraut (Herz), Weißdorn (Herz/Uterus), Zimt (Herz), Gänsefingerkraut, Rose (Uterus), Löwenzahn (venöses System/Leber), Frauenmantel (Leber), Klettenlabkraut

❗ **Nicht einsetzen bei schweren Yin-Mangel-Zuständen mit LeereHitze (Holmes 1989).**

3.5.2 Beifuß

Lat.: *Artemisia vulgaris*, engl.: mugwort
 Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
 Rezeptierform: Herb.Artemisiae vulg.

Historie

Der Beifuß (■ Abb. 3.2) ist vielleicht eine der ältesten Heilpflanzen der Menschheit (Rätsch 1998). Er gilt als eine der wichtigsten Frauenpflanzen. Seinen Namen hat er von der keuschen (*artemisia* = Unversehrtheit), stolzen Göttin/Herrin des Waldes, Artemis (römisch: Diana), Beschützerin der wilden Tiere, die, nachdem sie geboren war, ihrem Zwilingsbruder Paris bei der Geburt assistierte. Eine große Bedeutung hatte die Pflanze auch bei Räu-



■ Abb. 3.2 Beifuß, *Artemisia vulgaris*

cherungen „von der Atlantikküste bis ins Reich der aufgehenden Sonne“ (Storl 1996, S. 47). Überall wurden Beifuß-Arten verwendet, um zu heilen, den Mut der Krieger zu beschwören und Dämonen und böse Geister zu vertreiben (Storl 1996). Schon Steinzeitmenschen verbrannten „Moxakügelchen“ auf

schmerzenden rheumatischen Körperstellen, um zu wärmen und unsichtbare Krankheitsdämonen zu vertreiben (ebd.). „Bei Fuß“ galt auch als Kraftpflanze für Wanderer, die sich durch den Saft der Pflanze gegen Müdigkeit und wundte Füße wappnen konnten, sowie als Heilmittel gegen sichtbare und unsichtbare Würmer (Krankheitserreger) (Würmlein klein, ohne Mark und Bein) (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die verdauungsfördernde und tonisierende Wirkung findet Verwendung bei Appetitlosigkeit, zur Anregung der Magen- und Darmsaftproduktion, erhöht die Produktion von Gallenflüssigkeit und verbessert deren Fluss in der Leber (Pahlow 2006). Als Emmenagogum wirkt er entkrampfend auf die Organe des Unterleibs, vor allem bei Kälte, chronischer Blasenentzündung und Leukorrhoe (Fischer-Rizzi 2002a). Susanne Fischer-Rizzi empfiehlt vor allem die Anwendung in Form von Fußbädern: „bevor die kalten Füße nicht behandelt worden sind und weniger oft auftreten oder endlich immer warm und gut durchblutet sind, sind alle anderen Mittel für die Katz“ (Fischer-Rizzi 2002a, S. 50).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 3.15 und ■ Tab. 3.16)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.15 Wirkqualität und Tropismus des Beifuß

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Aromatisch	Ross 2010	Niere	Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010	Gallenblase	Ross 2010
Warm	Ross 2010; Ploberger 2011	Milz	Ross 2010; Ploberger 2011
Trocken, restorierend, entspannend, stimulierend, entstauend	Holmes 1989	Magen, Darm, Blut, Blase, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 3.16** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Beifuß

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
UterusBlut- und -Qi-Mangel, UterusBlut-Stagnation, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Amenorrhoe, lange Zyklen, Menorrhagie, Östrogen- und Progesteronmangel, PMS, Frigidität, Infertilität, drohende Frühgeburt (Ploberger 2011)	Rose, Taubnessel, Salbei, Thuja
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Geburtsstillstand, Plazentaretention, Lochialstau	Anis, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Johanniskraut, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe, Thuja
Qi-Stagnation in Magen und Darm	Holmes 1989	Spannungsgefühl im Epigastrium, Appetitlosigkeit, Schmerzen in der rechten Flanke, biliäre und/oder gastrische Dyspepsie, Ikterus, Anorexie	Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Engelwurz, Ingwer, Kamille, Raute
Flüssigkeitsandrang in der Leber	Holmes 1989	Generalisierte Ödeme	Braunwurz, Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
Tonisiert und bewegt das LeberQi	Ross 2010; Ploberger 2011	Leberschwäche, Rekonvaleszenz nach Alkohol oder Medikamentenexposition, Depression (verbunden mit Leberschwäche), Cholezystitis	Löwenzahn, Eisenkraut, Johanniskraut, Luzerne, Wegwarte
Tonisiert LeberBlut	Ross 2010		Brennnessel, krauser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Petersilie, Salbei, Taubnessel, Vogelmiere, Walnuss, Wegwarte
Beruhigt aufsteigendes LeberYang und -Wind	Ross 2010	Kopfschmerz, nervöse Anspannung, Krämpfe, Petit Mal	Baldrian, Dost, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Salbei, Schlüsselblume, Wermut
Tonisiert das MilzQi	Ross 2010	Anämie, Verdauungsschwäche, Appetitlosigkeit, Übelkeit, Spannungsgefühl im Bauch	Alant, Anis, Enzian, Engelwurz, Gänsefingerkraut, Luzerne, Petersilie, Rosmarin, Schafgarbe, Süßholz, Tausendgüldenkraut, Vogelmiere, Weißdorn
Äußere Wind-Kälte/Hitze	Holmes 1989	Erkältung, Influenza im Frühstadium	Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Ysop, Dost, Salbei, Thuja, Brennnessel, Pestwurz
Bi-Syndrom durch Wind-Feuchtigkeit-Kälte	Holmes 1989	Akute Neuralgien, Myalgien	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Zimt, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut

■ Tab. 3.16 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Dysurie, Harnwegsinfekte	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Birke, Brennnessel, Sonnenhut, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königs-kerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Mädesüß, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Thymian, Vogelknöterich
Intestinale Parasiten	Holmes 1989		Fenchel, Wermut, Eisenkraut, Ziest, Baldrian, Vogelknöterich, große Klette, Zimt, Tausendgüldenkraut, Anis
Klärt Hitze im ShaoYang	Ross 2010	Wiederkehrendes Fieber, postfebrile Schwäche, Malaria	Wermut, Ringelblume, Hirtentäschel, Tausendgüldenkraut
Pathogener Restfaktor	Ross 2010		Pestwurz, Wermut, Löwenzahn, Ringelblume, Brennnessel
Vertreibt Kälte in allen Meridianen	Ploberger 2011	Schmerzen besser durch Wärme, Rheuma	Zimt
Tonisiert das NierenYang	Ploberger 2011		Anis, Basilikum, Bergbohnenkraut, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Wermut, Zimt
Stoppt Blutung (geröstet)	Ploberger 2011	Unstillbare Blutungen	Hirtentäschel, Schachtelhalm, Taubnessel, Himbeerblätter, Schafgarbe, Ringelblume, Johanniskraut

! Während der Schwangerschaft und Stillzeit vermeiden, da es den Uterus stimuliert und die Säfte trocknet (Holmes 1989). Lange andauernde, hochdosierte Einnahme wegen Thujongehalt vermeiden (ebd.).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Qing Hao, *Artemisia annua*, *A. apiacea* Wirkung: Hitze kühlend, Blut kühlend, hämostyptisch, Mangelhitze beseitigend, Sommerhitze ausleitend

Yin Chen Hao, *Artemisia capillaris*, *A. scoparia* Wirkung: feuchte Hitze ausleitend, Hitze kühlend, Oberfläche öffnend, Sommerhitze ausleitend

3.5.3 Liebstöckel

Lat.: *Levisticum officinalis*, engl.: lovage

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad. Levistici

Historie

Das Liebstöckel (■ Abb. 3.3) ist wegen seines Geruchs auch als Maggikraut bekannt und wird auch heute noch in den Bauerngärten als Suppengewürz angebaut. Vermutlich ist Persien die Heimat dieser Pflanze, und Dioskurides erwähnt, dass sie von den Bewohnern Liguriens, wo sie häufig wachse, als Allheilmittel bezeichnet wurde (Marzell 2002). Neben körperlichen Anwendungsmöglichkeiten wird eine Fülle von „Zauberei“ erwähnt. So wurde es zum Liebeszauber eingesetzt: „Wer es bei sich trägt, wird von allen Menschen geliebt“, hieß es (vgl. Scherf 2003, S. 91). Auch werden viele Geschichten erzählt, in



■ Abb. 3.3 Liebstöckel, *Levisticum officinale*

denen es zum Einsatz kommt zur Vertreibung böser Geister: „Luststecken (Liebstöckel) hat die größte Kraft gegen jede Zauberei“ (Marzell 2002, S. 162). Und schließlich konnte es auch hellsichtig machen und dabei helfen, Hexen zu erkennen (Scherf 2003).

Am Liebstöckel kann man die Bedeutung der Volksetymologie (in einem Wort erklärt sich die innewohnende Wahrheit) nachvollziehen. So soll das „Liebes Stöckel“ wirksam sein bei allen Beschwerden und Schwächezuständen der „Liebes Organe“ (Marzell 2002). Pahlow verweist allerdings darauf, dass die mittelalterliche Volksmedizin hier einem Irrtum erliegt und der Name sich vom Lateinischen *levisticum* herleitet (Pahlow 2006). In der Chinesischen Medizin wird es bezeichnet als das „europäische Dang Gui“ (chinesische Engelwurz) und bei zu geringer Ernte als Ersatz verwendet (Holmes 1989).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Liebstöckel wird verwendet bei Erkrankungen der Verdauungsorgane, der Atemwege und der Urogenitalorgane. So kommt seine wärmende und tonisierende Wirkung bei Appetitlosigkeit, Verdauungsstörungen, Blähungen, Koliken, Bronchitis, Harnwegsinfekten und Dysmenorrhoe zum Einsatz. Auch wirkt es tonisierend bei Kreislaufschwäche (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.17 und ■ Tab. 3.18)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.17 Wirkqualität und Tropismus des Liebstöckels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, süß, scharf, warm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Darm, Leber, Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, stimulierend, entstauend, restorierend, verdünnend, auflösend	Holmes 1989	Milz, Uterus, Blase	Holmes 1989

Tab. 3.18 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Liebstöckels

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere	Holmes 1989	Müdigkeit, Übelkeit, Ödeme, chronische Nephritis, Anurie	Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
Qi-Stagnation in Leber und Niere, löst Verhärtungen und Steine (Lin)	Holmes 1989; Ploberger 2011	Überlastung der Leber durch Toxine, Medikamente und Nah- rung, Kopfschmerz, Müdigkeit, Verstopfung, Ekzeme, Psoriasis, Rheuma, Arthritis, (chronische) Harnwegsinfekte, Nierensteine, Atherosklerose, Lebersklerose	Petersilie, Birke, Linde, Klettenlab- kraut, Eibisch, Augentrost, Hopfen, Odermennig, Schöllkraut, Goldrute, Löwenzahn, Mädesüß, Wegwarte, Eisenkraut, Johanniskraut, Quecke, Fenchel, Brennnessel, Hirtentäschel, Tausendgüldenkraut, Schafgarbe, Ackerveilchen, Gundermann, krauser Ampfer, Spitzwegerich, Schachtel- halm
NierenQi-Mangel mit Feuchtigkeit, feuchte Kälte im Urogenital- system, feuchte Kälte im unteren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lumbalgie, häufiges Wasserlas- sen, Bettnässen, Leukorrhoe	Thymian, Fenchel, Rosmarin, Johan- niskraut, Brennnessel, Salbei, Oder- mennig, Mutterkraut, Engelwurz, Alant, Thuja, Gänsefingerkraut
Uterus-Kälte	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, verzögerte, kurze Menstruation, klumpiges Menstruationsblut, Östrogen- mangel, PMA, Geburtsstillstand wegen Wehenschwäche, Plazentaretention	Dost, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Poleiminze, Raute, Rosmarin
Feuchter Schleim im Darm (Milz)	Holmes 1989	Schmerz und Spannungsgefühl im Bauch, Appetitlosigkeit, Blä- hungen, Verdauungsschwäche, ungeformter Stuhl, Müdigkeit, Gastroenteritis, Dyspepsie, in- testinale Dysbiose, Candidiasis	Dost, Anis, Engelwurz, Salbei, Mutterkraut, Ruprechtskraut, Raute, Thymian
Magen-Kälte, Stagnation durch Kälte im mittleren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dumpfer Schmerz im Epigast- rium besser durch Nahrungs- aufnahme, Übelkeit, kolikar- tige Schmerzen, chronische Gastritis	Fenchel, Engelwurz, Alant, Ingwer, Basilikum, Zimt, Bergbohnenkraut
Lindert Schwellung und Tumoren	Holmes 1989		Thuja, Walnuss, Schachtelhalm, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Mistel, Ringelblume, Schöllkraut, Klettenlabkraut
Hauterkrankungen	Holmes 1989	Akne, Psoriasis, Ekzem, Sebor- rhoe	Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee, Ackerveilchen, Kamille, Ringelblume, Vogelknöterich, Braun- wurz, Spitzwegerich, Walnuss, krau- ser Ampfer, Löwenzahn, Vogelmie- re

! Wegen seiner Uterus-stimulierenden Wirkung in der Schwangerschaft vermeiden (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Gao Ben, Ligusticum sinense, Ligusticum jeholense Wirkung: Wind ausleitend, Schmerz beseitigend, Oberfläche lockern und lösend, Kälte zerstreuend, Feuchtigkeit ausleitend

Chuan Xiong, Ligusticum chuanxiong, Ligusticum wallichii Wirkung: Blut bewegend, bewegt und reguliert Qi, leitet Wind aus, beseitigt Schmerz, leitet Feuchtigkeit und Hitze bei Wind aus

3.5.4 Basilikum

Lat.: *Ocimum basilicum*, engl.: basil

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Basilici

Historie

Ursprünglich kommt die Pflanze aus Indien und stammt ab vom indischen Tulasi, der heiligen Pflanze des Hindugottes Vishnu, die allheilende, tonisierende, verjüngende und aphrodisierende Kräfte enthält. Bereits zur Zeit der Pharaonen gelangte das „Königskraut“ (*basilikon* = königlich) Basilikum (■ Abb. 3.4) nach Ägypten und Europa (Rätsch 1998). Einer südfranzösischen Legende nach soll das Basilikum die heilige Mutter Maria auf ihrer Flucht vor den Blicken der Häscher des Herodes verborgen haben (Marzell 2002). Im Mittelalter diente die Pflanze dazu, Dämonen und Drachen zu vertreiben sowie zur Vertreibung von Depressionen und nervösen Magen- und Herzbeschwerden. Sie galt als Perioden- und Geburtsmittel und wurde bei Herzangst eingesetzt (Beckmann u. Beckmann 2002).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Wirkung von Basilikum auf das Verdauungs- und Nervensystem ermöglicht folgende Be-



■ Abb. 3.4 Basilikum, *Ocimum basilicum*

handlungsindikationen: Blähungen, Magenkräfte, Koliken, Verdauungsstörungen, Depressionen, Angstzustände, Schlafschwierigkeiten, Epilepsie, Migräne und Keuchhusten. Eine traditionelle Anwendung ist die Steigerung des Milchflusses. Äußerlich wirkt es insektenabwehrend und schmerzlindernd nach Insektenstichen. Basilikum wirkt antibakteriell (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.19 und ■ Tab. 3.20)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.19 Wirkqualität und Tropismus des Basilikums

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf, süß, bitter	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Milz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Warm, trocken, restorierend, anhebend, adstringierend, stimulierend, entspannend	Holmes 1989	Nervensystem, Urogenital- system, Verdauungssystem	Holmes 1989
		Herz	Ploberger 2011

■ Tab. 3.20 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Basilikums

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Kälte	Holmes 1989	Husten mit weißlichem Aus- wurf, Keuchen, Engegefühl im Thorax, chronische Bronchitis	Thymian, Ysop, Rosmarin, Alant, Dost, Anis, Kümmel, Engelwurz, Thuja, Ingwer, Fenchel
Lungen- und Nieren- Yang-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Erschöpfung, Ausdauerverlust, Frösteln, Keuchen, schwacher Husten, adrenokortikale Schwäche, Asthma, Keuch- husten	Ingwer
Tonisiert das LungenQi	Ploberger 2011		Alant, Anis, Sonnenhut, Engelwurz, Gundermann, Huflattich, Pestwurz, Rosmarin, Schafgarbe, Süßholz, Thuja, Thymian, Ysop
Feuchte Kälte im Kopf	Holmes 1989	Sinusitis, Anosmie	Gundermann, Thymian, Salbei, Holun- der, Augentrost, Pfefferminze, Thuja
Kälte in Magen und Darm	Holmes 1989	Dumpfer Schmerz im Epi- gastrium besser durch essen, Übelkeit, Verdauungsschwä- che, Erbrechen, Schluckauf	Thymian, Engelwurz, Ingwer, Liebstö- ckel, Fenchel, Anis, Alant
Tonisiert das MilzYang	Ploberger 2011	Meteorismus, Völlegefühl, Adipositas	Alant, Anis, Engelwurz, Ingwer, Raute, Rosmarin, Salbei, Thymian, Walnuss, Ysop, Zimt
Bewegt das LeberQi	Ploberger 2011		Feldminze, Beifuß, Pomeranzen- schale, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute, Johanniskraut, Kamille, Liebstöckel, Mutterkraut u. a.
Eingezwängtes Qi im Darm	Holmes 1989	Reizdarm, kolikartige Schmer- zen im Darm, Verdauungs- schwäche	Linde, Eisenkraut, Poleiminze, Jo- hanniskraut, Herzgespann, Petersilie, Raute, Süßholz, Wermut, Schöllkraut, Anis, Lavendel, Steinklee, Kamille, Hopfen, Pomeranzenschale, Kümmel, krauser Ampfer, Braunwurz, Walnuss, Schafgarbe, Hirtentäschel, Salbei, Ros- marin, Baldrian, Engelwurz, Ingwer, Schachtelhalm, Bergbohnenkraut

■ **Tab. 3.20** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
NierenYang-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schmerzen im unteren Rücken, Libidomangel, Impotenz, Infertilität, Hypothyreose	Anis, Beifuß, Bergbohnenkraut, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Wermut, Zimt
Uterus-Kälte	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Amenorrhoe	Alant, Dost, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute, Rosmarin, Thymian, Ysop
Die Orifizien des Herzens sind verstopft durch feuchten Schleim, Mangel in Gehirn und Nerven	Holmes 1989	Psychische/mentale Erschöp- fung, nervöse Depression, Gedächtnisverlust, mentale Dumpfheit, Desorientierung, Neurasthenie, Kopfschmerz, Migräne	Rosmarin, Johanniskraut, Baldrian, Rose, Weißdorn, Mistel, Passions- blume, Lavendel
Niedergeschmettertes Yang	Holmes 1989	Schock, Ohnmacht, Kollaps, Koma, Epilepsie, Gehirner- schütterung	Bergbohnenkraut, Rosmarin, Zimt
Klärt feuchte Kälte im respiratorischen und intestinalen Systems	Holmes 1989		Thymian, Rosmarin, Kümmel, Engel- wurz
Schutz vor Insekten	Holmes 1989		Lavendel, Anis, Walnuss, Dost, Pfefferminze, Wermut, Eisenkraut, Ringelblume, Ziest, Baldrian, Zimt

❗ **Kontraindiziert bei Lungen-Hitze und Yin-Mangel-Syndromen, vor allem, wenn eine akute Entzündung von Magen, Bronchien oder Lunge beteiligt ist (Holmes 1989).**

3.5.5 Zimt

Lat.: *Cinnamomum verum*, engl.: *cinnamon*

Verwendeter Teil: die Rinde

Rezeptierform: *Cort.Cinnamomi*

Historie

Über den Zimt (■ Abb. 3.5) gibt es nicht viele Geschichten. Jedoch hat man sich schon zu Zeiten Galens darüber gestritten, welcher Teil von welcher Zimtart nun welche Wirkung hat (Holmes 1989). Ursprünglich stammt die Pflanze aus Sri Lanka, wird aber heute in allen tropischen Regionen der Erde angebaut. Die zweijährigen Triebe werden ge-

schnitten, die Rinde wird entfernt und gärt 24 Stunden. Anschließend wird die innere Rinde weiterverwendet. In Indien und Europa gilt er traditionell als das „Körperinnere erwärmende Kraut“ (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Zimt wirkt vor allem über sein ätherisches Öl, welches antivirale und stimulierende Eigenschaften hat. Er kommt zum Einsatz bei Verdauungsproblemen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Muskelschmerzen, als Periodenmittel und bei viralen Infektionen. Die Heilpflanze regt die Durchblutung bis in die Peripherie an und stärkt bei Schwachzuständen und in der Rekonvaleszenz. Zimt wirkt sedativ und analgetisch, senkt Blutdruck und Fieber (Chevallier 2000). Die Wirkung auf die Psyche zeigt sich bei Gefühlskälte, Isolation, Verspannungen und Angst, wo er die Sinne öffnet, Nerven und



■ Abb. 3.5 Zimt, Cinnamomum verum

Herz stärkt, erotisierend wirkt und die Kreativität fördert (Fischer-Rizzi 2002b). In letzter Zeit wird er in Zusammenhang gebracht mit blutzuckersenkender Wirkung in den Anfangsstadien eines Diabetes Typ 2.

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 3.21 und ■ Tab. 3.22)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.21 Wirkqualität und Tropismus des Zimt

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf	Holmes 1989; Ross 2010	Darm	Holmes 1989; Ross 2010
Süß, heiß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Milz, Niere	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Bitter	Ploberger 2011	Leber	Ploberger 2011
Aromatisch	Ross 2010	Magen, Uterus	Ross 2010
Adstringierend, trocken, stimulierend, restorierend, festigend	Holmes 1989	Lunge, Zirkulation, Gefäßsystem, Urogenitalorgane	Holmes 1989

■ Tab. 3.22 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Zimt

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Herz- und NierenYang-Mangel, bewegt HerzQi und -Blut	Holmes 1989; Ross 2010	Kalte Extremitäten, Palpitationen, Schwindel, Hypothermie, Erschöpfung bei Stress, Überarbeitung, Krankheit, Angina pectoris	Rosmarin, Ingwer, Engelwurz

■ **Tab. 3.22** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Kälte	Holmes 1989	Frösteln, Müdigkeit, Nackenschmerzen, Muskelschmerz, Schweißneigung, rinnende Nase, akute Erkältung, Frühstadium von Influenza	Pfefferminze, Ingwer, Beifuß, Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Ysop, Rosmarin, Engelwurz, Dost, Salbei, Sonnenhut, Thuja, Bergbohnenkraut, Pestwurz
Bi-Syndrom bei Wind-Feuchtigkeit-Kälte, wärmt die Meridiane	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute Neuralgien, rheumatische Schmerzen	Beifuß, Engelwurz, Rosmarin, Dost, Mutterkraut
MilzYang-Mangel, Kälte im Darm, reguliert das Qi von Milz und Magen	Holmes 1989; Ross 2010	Müdigkeit, Übelkeit, Appetitlosigkeit, Diarrhoe, Schmerzen/ Spannungsgefühl im Bauch mit Blähungen und Kolik, chronische Gastroenteritis, chronische Candidiasis, Parasiten im Darm	Rosmarin, Johanniskraut, Anis, Kümmel, Salbei, Engelwurz, Ingwer
Nieren- und Milz-Yang-Mangel	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niedrige Lebensmotivation, Lumbalgie, morgendliche Diarrhoe, mangelnde Libido, Frigidität, Hypothyreose, Impotenz	Anis, Basilikum, Rosmarin, Thymian, Wermut
Uterus-Kälte, bewegt und reguliert UterusQi und -Blut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Dysmenorrhoe, verzögerte Blutung, Amenorrhoe, Ovarialzysten	Beifuß, Raute, Thymian, Poleiminze
Trocknet Nässe, stoppt Ausfluss und Blutung	Holmes 1989	Passive Hämorrhagie bei Schwächezuständen, chronische Diarrhoe, Dysenterie, Leukorrhoe, Schwellungen, Abszesse	Himbeerblätter, Schafgarbe, Hirtentäschel, Brennnessel, Johanniskraut, Vogelknöterich, Ziest, Taubnessel, Herzgespann, Ringelblume, Frauenmantel, Mutterkraut
Antinfektiös, antiparasitär, Vergiftung	Holmes 1989	Chronische bakterielle und fungale Infekte, intestinale und Hautparasiten (Läuse), Insektenstiche, Tierbisse	Ingwer, Thymian, Eisenkraut, Fenchel, Tausendgüldenkraut
Unterstützt den Aufbau von Qi und Blut	Ploberger 2011		Engelwurz, Salbei, Rosmarin

❗ Als heißes Mittel ist Zimt kontraindiziert bei Hitzezuständen (Fülle oder Leere), Schwangerschaft und Stillzeit. Das ätherische Öl hat eine stark reizende Wirkung auf Haut und Schleimhäute und sollte sehr vorsichtig eingesetzt werden (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Gui Zhi, *Cinnamomum cassia*, Zweige Wirkung: erwärmt die Leitbahnen, bewegt und reguliert Qi, zerstreut Kälte, öffnet die Oberfläche, leitet Feuchtigkeit bei Wind aus, zerteilt Schwellungen

Rou Gui, *Cinnamomum cassia*, innere Rinde Wirkung: wärmt Kälte, zerstreut Kälte, stützt das Yang, erwärmt das Yang, stützt und ergänzt das Qi, beseitigt Schmerz

3.5.6 Wegwarte

Lat.: *Cichorium intybus*, engl.: chicory

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.Cichorii

Historie

Die Wegwarte (■ Abb. 3.6) ist eine uralte Heilpflanze, die bereits in der Antike auch einen Ruf als Zauberpflanze genoss (Marzell 2002). Mit ihrer Hilfe konnte man die Gunst anderer Menschen erwerben, sie unterstützte bei der Entlarvung von Dieben (Marzell 2002), machte „hiebs- und stichfest“ und erzeugte eine Tarnkappe (Fischer-Rizzi 2002a). Am auffälligsten an dieser Pflanze ist die wunderbare blaue Blüte. Die Indianer Nordamerikas sagen: „Der Weg zum Herzen und zur Seele ist blau wie eine blaue Blume“ (ebd.). Die Wegwarte wurde in der Heilkunde zur Behandlung von Melancholie und Schwermut verwendet, was ja Krankheiten der Seele und des Herzens sind (ebd.). Die geröstete Wurzel fand Verwendung als Kaffeeersatz und ist auch heute noch Bestandteil einiger Getreidekaffees.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben (1987) empfiehlt die Verwendung der Pflanze bei Appetitlosigkeit, Blutarmut, zur Blutreinigung, bei Depression, Fettsucht, Haarausfall (Augenbrauen und Wimpern), Hautunreinheit, Menstruationsbeschwerden, Obstipation, Verdauungsbeschwerden, Bindehautentzündung, Ekzem, Gallenleiden, Gelbsucht, Lebererkrankung, Milzerkrankungen, Nierenbeschwerden und Stoffwechselerkrankungen. Chevallier (2000) bezeichnet die Wegwarte als ausgezeichnetes Bittertonikum, welches die Magen- und Leberfunktion unterstützt und die Harnwege reinigt. Ebenfalls eingesetzt wird sie



■ Abb. 3.6 Wegwarte, *Cichorium intybus*

bei rheumatischen Erkrankungen und Gicht, sowie als mildes Abführmittel für Kinder.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.23 und ■ Tab. 3.24)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.23 Wirkqualität und Tropismus der Wegwarte

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, süß, leicht salzig, kühl, neutral, stimulierend, nährend, restorierend, absenkend	Holmes 1989	Leber, Gallenblase, Magen, Darm, Niere, Blase, Flüssigkeiten	Holmes 1989

Tab. 3.24 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Wegwarte

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Leber-und Nieren- Yin-/Essenz-Mangel	Holmes 1989	Keine Ausdauer, abendliche Müdigkeit, Gewichtsverlust, Sehschwäche, Lumbalgie, vorzeitiges Altern, Entwicklungsverzögerung bei Kindern, Anorexie, Hyperglykämie, Stoffwechselschwäche	Brennnessel, Rotklee, Melisse, Weißdorn, Gingko, Löwenzahn, Salbei, Beinwell, Luzerne
Blutmangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Schwäche, Schwindel, Anämie, Blässe	Vogelmiere, Quecke, krauser Ampfer, Schafgarbe, Luzerne, Engelwurz, Petersilie, Rosmarin (Herz), Beifuß (Leber), Zimt, Brennnessel (Uterus), Rotklee, Melisse (Herz), Baldrian (Herz), Weißdorn (Herz), Taubnessel (Uterus/Herz), Mistel, Wermut (Leber), Salbei (Uterus/allgemein), Beinwell
Qi-Stagnation in Leber und Magen	Holmes 1989	Langsame, schmerzhaft Verdauung, Appetitlosigkeit, Schmerzen und Spannungsgefühl im Epigastrium, biliäre und gastrale Dyspepsie	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Rute
LeberQi-Stagnation	Holmes 1989	Launenhaftigkeit, Depression, Obstipation, Kopfschmerz, Verdauungsschwäche, Schmerz in der rechten Flanke, Gelbsucht	Feldminze, Baldrian, Beifuß, Braunwurz, Eisenkraut, Frauenmantel, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Löwenzahn, Rosmarin, Wermut, Ziest u. a.
LeberFeuer	Holmes 1989	Berstende Kopfschmerzen, Durst, Fieber, geschwollenes Gesicht	Baldrian, Enzian, Frauenmantel, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Rose, Salbei
Trockene Hitze im Darm	Holmes 1989	Obstipation, trockener, dunkler, harter Stuhl	Wermut, Borretsch, Vogelmiere
Feuchte Hitze in Leber und Gallen- blase	Holmes 1989	Hepatitis (v. a. akut), bitterer Mundgeschmack, Erbrechen, geschwollene, schmerzhaft Flanken	Augentrost, Enzian, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Schöllkraut, Tausendgüldenkraut
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Zystitis, Urethritis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Sonnenhut, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Vogelknöterich, Walnuss
Metabolische Toxikose	Holmes 1989	Rezidivierende Schmerzen, schmerzhaft Gelenke, Ekzeme, stinkender Stuhl, Reizbarkeit, Gicht, Rheuma, Gallen- und Harnsteine, Urikämie	Luzerne, Walnuss, Schachtelhalm, Braunwurz, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Quecke, große Klette, Rotklee, Birke, Mädesüß
Flüssigkeitsandrang in der Leber	Holmes 1989	Ödeme unterhalb der Taille, Übelkeit, Müdigkeit, Apathie, Übergewicht, Zellulitis	Liebstöckel, Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Brennnessel, Löwenzahn, Birke

3.5.7 Bergbohnenkraut

Lat.: *Satureia montana*, engl.: savory

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Satureiae mont.

Historie

Am bekanntesten ist die Verwendung des Bohnenkrautes (■ Abb. 3.7) als Gewürz für schwerverdauliche Speisen (dicke Bohnen, Fleisch usw.). Als Pflanze des Zaubergartens der Medea hatte es auch den Ruf eines Aphrodisiakums, es galt als Gegengift und im Volksglauben als „Pflanze des Glücks“ (Rätsch 1998).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Bergbohnenkraut kommt zum Einsatz bei Blähungen und Koliken, es beruhigt die Verdauung. Eine weitere Indikation durch seine wärmende Wirkung sind Erkrankungen der Atmungsorgane. Das ätherische Öl wirkt stark antibiotisch und kann auch bei Candidiasis verwendet werden, allerdings nur in starker Verdünnung (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.25 und ■ Tab. 3.26)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.



■ Abb. 3.7 Bergbohnenkraut, *Satureia montana*

■ Tab. 3.25 Wirkqualität und Tropismus des Bergbohnenkrautes

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, leicht bitter, warm	Ploberger 2011	Lunge, Magen, Leber, Niere	Ploberger 2011

■ Tab. 3.26 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Bergbohnenkrautes

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Vertreibt äußere Wind-Kälte	Ploberger 2011	Influenza im Frühstadium, Fieber	Pfefferminze, Ingwer, Beifuß, Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Ysop, Rosmarin, Engelwurz, Dost, Salbei, Sonnenhut, Thuja, Brennnessel, Zimt, Pestwurz

■ **Tab. 3.26** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Wirkt innerer Kälte entgegen	Ploberger 2011; Holmes 1989	Dyspepsie, Meteorismus, Depressionen, Asthma, Bronchitis	Engelwurz, Ingwer, Anis, Rosmarin
Tonisiert das Yang	Ploberger 2011, Holmes 1989		Anis, Basilikum, Beifuß, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Wermut, Zimt
Reguliert das Qi	Ploberger 2011	Schmerzen, v. a. im Bauchbereich, Koliken	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Johanniskraut, Anis, Lavendel, Kamille, Pomeranzenschale, Kümmel, Schafgarbe, Engelwurz, Ingwer
Qi-Stagnation	Ploberger 2011	Dysmenorrhoe, Amenorrhoe	Eisenkraut, Anis, Beifuß, Pomeranzenschale, Hirtentäschel, Johanniskraut, Melisse, Kamille, Mutterkraut, Poleiminz, Raute, Rin- gelblume, Schafgarbe, Thuja, Wermut, Ziest

! **Vorsicht im Umgang mit dem ätherischen Öl, da es eine stark reizende Wirkung hat (Holmes 1989). Das Einsatzspektrum umfasst Nerven-schwäche, Energielosigkeit, Antriebsschwäche, Darmkrämpfe, Blähungen und Durchfall. Es wirkt auch als Aphrodisiakum (Fischer-Rizzi 2002b).**



■ **Abb. 3.8** Goldrute, *Solidago canadensis*

3.5.8 Goldrute

Lat.: *Solidago virgaurea*, engl.: goldenrod

Laut Wood enthält *Solidago canadensis* heilkräftige Wirkstoffe in etwas höherer Konzentration, dass sie als „Ersatz“ infrage kommt (Wood 2012).

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Solidaginis

Historie

In der Vergangenheit wurde die Goldrute (■ Abb. 3.8) als „heidnisch Wundkraut“ bezeichnet, unseren Vorfahren galt sie als bestes Wundkraut und wurde sogar schon vor kriegerischen Auseinandersetzungen gesammelt (Fischer-Rizzi 2002a). Der erste Nachweis für die Verwendung in der Nierenheilkunde stammt von Villanova (um 1240–1311), einem in Italien, Frankreich und Spanien tätigen Arzt (Hiller u. Melzig 2006). „Die Goldrute löst nicht einfach nur die Ausscheidung von Harn aus, sondern bringt die Niere wieder in

einen gesunden Zustand zurück.“ (Wood 2012, S. 579 f)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Inzwischen ist die Goldrute in der modernen Naturheilkunde eine der besten Heilpflanzen für Erkrankungen der Harnorgane. Die Indikationen umfassen Blasen- und Nierenentzündung, Dysurie, Durchspülungstherapie bei entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege, Harnsteine und Nierengries (auch zur Vorbeugung derselben), Stoffwechselanregung bei Hauterkrankungen, Leberleiden, Rheuma, Gicht (Pahlow 2006). Weiterhin wird sie empfohlen bei Anurie, Oligurie,

Nierenschumpfung, Halsschmerzen, chronischer Schnupfen, Heuschnupfen, Darmerkrankungen, Darmblutung, Candidiasis. Sie wirkt zudem äußerlich wundheilend (Storl 2005). Maria Treben (1987) empfiehlt sie außerdem bei Ärger und Schock, wenn einem etwas „an die Nieren geht“. Wood beschreibt einige seelische Indikationen für die Pflanze. So unterstützt sie Menschen, die auf dem Weg sind, mit gesenktem Kopf ihr Ziel nicht sehen, die Botschaft lautet: „Halte durch, bis das Ziel erreicht ist.“ (Wood 2012, S. 582) Da die Pflanze eine sanfte Wirkung hat, eignet sie sich vor allem auch für die Behand-

lung von Magen-Darm-Infekten bei Kindern (Chevallier 2000). Auch wenn man das Gefühl hat, jemand sei „zu sensibel für diese Welt“, kann man zur Unterstützung und Stärkung die Goldrute einsetzen (Wood 2012).

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin**
(■ Tab. 3.27 und ■ Tab. 3.28)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 3.27** Wirkqualität und Tropismus der Goldrute

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere, Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Sauer, leicht scharf	Ross 2010	Lunge	Ross 2010
Trocken, restorierend, stimulierend, entstauend	Holmes 1989	Darm, oberer Respirations-trakt, Flüssigkeiten, Blut, Haut, 3 Erwärmer-Meridian	Holmes 1989
		Gallenblase	Ploberger 2011

■ **Tab. 3.28** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Goldrute

Chinesisches Mus-ter/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Flüssigkeitsandrang in der Niere	Holmes 1989	Knöchel/Beinödeme, Lumbal-gie, geschwollene Augen am Morgen, chronische Nephritis, akute Anurie	Liebstockel, Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme (Dermatitis, Psoriasis, Akne, Herpes), Dysurie, Reizbar-keit, chronische Niereninsuffizi-enz, Albuminurie, Nierensteine, Hyperurikämie, Hypercholeste-rinämie, Hypertonus	Quecke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Feuchte Hitze oder Kälte im Kopf	Holmes 1989	Sinusitis, Rhinitis (allergisch, akut, chronisch), Parodontose, lockere Zähne, geschwollenes, weiches Zahnfleisch, Geschwüre in Mund und Hals	Kälte: Rosmarin, Gundermann, Thymian, Salbei, Holunder, Au-gentrost, Pfefferminze, Thuja, Mutterkraut(feuchter Schleim) Hitze: Lavendel, Holunder, Spitzwe-gerich

■ **Tab. 3.28** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Löst feuchten Schleim, stoppt Ausfluss	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leukorrhoe, muköse Zystitis, Menorrhagie in Schwächekon- ditionen, Prostatahypertrophie, Prostatitis	Odermennig, Salbei, Herzgespann, Mistel, Taubnessel, Ziest, Rose, Rotklee, Raute, Ruprechtskraut, Brombeere, Johanniskraut, Brennnessel, Rosmarin, Engelwurz, Mädesüß, Schafgarbe, Alant, Thuja, Gundermann, Spitzwe- gerich, Braunwurz, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Thymian
LeberQi-Stagnation im unteren Erwär- mer	Ploberger 2011		Braunwurz, Eisenkraut, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Melisse, Raute, Salbei, Schafgarbe, Ziest, Tausendgül- denkraut
Klärt Lungen- Schleim	Ross 2010		Hitze: Königskerze, Melisse, Ziest, Kamille, Augentrost, Brennnessel, Ackerveilchen, Gundermann Trockenheit: Thymian, Süßholz, Vogel- miere, Schlüsselblume, Salomonsiegel, Königskerze Kälte: Thymian, Ysop, Basilikum, Rosmarin, Alant, Dost, Anis, Kümmel, Engelwurz, Thuja, Ingwer, Fenchel
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Akute und chronische Zystitis, Nephritis, Dysurie, Anurie	Alant, Birke, Borretsch, Brennnessel, Sonnenhut, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Oder- mennig, Salbei
Reguliert das Bla- senQi, klärt Schleim, lindert Krämpfe	Ross 2010	Inkontinenz, Gicht, Rheuma, Arthritis	Johanniskraut, Melisse, Klettenlab- kraut, Quecke, Rotklee, Schafgarbe, Thuja, Ziest
Feuchte Hitze oder Kälte im Darm, leitet Feuchtigkeit und Schleim aus dem unteren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Enteritis, Diarrhoe, Dysenterie, Cholera, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa	Thymian, Engelwurz, Schachtelhalm, Steinklee, Taubnessel, Frauenmantel, Birke, Ruprechtskraut, große Klette
Leitet toxische Hitze und Hitze aus dem Blut aus	Ploberger 2011	Dermatitis	Braunelle (Qi-Ebene), Ringelblume, Ackerveilchen, Linde, Taubnessel, Rose, Lungenkraut (stoppt Blutung), Spitzwegerich, Braunwurz, Frauen- mantel, Thuja
Strahlenschäden	Holmes 1989	Therapeutische Bestrahlung, Reaktorunfälle	Luzerne, Johanniskraut
Tumoren	Holmes 1989		Thuja, Walnuss, Schachtelhalm, Stein- klee, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Mistel, Ringelblume, Schöllkraut, Klettenlabkraut

! Vermeiden in Kältezuständen bedingt durch Schwäche (Holmes 1989).

3.5.9 Brennnessel

Lat.: *Urtica dioica*, engl.: nettle

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut, die Samen, die Wurzel

Rezeptierform: Herb.Urticae, Sem.Urticae, Rad.Urticae

Historie

Beginnen möchte ich mit ein paar Lobreden für diese so unscheinbare und bei vielen als ungeliebtes Unkraut betrachteten Pflanze. So sagte der Kräuterpfarrer Künzle: „Hätte die Brennnessel keine Stacheln, wäre sie schon längst ausgerottet worden, so vielseitig sind ihre Tugenden“ (Storl 1996, S. 14). Rudolf Steiner bezeichnete sie als „die größte Wohltäterin des Pflanzenwachstums“, „in der Natur draussen (...) ähnlich demjenigen, was das Herz im menschlichen Organismus ist“ (ebd.). Und Maria Treben bezeichnet die Brennnessel (■ Abb. 3.9) als „die beste der Heilpflanzen“ (Storl 1996) (vgl. auch die lange Indikationsliste unten).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt die Brennnessel für viele Indikationen, z. B. Akne, Anämie, Erschöpfung, Gicht, Allergie, Rheuma, Verstopfung, Verschleimung, Diabetes, Gallenleiden, Gesichtsneuralgie, Harnverhalt, Knochen-, Leber- und Nierenkrebs, Magengeschwür, Leberverhärtung, zur Blutreinigung und zur Anregung des Haarwachstums (Treben1987). Chevallier hebt vor allem die reinigende, entgiftende und harntreibende Wirkung hervor, sodass sie eingesetzt werden kann bei Hautbeschwerden, insbesondere Ekzemen bei Kindern, arthritischen Beschwerden, zum Stillen von Blutungen, bei zu starker Menstruation, Allergien (Heuschnupfen, Asthma), bei Anämie und



■ Abb. 3.9 Brennnessel, *Urtica dioica*

zur Milchbildung. Für die Anwendung der Wurzel kann man eine positive Wirkung bei Prostatahyperplasie im Frühstadium nachweisen (Chevallier 2000). Wood hebt die Wirkung der Brennnessel hervor, festsitzenden Schleim zu lösen (Wood 2012).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.29 und ■ Tab. 3.30)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 3.29** Wirkqualität und Tropismus der Brennnessel

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Blase, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Milz, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Scharf, warm	Ross 2010	Darm, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht bitter	Ploberger 2011	Niere, Blut, Flüssigkeiten, Bindegewebe, ChongMai, RenMai	Holmes 1989
Leicht süß und salzig, trocken, nährend, restorierend, stabilisie- rend, stimulierend, auflösend	Holmes 1989		

■ **Tab. 3.30** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Brennnessel

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
LeberYin-Mangel	Holmes 1989	Gewichtsverlust, Ausdauer- erschwäche, Müdigkeit am Abend, Leber-und Stoffwech- selerkrankungen, Glykogen- speicherstörungen, Diabethes, chronisch, degenerative Erkrankungen, Bindegewebe- degeneration, unzureichende Laktation	Wegwarte, Rotklee, Melisse, Löwen- zahn, Salbei, Beinwell, Luzerne
Bewegt LeberQi- Stagnation	Ploberger 2011	Ikterus	Beifuß, Braunwurz, Johanniskraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwen- zahn, Raute, Salbei, Schöllkraut, Wegwarte, Wermut u. a.
Blut-Mangel, tonisiert das LeberBlut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schwäche, Erschöpfung, Schwindel, Drehschwindel, Blässe, Amenorrhoe, Anämie, Hormonmangel (Schilddrüse, Adrenokortikoide, Geschlechts- hormone)	Allgemein: Vogelmiere, Quecke, krauser Ampfer, Schafgarbe, Lu- zerne, Engelwurz, Petersilie, Zimt, Wegwarte, Rotklee, Mistel, Salbei, Beinwell Leber: Beifuß, Wermut
UterusBlut-Mangel	Holmes 1989	Amenorrhoe, Haarausfall, Öst- rogenmangel, PMS	Taubnessel, Salbei, Petersilie, Beifuß
Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge, klärt Lungen-Schleim	Holmes 1989; Ross 2010	Kurzatmigkeit, Husten mit weißlich schleimigem Auswurf, chronische Bronchitis, Asthma, TBC, allergische Rhinitis, Ekzem, schwer abzuhustender Schleim	Königskerze, Ziest, Kamille, Spitzwe- gerich, Holunder, Huflattich, Augen- trost, Gundermann, Ackerveilchen, Thymian, Alant, Dost, Anis, Kümmel, Engelwurz, Thuja, Fenchel

■ Tab. 3.30 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt äußeren Wind	Ross 2010	Akute, allergische Rhinitis	Pfefferminze, Schafgarbe, Ingwer, Thymian, Augentrost, Engelwurz, Salbei, Sonnenhut, Thuja, Zimt, Bergbohlenkraut, Pestwurz
Klärt Schleim im Darm	Ross 2010	Diarrhoe mit Schleimauflagerungen, Kolitis, Sommerdurchfall bei Kindern	Dost, Anisi, Himbeerblätter, Engelwurz, Goldrute, Mutterkraut, Gundermann, Thymian
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem, vertreibt Feuchtigkeit aus dem unteren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Diarrhoe, Leukorrhoe, Dysurie, Hämorrhagie	Goldrute, Thymian, Engelwurz, Schachtelhalm, Taubnessel, Steinklee, Frauenmantel, Birke, Ruprechtskraut, große Klette
Feuchte Hitze in der Blase, Schleim-Feuchtigkeit	Holmes 1989; Ross 2010	Dysurie, chronische und akute Zystitis, Urethritis, Nephritis, chronische Prostatitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Alant, Beifuß, Birke, Sonnenhut, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Mädesüß, Taubnessel, Thuja, Thymian
Klärt pathogenen Restfaktor Feuchtigkeit, Schleim oder feuchte Hitze	Ross 2010	Akute/chronische Urtikaria, Ekzem, Arthritis, Gicht, Rheuma	Große Klette, Sonnenhut, Goldrute, Ackerveilchen, Spitzwegerich
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Harnwegsinfekte, chronische Arthritis, Gicht, Rheuma, Urtikaria, Skrophulose, Tumore, Nieren- und Gallensteine	Quecke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere	Holmes 1989	Ödeme, Aszites, Hämorrhoiden, Dysurie	Quecke, Braunwurz, Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Löwenzahn, Birke
Stoppt Blutung im Uterus	Ross 2010	Menometrorrhagie	Hirtentäschel, Mutterkraut, Taubnessel, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Schafgarbe, Ringelblume, Johanniskraut, Herzgespann, Frauenmantel
Toxische Hitze	Ploberger 2011		Enzian, große Klette, Walnuss, Borretsch, Löwenzahn, Frauenmantel, Melisse, Salbei, Klettenlabkraut, Sonnenhut, Huflattich, Quecke, Königskerze, Süßholz, Vogelmiere, Tausendgüldenkraut, Holunder, Raute, Rose, Taubnessel, Wermut

3.5.10 Johanniskraut

Lat: *Hypericum perforatum*, engl.: St. John's Wort

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Hyperici

Historie

Das Johanniskraut (■ Abb. 3.10) ist eine sowohl im Altertum als auch im Mittelalter sehr bekannte Pflanze. Sie wurde häufig zu magischen Zwecken verwendet. In fast allen Quellen findet man Berichte über ihren Einsatz zum Schutz gegen Hexerei und den Teufel (Marzell 2002). Letzterer soll sogar so wütend darüber gewesen sein, dass er jemandem, der Johanniskraut bei sich trug, nichts anhaben konnte, dass er voller Ärger auf die Pflanze einstach und dabei die Blätter durchlöchernte (Scherf 2003). So wird es erzählt. Diese Löcher, die mit rotem Öl gefüllt sind, geben der Pflanze auch den Beinamen „perforatum“ (durchlöchert). Haupteinsatzgebiet war die Wundheilung, und so kann man auch die Signaturenlehre gut an dieser Pflanze studieren: Wenn man die Blüten zerreibt, tritt das rote Öl aus, welches Blut ähnelt und sich dadurch zur Behandlung von Wunden eignet, man nannte das Johanniskraut auch „Mannesblut“ (Marzell 2002). Die Pflanze speichert in ihrem Öl viel Licht, welches auf der seelischen Ebene eingesetzt wird, um die Dunkelheit zu erhellen. Vielleicht sind Angst, Melancholie und Depression, wofür sie heute vor allem eingesetzt wird (Müller-Ebeling et al. 1999), moderne Bezeichnungen für die dunklen Dämonen, Hexen und Teufel des Mittelalters. Erwähnen möchte ich hier noch ein Zitat von Paracelsus, für den das Johanniskraut eine Art Universalmittel war: „Nichts vertreibt die Krankheit als Stärke. Drum ist die Arznei eine Stärke und eine Macht, die alle Krankheiten vertreibt.“ (nach Fischer-Rizzi 2002a, S. 212)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Das Einsatzgebiet des Johanniskrautes ist sehr vielfältig, es ist wohl eine der am besten untersuchten und bekanntesten Heilpflanzen. Maria Treben empfiehlt es u. a. bei Bettnässen, Depression, Ischialgie, Schlafwandeln, Nervosität, unregelmäßiger Periode, Rheuma, Sonnenbrand, Gesichtsneuralgie, Hodenkrebs und Hodenschwellung, Hysterie,



■ Abb. 3.10 Johanniskraut, *Hypericum perforatum*

Lymphdrüsenenerkrankung, Multiple Sklerose, Nervenentzündung, Neurasthenie, Sprechstörungen (Stottern) (Treben 1987). In Afrika (Ramakers 2003) und den USA (Müller-Ebeling et al. 1999) wird Johanniskraut wegen seiner antiviralen Wirkung (Hypericin) bei der Behandlung von AIDS eingesetzt. Positive Forschungsergebnisse gibt es für den Einsatz bei leichten bis mittelschweren Depressionen (Chevallier 2000). Hilfreich ist der Einsatz auch in der hormonellen Übergangsphase der Menopause, wo es Angstzustände, Anspannung und Schlaflosigkeit lindert. Ebenso tonisiert es die Leber und die Gallenblase und wirkt bei Magenschleimhautentzündung und Magenulkus. Außerdem kann man es wegen der stark antiviralen Wirkung bei allerlei Viruserkrankungen einsetzen (Herpes zoster, Windpocken usw.) (ebd.). Wood umschreibt die Indikation für die Pflanze mit den Worten:

- » Das Johanniskraut ist bei chronischen Erkrankungen angezeigt, die mit chronischen Schmerzen, nervöser Erschöpfung sowie geistiger und

körperlicher Schwäche verbunden sind. (Wood 2012, S. 398)

Seine Wirkung entfaltet sich vor allem über den Solarplexus, es verbessert das instinktive Bauchgefühl und hilft dadurch, sich mit den unbewussten Phänomenen im eigenen Leben auseinanderzusetzen (Wood 2012). Das Gleiche meint wohl Florian Ploberger, wenn er als Wirkung angibt: „bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche“ (Ploberger 2011, S. 211). Wichtig ist es, die Patienten auf die evtl. photosensibilisierende Wirkung hinzuweisen, damit sie bei höher dosierter Einnahme direktes

Sonnenlicht vermeiden, da die Gefahr für Sonnenbrand steigt. Außerdem kann Johanniskraut durch die Beeinflussung des Leberstoffwechsels den Abbau von Medikamenten beschleunigen und so evtl. hormonale Kontrazeptiva in ihrer Wirkung beeinträchtigen.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 3.31 und Tab. 3.32)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 3.31 Wirkqualität und Tropismus des Johanniskrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß, adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Sauer, neutral	Ross 2010	Herz	Ross 2010; Ploberger 2011
Kalt	Ploberger 2011	Lunge, Darm, Blase, Nerven, Blut	Holmes 1989
Kühl, trocken, entspannend, restorierend, stimulierend	Holmes 1989		

Tab. 3.32 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Johanniskrauts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie, Enuresis, Bettnässen, neurogene Blase, Schmerzen im Sakrum	Schachtelhalm, Brennnessel, Goldrute, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Melisse, Petersilie, Quecke, Rotklee, Schafgarbe, Thuja, Ziest
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Reizbarkeit	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Hirtentäschel, Kamille, Melisse, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Salbei, Schafgarbe, Thuja, Ziest u. a.
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Kopfschmerz, Dysurie, Nervosität, Harnsteine	Brennnessel, Quecke, Vogelknöterich, Raute, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel

■ **Tab. 3.32** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Qi-Stagnation in Niere und Darm wegen Schwäche	Holmes 1989	Mental/nervöse Anspannung wegen Überarbeitung, Stress usw., Schmerzen in Bauch, Niere oder Sakrum, Agitiertheit, Depression, Reizdarm, Neuralgie, Neuritis, Ischialgie, Arthralgie, Fibromyalgie, tiefer Schmerz im Steißbein, Kopfschmerz, Migräne, Muskelverspannung und Krämpfe	Große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Melisse, Baldrian, Ziest, Linde, Eisenkraut, Löwenzahn, Wermut, Salbei, Odermennig, Ysop, Klettenlabkraut, Basilikum, Beifuß, Rosmarin, Hirtentäschel, Tausendgüldenkraut, Petersilie, Engelwurz, Süßholz, Fenchel, Schafgarbe, Walnuss, Gänsefingerkraut, Quecke, Anis
Beruhigt Nieren-Angst, reguliert das BlasenQi	Ross 2010	Beeinträchtigter Schlaf durch Alpträume, Bettnässen, v. a. bei Kindern	Lavendel, Thymian, Raute, Passionsblume
NierenEssenz-Mangel (Gehirn- und Nervenschwäche)	Holmes 1989	Chronische Depression, Schlafstörungen, Neurasthenie, Müdigkeit, Psychose	Salbei, Eisenkraut, Gingko, Schlüsselblume, Mistel, Lavendel, Ziest, Melisse
Tonisiert und reguliert Herz- und NierenQi, beruhigt den HerzGeist	Ross 2010; Ploberger 2011	Interesselosigkeit, Depression mit gedrückter Stimmung, Schlafstörungen, Ängstlichkeit, menopause Störungen	Baldrian, Basilikum, Eibisch, Eisenkraut, Gingko, Herzgespann, Lavendel, Melisse, Thuja, Thymian, Weißdorn
Schleim verlegt die Herzkanäle	Ploberger 2011	Verstimmung, Depression	Rosmarin, Basilikum, Baldrian, Rose, Weißdorn, Lavendel, Mistel, Passionsblume
Nährt Herz- und NierenYin	Ploberger 2011	Unruhe, Angstzustände, Schlaflosigkeit	Baldrian, Hopfen, Mistel
Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche	Ploberger 2011	Hilft beim Bewusstwerden unbewusster Seelenanteile	Eisenkraut
Wirkt LeberQi-Stagnation entgegen	Ploberger 2011		Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Beifuß, Dost, Eisenkraut, Goldrute, Hopfen, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Rosmarin, Schafgarbe, Ziest, u. a.
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit mit eingezwängtem Qi	Holmes 1989	Keuchen, Kurzatmigkeit, (chronische) Bronchitis	Königskerze, Melisse, Ziest, Kamille, Thymian, Ysop, Alant, Dost, Anis, Thuja, Ingwer
Feuchte Hitze in der Haut	Holmes 1989	Dermatitis, virale Hauterkrankungen (z. B. Windpocken, Gürtelrose, Herpes), Sonnenbrand	Ackerveilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Rotklee, Vogelmiere
Stoppt Ausfluss und Blutung	Holmes 1989	Zystitis, Enteritis, Albuminurie, Leukorrhoe, Hämorrhagie	Hirtentäschel, Mutterkraut, Brennnessel, Taubnessel, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Schafgarbe, Ringelblume, Vogelknöterich, Ziest, Herzgespann, Frauenmantel

Tab. 3.32 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bakterielle und virale intestinale Infekte	Holmes 1989		Zimt, Ingwer, Thymian, Eisenkraut, Fenchel, Tausendgüldenkraut, Spitzwegerich (v. a. antibakteriell), Melisse (v. a. viral), Wermut, Baldrian
Wundheilung	Holmes 1989; Ross 2010	Tumore, Brustschwellung, Ulzerationen	Hirtentäschel, Walnuss, Beinwell, Ringelblume, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Braunelle, große Klette, Rotklee, Schafgarbe

! Wegen leicht Uterus-stimulierender Wirkung vorsichtig in der Schwangerschaft verwenden. Das Risiko erhöhter Photosensitivität besteht nur bei hohen Dosen (Holmes 1989). Interaktionen mit diversen pharmazeutischen Produkten sind möglich, von Dauereinnahme wird abgeraten (Ploberger 2011).

3.5.11 Holunder

Lat.: *Sambucus nigra*, engl.: elder

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: Flos.Sambuci

Historie

Der Holunder (Abb. 3.11), in der Antike bekannt und wohl schon dem prähistorischen Menschen vertraut – in steinzeitlichen Niederlassungen wurden Samen gefunden –, „ist wohl die Pflanze, die am meisten volkskundliche Bezeichnungen aufweist“ (Marzell 2002, S. 248). Er wird bezeichnet als die „Hausapotheke des Einödbauern“, alle seine Teile dienen dem Menschen als Heilmittel, es entspricht quasi dem guten Hausgeist, dem der Mensch zu Dank verpflichtet ist (Marzell 2002). In der vorchristlichen Zeit galt der Holunder als Baum der lichtweisenden Muttergöttin Frau Holle, die eine „den Menschen mild und freundlich gesonnene Göttin war, die das Leben der Pflanzen und Tiere beschützte und die Menschen von Krankheiten heilen konnte“ (Fischer-Rizzi 1986, S. 102). Am Holunder kann man den Brauch studieren, dass die

Menschen ihre Krankheiten, Schmerzen und Gebrechen auf die Pflanze übertrugen. Man ging bei Nacht zum Holunderbaum, band einen Faden um den Stamm und sprach: „Guten Tag, Flieder (Holunder), ich bringe dir mein Fieber; ich binde es an, und nun geh ich in Gottes Namen davon“ (Müller-Ebeling et al. 1999, S. 53). Nach der Christianisierung wurden alle Bräuche im Zusammenhang mit dem Baum verboten, und „aus der weisen Lichtgöttin wurde ein gefährlicher Spukgeist“ (Fischer-Rizzi 1986, S. 103). Der Name *Sambucus* bedeutet im Lateinischen „die Panflöte“. Pan galt als der „Herrscher über Jagd, Wächter und Beschützer der Tiere und Gemahl der Göttin der Unterwelt“, daher die große Kraft des Holunders (Wood 2012).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Als schweißtreibendes Mittel setzt man die Blüten ein bei Husten, Erkältung und Grippe. Ebenso haben sie eine gewebefestigende Wirkung und kommen zum Einsatz bei chronischem Katarrh, Ohreninfektionen, Allergien und Candidamykose sowie Heuschnupfen. Weitere Indikationen sind Arthritis und Rheuma (Chevallier 2000). Maria Treben empfiehlt den Einsatz der Blätter und jungen Triebe bei Diabetes und die Rinde bei Elephantiasis und Ödemen (Treben 1987). Die unreifen Beeren sind schwach giftig und rufen Übelkeit, Erbrechen und Durchfall hervor, zu Saft gekocht oder als Mus sind sie ein wertvoller Spender für Vitamine und Mineralstoffe sowie aufgrund der blau-schwarzen Farbe auch interessant als Lieferant für sekundäre



■ Abb. 3.11 Holunder, *Sambucus nigra*

Pflanzenwirkstoffe (Pahlow 2006). Weitere Einsatzgebiete sind Verstopfung, Anregung der Harnausscheidung, Ischialgie, Kopfschmerz, Zahnschmerzen, Herzbeschwerden und Trigeminusneuralgie (Hiller u. Melzig 2006). Wood beschreibt eine Fülle von Anwendungsmöglichkeiten des Holunders, die Verwendung der Blüten, frisch oder getrocknet, der Blätter, Beeren, Samen, Zweige, Rinde, des Marks, was die Pflanze wie eine Apotheke erscheinen lässt. Interessant ist hier für mich vor allem die Anwendung bei Säuglingen, die durch plötzlichen Kindstod gefährdet sind, und die bewegende Wirkung bei Blutstase. Wood selbst verwendet – wie auch ich – vor allem die getrockneten Blüten, die insgesamt sanfter wirken (Wood 2012). Neben schulmedizinischen Maßnahmen (Kreislaufüberwachung) könnte man bei Kindern nach erfolgreicher Reanimation und einem Krankenhausaufenthalt Holunderblütentee begleitend anwenden.

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin**
(■ Tab. 3.33 und ■ Tab. 3.34)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.33 Wirkqualität und Tropismus des Holunders			
Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf, bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Niere, Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, stimulierend, verteilend, entstauend, erweichend, auflösend	Holmes 1989	Haut	Holmes 1989

■ Tab. 3.34 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Holunders			
Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Hitze mit Feuer-Toxin	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung mit Fieber, Influenza im Anfangsstadium, akute Rhinitis und Sinusitis, allergische Rhinitis	Huflattich, Königskerze, Süßholz

■ Tab. 3.34 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Wind-Hitze mit feuchter Hitze/Kälte im Kopf	Holmes 1989; Ross 2010	Sinusitis mit katarrhalischer Taubheit, Rhinitis, Tonsillitis, Laryngitis, Windpocken, Masern, niedriges Fieber mit Mangel-Hitze und Durst, rheumatisches Fieber	Gundermann, Thymian, Salbei, Augentrost, Thuja, Mutterkraut, Spitzwegerich
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit/Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Akute und chronische Bronchitis, Asthma, TBC	Königskerze, Melisse, Ziest, Kamille, Spitzwegerich, Odermennig, Huflattich, Sonnenhut, Augentrost, Gundermann, Ackerveilchen, Brennnessel
Klärt Leere-Hitze	Ploberger 2011		Baldrian, Hopfen, Salbei, Borretsch, Odermennig, Ruprechtskraut
Flüssigkeitsstau, Feuchtigkeitsstagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ödeme, Müdigkeit, geschwollenes Bindegewebe	Brennnessel, Quecke, Braunwurz, Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Löwenzahn, Birke
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989	Kopfschmerz, Ekzeme, Atherosklerose, Nierensand/-gries oder -steine, Erysipel	Johanniskraut, Brennnessel, Quecke, Vogelknöterich, Raute, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Feuchte Hitze in Niere und Blase	Holmes 1989	Harnwegsinfekte	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Thymian, Vogelknöterich, Walnuss, Wegwarte
FeuerToxin	Holmes 1989	Eitrige Geschwüre, Furunkel, Abszesse, Meningitis, Stomatitis, Lymphadenitis, Augenentzündungen	Tausendgüldenkraut, Mädesüß, Königskerze, Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut, Raute, Rose
Fördert die Laktation	Holmes 1989; Ploberger 2011		Eibisch, Fenchel, Himbeerblätter, Anis, Vogelmiere, Petersilie, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Borretsch

3.5.12 Brombeere

Lat.: *Rubus fruticosus*, engl.: blackberry

Verwendeter Teil: die Blätter, die unreifen Früchte

Rezeptierform: Fol.Rubi fruticosi, Fruct.Rubi fruticosi immaturi

Historie

Um den Brombeerstrauch ranken sich im Volksglauben allerlei magische „Einsatzbereiche“, so konnte man eine Vielzahl von Krankheiten heilen, wenn man an bestimmten Tagen, in ein Ritual eingebunden, unter einer Brombeerranke hindurchkroch (Marzell 2002). In der altägyptischen Medizin

nannte man die Brombeere (■ Abb. 3.12) „Ibisblut“ und setzte sie als Heilmittel ein (Fischer-Rizzi 1986).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die adstringierende Wirkung der Brombeerblätter kann bei Durchfallerkrankungen und entzündeten Schleimhäuten zum Einsatz kommen. Brombeersaft eignet sich zur Behandlung von Heiserkeit, vor allem Sänger und Redner können durch Gurgeln und schluckweises Trinken „ihre überanstrengte Stimme pflegen“ (Pahlow 2006). Diese Anwendung ist sehr alt und wurde schon von Dioskurides im 1. Jahrhundert empfohlen (Chevallier 2000). Zur Mundspülung eignet sich ein Aufguss der Blätter bei aufgelockertem Zahnfleisch und Mundgeschwüren (ebd.). Maria Treben empfiehlt Brombeerblättertée bei Blinddarmreizung (Treben 1987). Außerdem haben die Blätter eine blutreinigende, blutstillende und Blutzucker senkende Wirkung (Fischer-Rizzi 1986).

Früher wurden Brombeerblätter gemeinsam mit Himbeer- und Erdbeerblättern als Ersatz für schwarzen Tee zubereitet. Dazu möchte ich gerne folgende Rezeptur weitergeben: Junge Blätter werden gesammelt und einen Tag liegen gelassen. Sie sollten nicht ganz austrocknen. Anschließend mit einem Nudelholz zerquetschen und mit warmem Wasser besprengen, in ein Tuch einschlagen und an einem warmen Ort 3–4 Tage aufbewahren. Die schwarzgefärbten Blätter ausbreiten und an einem luftigen Ort (z. B. Backofen bei niedriger Hitze) trocknen lassen (vgl. Fischer-Rizzi 1986, S. 37).



■ Abb. 3.12 Brombeere, *Rubus fruticosus*

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.35 und ■ Tab. 3.36)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.35 Wirkqualität und Tropismus der Brombeere

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Darm, Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, restorierend, auflösend	Holmes 1989	Hals, Urogenitaltrakt, Blase, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ **Tab. 3.36** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Brombeere

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze oder Kälte	Holmes 1989	Diarrhoe (v. a. bei Kindern), Enteritis, Leukorrhoe, Prostatitis, Hämorrhoiden	Schachtelhalm, Goldrute, Taubnessel, Eibisch, Frauenmantel, Walnuss, Hirtentäschel, Ruprechtskraut, Himbeerblätter, Odermennig
Klärt äußere Hitze	Ploberger 2011	Laryngitis mit chronischer Heiserkeit	Dost, Mutterkraut, Huflattich, Raute, Königskerze, Ziest, Salbei, Thuja, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Ackerveilchen
Fördert die Harnproduktion, löst Verhärtungen und Steine	Holmes 1989; Ploberger 2011	Anurie, Oligurie, Nierensteine, gereizte Schleimhäute im Urogenitalsystem, Inkontinenz	Liebstock, Petersilie, Birke, Klettenlabkraut, Augentrost, Odermennig, Schöllkraut, Löwenzahn, Eisenkraut, Vogelknöterich, Rotklee, Ruprechtskraut, große Klette, Holunder, Brennnessel, Goldrute, Mädesüß, Eibisch, Gundermann, Schachtelhalm, Quecke, Ackerveilchen
Löst viskösen Schleim	Holmes 1989		Mädesüß, Schafgarbe, Thuja, Thymian, Gundermann, Ackerveilchen, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechtskraut, raute, Mistel, Klettenlabkraut
Leitet Feuchtigkeit aus der Lunge und dem unteren Erwärmer	Ploberger 2011	Chronische Bronchitis, Leukorrhoe, Hämorrhoiden	Thymian, Quecke, Pestwurz, Spitzwegerich, Schachtelhalm, Brennnessel, Gundermann, Thuja
Tonisiert das reproduktive Qi, stärkt den Uterus und unterstützt die Geburt	Holmes 1989		Schafgarbe, Melisse, Frauenmantel, Salbei
Die unreifen Beeren tonisieren die Essenz beim Mann, bewahren die Körpersäfte und das Jing, bewahren das NierenQi, verbinden die Quelle von vorgeburtlichem und nachgeburtlichem Jing	Ploberger 2011; Ramakers 2003		
Fördert die Geweberegeneration, lindert Entzündung		Stimmverlust, Entzündungen in Hals, Mund und Zahnfleisch, Zahnschmerzen, Wunden, Geschwüre	Eibisch, Odermennig, Salbei

3.5.13 Die große Klette

Lat.: *Arctium lappa*, engl.: burdock

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.Bardanae

Historie

Schon im Mittelalter war die reinigende Wirkung der Klette (■ Abb. 3.13) bekannt, und sie wurde bei „fehlerhaften Blut- und Säftemischungen, dem Zuviel von Giftstoffen“ verwendet (Fischer-Rizzi 2002a). Traditionell war sie ein Mittel gegen Gicht, Fieber und Nierensteine (Chevallier 2000). Ausführlich beschrieben wurde die Pflanze bereits von den großen Ärzten des Altertums Dioskurides, Galen und Plinius (Fischer-Rizzi 2002a). Heinrich III. in Frankreich soll damit sogar von der Syphilis geheilt worden sein (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

An Indikationen für die große Klette wird genannt: Beschwerden im Magen-Darm-Bereich, Rheuma, schlecht heilende, vor allem auch nässende Wunden, unreine Haut, Psoriasis, Seborrhoe der Kopfhaut, Gebärmuttersenkung (Hiller u. Melzig 2006) und gestörte Funktion der Leber und Gallenblase (Pahlow 2006). Die Klette wirkt antibiotisch, antitykotisch und antibakteriell, harntreibend und hypoglykämisch. Weiterhin scheint auch eine Wirkung gegen Tumore vorhanden zu sein sowie eine



■ Abb. 3.13 Große Klette, *Arctium lappa*

muskelrelaxierende Funktion (Chevallier 2000). Einsatzgebiete sind: Förderung der Toxinausscheidung bei Infektionskrankheiten wie Masern oder Mumps, chronische Hautkrankheiten, Arthritis, Akne, Furunkel und Abszesse (ebd.). Wood zitiert einen Teilnehmer seiner Ausbildungsgruppen: „Die Klette hilft dem Körper dabei, sich wieder zu erinnern, wie es sich anfühlt, gesund zu sein.“ (Wood 2012, S. 202)

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 3.37 und ■ Tab. 3.38)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.37 Wirkqualität und Tropismus der großen Klette

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter und scharf, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere, Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Trocken, auflösend, stimulierend, restorierend	Holmes 1989	Lunge	Ross 2010; Ploberger 2011
		Darm	Ross 2010
		Leber, Gallenblase	Holmes 1989

Tab. 3.38 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der großen Klette

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxi- kose mit Feuchtigkeit	Holmes 1989	Ekzeme, Harnsteine, häufige Harnwegsinfekte, Blasenrei- zung, Dysurie, Lymphadenitis, Ovarialzysten	Walnuss, Quecke, Schachtelhalm, Braunwurz, Mädesüß, Rosmarin, Wegwarte, Rotklee, Mistel, Klettenlab- kraut, Birke
Feuchtigkeit/Hitze in der Haut	Holmes 1989	Ekzem, Psoriasis, Urtikaria, Syphilis, eitrige, nässende Ek- zeme, Tumore (inkl. maligne)	Johanniskraut, Ackerveilchen, Birke, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Rotklee, Vogelmiere
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze	Holmes 1989	Karbunkel, Furunkel, Abszesse, Candidiasis, Herpes, bakteri- elle, virale und Pilzinfektionen	Spitzwegerich, krauser Ampfer, Rin- gelblume, Löwenzahn, Sonnenhut
HitzeToxin und pa- thogener Restfaktor	Ross 2010; Ploberger 2011	Arthritis, Rheuma, Gicht, Psoriasis, zusätzlich bei Krebs- therapie	Thuja, Löwenzahn, Sonnenhut
Tonisiert das Qi des Urogenitalsystems, leitet feuchte Hitze aus dem unteren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Inkontinenz, Enuresis, häufiges Wasserlassen, verzögerte Periode	Thuja, Ackerveilchen, Schachtelhalm, Taubnessel, Salbei
Leitet Feuchtigkeit aus Niere und Blase aus	Ross 2010	Akute und chronische Ent- zündungen des Harntraktes, Übergewicht mit Ödemen	Beifuß, Wegwarte, Goldrute, Brenn- nessel, Fenchel, Rosmarin, Johannis- kraut, Thymian, Ackerveilchen, Klet- tenlabkraut, Löwenzahn, Braunwurz, Walnuss, Schachtelhalm, Liebstöckel
Qi-Stagnation im Uterus	Holmes 1989	Dysmenorrhoe	Anis, Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Johanniskraut, Mistel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Rin- gelblume, Salbei, Schafgarbe, Thuja, Ziest u. a.
Äußere WindHitze, pathogener Rest- faktor	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung, Fieber, Influenza im Frühstadium, Masern, Schar- lach, Windpocken, Typhus, allergisches Ekzem, chronische Urtikaria	Schafgarbe, Sonnenhut, Thuja, Brenn- nessel, Beifuß
Qi-Mangel in Magen und Gallenblase	Holmes 1989	Spannen und Schmerz im Epi- gastrium, Verdauungsschwä- che, Blähungen, Dyspepsie, intestinale Dybiose	Enzian, Löwenzahn, Wermut, Ros- marin
Absinkendes aufrechtes Qi	Holmes 1989	Prolaps (Uterus, Magen, Anus)	Gänsefingerkraut, Thuja, Walnuss, Himbeerblätter
Fördert die Gewebe- regeneration, nährt Haut und Haare, befeuchtet die Haut	Holmes 1989; Ross 2010	Wunden, Geschwüre auch eitrig, Verbrennung, Karies, Herpes, Haarausfall	Beinwell, Schachtelhalm, Rotklee, Salomonsiegel, Brennnessel, Vogel- miere, Eibisch, Birke

Die Dosis sollte man vorsichtig steigern und die Patienten auf reinigende Effekte sowie auf Verschlimmerung der Hautausschläge, Kopf- und Gliederschmerzen, Abgeschlagenheit usw. hinweisen. Kombinationen mit stärker diuretisch wirkenden Kräutern wie Löwenzahn, Brennnessel oder Klettenlabkraut sind sinnvoll um die Toxinelimination zu beschleunigen.

❗ **Nicht in der Schwangerschaft, außer dem letzten Trimester einsetzen, wegen Uterus-stimulierender Wirkung (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Niu Bang Zi, *Arctium lappa* Wirkung: leitet Hitze bei Wind aus, leitet Glut aus, entgiftet und desinfiziert, befördert Ekzeme heraus, befeuchtet Trockenheit, wirkt laxierend

3.5.14 Raute

Lat.: *Ruta graveolens*, engl.: rue

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Rutae

Historie

Die Raute (■ Abb. 3.14) war im Altertum eine berühmte Heilpflanze, Dioskurides beschreibt sie ausführlich und gibt als Indikation fast alle Krankheiten an, wie z. B. Vergiftungen mit allen tödlichen Toxinen, Gebärmutterbeschmerz, Abortivum, Augenleiden (Marzell 2002). Auch im Mittelalter galt die Pflanze als Wunderkraut (Beckmann u. Beckmann 2002), wirksam nicht nur bei materiellen Giften, sondern auch gegen allerlei Zauberei und den bösen Blick (Marzell 2002). Mönchen wurde sie gegen Unkeuschheit empfohlen, Frauen dagegen untersagt, da sie auf jene eine aphrodisierende Wirkung hätte (Rätsch 1998).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Sebastian Kneipp lag die Raute sehr am Herzen, er sprach von der Kommunikation der Pflanze mit dem Menschen:



■ Abb. 3.14 Raute, *Ruta graveolens*

» Die Pflanzen reden zu uns durch ihren Geruch. Wie klar und durchdringend meldet die Raute uns ihren guten Willen, uns Menschen, für die sie geschaffen, zu helfen, verschiedenes Leid zu lindern (...). (Kneipp, zit. nach Scherf 2003, S. 86)

In der modernen Phytotherapie wurde ihr Einsatz jedoch selten. Dennoch preist Pahlow „eine Menge guter Eigenschaften“ an, rät jedoch beim Einsatz wegen Toxizität des ätherischen Öls zur Vorsicht (Pahlow 2006). Verwenden kann man die Raute als leichtes Sedativum, als Spasmolytikum und Diuretikum sowie zur Appetitanregung (ebd.). Die Volksmedizin gibt „ellenlange“ Indikationslisten, z. B. Appetitlosigkeit, Schwindel, Herzklopfen, Blutandrang zum Kopf, Menstruationsbeschwerden, Nervenleiden, Atemnot, Magenschmerzen, Verrenkungen, Verstauchungen, Schwellungen nach stumpfen Schlägen, Harndrang, Wassersucht, Rheuma, Gicht und Hautausschläge (ebd.). Interessant ist die Erwähnung bei Chevallier über den Einsatz bei Multipler Sklerose und Fazialisparese (Chevallier 2000). Die Raute ist eine starke Heilpflanze. Sie sollte nicht von Laien verwendet werden. Auch in therapeutischer Dosierung können vielfältige Nebenwirkungen auftreten, bei der Anwendung als Abortivum für Schwangere wird über Todesfälle berichtet (Roth et al. 1994). Ich selbst verwende die Raute seit vielen Jahren regelmäßig in meinen Rezepturen, gemischt mit vielen anderen Kräutern, ohne nennenswerte Nebenwirkungen.

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 3.39 und ■ Tab. 3.40)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.39 Wirkqualität und Tropismus der Raute

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, bitter, leicht warm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Niere, Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht aromatisch, kühl	Ross 2010	Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Trocken, stimulierend, entspannend, auflösend	Holmes 1989	Lunge, Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011
		Herz	Ross 2010
		Magen, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ Tab. 3.40 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Raute

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
UterusQi-Stagnation, UterusKälte, reguliert und stimuliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Amenorrhoe, Dysmenorrhoe, Infertilität (polyzystisches Ovar) Cave: Wenn eine Schwangerschaft angestrebt wird, sollte man die Raute absetzen, da sie bei Männern und Frauen eine antikonzepionelle Wirkung hat	Poleiminze, Beifuß, Herzgespann, Thuja, Schafgarbe, Salbei
Nieren- und LeberQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schuppige Ekzeme, Psoriasis, Vitiligo, Mykose, Depression, Müdigkeit, Beeinträchtigung der Sehkraft, Obstipation	Alant, Baldrian, Birke, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Goldrute, Hopfen, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Lavendel, Liebstöckel, Löwenzahn, Melisse, Odermennig, Passionsblume, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Schöllkraut, Tausendgüldenkraut, Ziest
Tonisiert das NierenQi, NierenAngst	Ross 2010	Erschöpfung, nervöse Anspannung, Ängstlichkeit, Enuresis, Rekonvaleszenz von Burn-out nach Überarbeitung, nervöse Anspannung bei Männern durch sexuelle Erschöpfung	Johanniskraut, Lavendel, Passionsblume, Thymian
Beruhigt LeberYang und -Wind, innerer Wind	Ross 2010; Ploberger 2011	Kopfschmerz, Schwindel, Hypertonus, Krämpfe	Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume

■ Tab. 3.40 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Beruhigt den Herz- Geist	Ross 2010	Nervöse Erschöpfung, Schlaflosigkeit, Angstträume, Palpationen	Baldrian, Basilikum, Eibisch, Eisenkraut, Gingko, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Königskerze, Lavendel, Linde, Melisse, Mistel, Passionsblume, Rose, Salbei, taubnessel, Thuja, Thymian, Ysop, Weißdorn
Lungen-Schleim- Feuchtigkeit	Holmes 1989; Ploberger 2011	Bronchitis mit reichlich Schleimproduktion	Alant, Brennessel, Dost, Fenchel, Gundermann, Holunder, Huflattich, Mädesüß, Mutterkraut, Pestwurz, Salbei, Thuja, Thymian
Tonisiert das WeiQi	Ploberger 2011		Thymian, Schafgarbe, Sonnenhut, Salbei, Thuja
MagenQi-Stagnation	Holmes 1989	Übelkeit, saures Aufstoßen, Verdauungsschwäche	Alant, Anis, Basilikum, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Kamille, Melisse, Pfefferminze
Feuchter Schleim im Darm (in der Milz), reguliert die Milz, transformiert Schleim und Feuchtigkeit	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Wechsel zwischen Diarrhoe und Obstipation, Flatulenz, intestinale Parasiten, Gewichts- zunahme, Appetitverlust, Verdauungsschwäche	Dost, Anis, Engelwurz, Himbeer- blätter, Salbei, Mutterkraut, Gold- rute, Gundermann, Ruprechtskraut, Thymian
Tonisiert das MilzQi und -Yang	Ploberger 2011		Alant, Anis, Engelwurz, Rosmarin, Salbei, Walnuss, Wermut, Zimt
Eingezwängtes Qi im Darm	Holmes 1989	Reizbarkeit, kolikartige Schmer- zen	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Poleiminze, Johanniskraut, Wermut, Schöllkraut, Lavendel, Steinklee, Kamille, Pomeranzen- schale, Kümmel, krauser Ampfer, Braunwurz, Rosmarin, Baldrian, En- gelwurz, Ingwer, Bergbohnenkraut
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma	Ackerveilchen, Alant, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Johanniskraut, Königskerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ysop, Ziest
NierenWind/innerer Wind	Holmes 1989	Spasmen, Epilepsie, Tremor, Hypertonus, Multiple Sklerose, Schmerzen (inkl. Neuralgie, Gicht, Arthritis, Rheuma, Zahn- schmerzen)	Königskerze (mild), Pestwurz, Mutterkraut, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume (nervöser Exzess), Mistel (Wind/Schleim in den Me- ridianen), Weißdorn (Yin-Mangel), Hopfen (nervöser Exzess), Baldrian (Wind/Schleim in den Meridianen), Ackerveilchen, Dost (bei Blutman- gel), Salomonsiegel (Säftemangel)
FeuerToxin	Holmes 1989	Karbunkel, Abszesse, Pyoder- mie, Ulzerationen, variköse Venen, durchlässige Kapillaren, Lymphadenitis, Insektenstiche, Schlangengisse	Süßholz, Klettenlabkraut, Königs- kerze, Ackerveilchen, Sonnenhut, Eisenkraut, Ziest, große Klette, Tau- sendgüldenkraut, Mädesüß, Rose

! Verboten während der Schwangerschaft (uterine Stimulanz). Sollte man Raute je alleine einsetzen, jeweils eine Woche Pause nach zweiwöchiger Einnahmezeit. Die Alkaloide und Ketone haben ein relativ starke Wirksamkeit (Holmes 1989).

3.5.15 Ruprechtskraut/Stinkender Storchschnabel

Lat: *Geranium robertianum*, engl.: cranesbill

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Geranii rob.

Historie

„Die Lobreden der mittelalterlichen Ärzte sind überschwänglich. Vielfach wird der Name Gottesgnadenkraut gebraucht“ (Pahlow 2006, S. 266). Hildegard von Bingen empfahl, wie auch Paracelsus, den Storchschnabel (Abb. 3.15) gemeinsam mit Poleiminze und Raute gegen Melancholie (Fischer-Rizzi 2002a). In Hungersnotzeiten aß man die Wurzel, daher auch die Bezeichnung „Himmelsbrot, Notbrot“. Sehr weit zurück in der keltisch-germanischen Heilkunde geht die Bezeichnung der Pflanze als „Orvale“, das sind die Geister des Wassers und der Luft; durch den Storchschnabel konnten diese Geister ihre Heilkräfte vor allem bei Tieren wirken lassen (ebd.). Nach der Christianisierung wurde aus den Orvalen der heilige Robert oder Rupert, der Erzbischof von Salzburg, der seine Fisteln und Geschwüre mit der Pflanze geheilt haben soll (ebd.).



■ Abb. 3.15 Ruprechtskraut, *Geranium robertianum*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Pflanze wird nur selten verwendet, obwohl die Inhaltsstoffe vielversprechend sind (Pahlow 2006). Möglicherweise könnte sie sogar ein potentes Mittel im Einsatz bei Krebs sein (Chevallier 2000). Maria Treben (1987) nennt folgende Indikationen: Gehörfehler, Ohrensausen, Schwerhörigkeit, Psoriasis. Weitere Einsatzmöglichkeiten sind Magengeschwüre und Gebärmutterentzündung (Chevallier 2000) sowie Diarrhoe, Nieren- und Blasenentzündungen, Steinleiden, Ekzeme, schlecht heilende Wunden und Entzündung der Magenschleimhaut (Hiller u. Melzig 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 3.41 und Tab. 3.42)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.41 Wirkqualität und Tropismus des Ruprechtskrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend, leicht süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011
Leicht bitter, scharf, neutral	Ploberger 2011	Niere, Urogenitalsystem	Holmes 1989
Kühl, trocken, restorierend, stützend	Holmes 1989	Blase, Leber	Ploberger 2011

■ **Tab. 3.42** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Ruprechtkrauts

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze/Kälte, leitet Feuchtigkeitsstagnation aus, leitet Feuchtigkeit aus Blase und Dickdarm aus	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronische Diarrhoe, Enteritis, Dysenterie, Cholera, Leukorrhoe, Vaginitis, Zystitis, Urethritis, Hämorrhoiden	Hirtentäschel, Alant, Taubnessel, Beinwell, Schachtelhalm, Birke, Himbeerblätter, Eibisch, Schafgarbe, Goldrute, Vogelknöterich, Frauenmantel, große Klette, Königskerze, Löwenzahn, krauser Ampfer, Odermennig, Spitzwegereich, Taubnessel, Walnuss
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Diabetes	Tausendgüldenkrout, Süßholz, Löwenzahn, Odermennig, Luzerne, Alant, Beifuß, Walnuss
Vermindert übermäßige Sekretion	Holmes 1989	Hyperazidität des Magens, Sodbrennen, exzessive Laktation, exzessives Schwitzen (tagsüber oder nachts)	Salbei, Ziest, Walnuss, Schachtelhalm, Brennnessel
Fördert Harnproduktion und klärt Hitze, NierenFeuer, löst Verhärtungen und Steine	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute Nephritis, Anurie, Nierenschmerzen, Nephrolithiasis	Brennnessel, Quecke, Ackerveilchen, Vogelknöterich, Salomonsiegel, Vogelmie, Goldrute
Leitet toxische Hitze aus	Ploberger 2011		Enzian, große Klette, Walnuss, Borretsch, Löwenzahn, Frauenmantel, Melisse, Salbei, Klettenlabkraut, Sonnenhut, Huflattich, Quecke, Königskerze, Süßholz, Vogelmie, Tausendgüldenkrout, Holunder, Raute, Rose, Taubnessel, Wermut
LeberQi-Stagnation	Ploberger 2011	Depression, Reizbarkeit, Ikterus, Flankenschmerzen	Feldminze, Beifuß, Eisenkraut, Goldrute, Johanniskraut, Kamille, krauser Ampfer, Liebstöckel, Löwenzahn, Melisse, Odermennig, Petersilie, Raute, Rosmarin, Schafgarbe, Salbei, Wermut, Ziest u. a.
Fördert die Gewebereneration	Ploberger 2011	Blutende, schlecht heilende Wunden und Geschwüre, indolente Ulzera in Mund, Blase, Darm und Haut	Walnuss, Steinklee, Schachtelhalm, Thuja, Goldrute, große Klette, Raute, Rotklee, Ringelblume, Klettenlabkraut

3.5.16 Rotklee

Lat.: *Trifolium pratense*, engl.: red clover

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: *Flos.Trifolii prat.*

Historie/Gegenwart

Man findet keine historischen Geschichten oder Beschreibungen der antiken Ärzte über den Rotklee (■ Abb. 3.16). Meines Erachtens ist die Pflanze ein phantastisches Heilkrout zur Behandlung der modernen, chronischen, degenerativen Erkrankungen, die auf Erschöpfung und Yin-Schwäche beruhen. Für Ramakers enthält Rotklee ein Behandlungsprinzip für Krebs: Er weicht harte Pro-

zesse auf, „beraubt schlaue Tumoren oder Keime ihrer Schleimschicht“ (Umkapselung, Biofilm, Maske) (Ramakers 2003, mündl. Mitteilung). Als sanft wirksames Heilmittel muss Rotklee über Monate hinweg eingenommen werden, insbesondere um seine Wirkung bei Krebs zu entfalten. Er eignet sich auch zur Behandlung von Kindern und alten Menschen. Wood beschreibt die Fähigkeit der Pflanze, verkapselte „Prozesse“, z. B. in Form verkapselter Lymphknoten, zu lösen: Die Wirkung „beruht auf der Vorstellung, dass die Lebenskraft irgendwie über ein Erinnerungsvermögen an das Anfangsproblem verfügt und das entsprechende Trauma noch lange mit sich weiterträgt (der verkapselte Prozess), obwohl dieses eigentlich schon längst nicht mehr zu irgendwelchen gesundheitlichen Problemen führen sollte“ (Wood 2012, S. 596).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Indikationen für den Einsatz von Rotklee sind folgende: chronische Hautkrankheiten (z. B. Ekzeme), Psoriasis, Keuchhusten (Hiller u. Melzig 2006), Wechseljahresbeschwerden (aufgrund der östrogenartigen Wirkung) (Chevallier 2000) sowie Schleimhautentzündungen verschiedenster Art (Pahlow 2006). In der Volksheilkunde wird er eingesetzt zur Rekonvaleszenz, gegen Husten, bei Leberbeschwerden und zur Blutreinigung (ebd.). Über die Verwendung der Pflanze bei Krebs bezieht sich Wood auf Dorothy Hall:

- » Die Pflanze kann wieder neue Hoffnung schenken, wenn die verheerenden Wirkungen dieser schrecklichen Krankheit dazu geführt haben, dass man jegliche Hoffnung verloren hat. (Wood 2012, S. 598)



■ Abb. 3.16 Rotklee, *Trifolium pratense*

Er geht sogar so weit zu sagen:

- » Der Rotklee ist wahrscheinlich das einzige wichtige Heilmittel, das wir bei der Behandlung von Krebs mit Heilpflanzen kennen sollten. (ebd.)

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.43 und ■ Tab. 3.44)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.43 Wirkqualität und Tropismus des Rotklees

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, kühlend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011
Geschmacklos, neutral, befeuchtend, erweichend, auflösend, verdünnend, nährend, adstringierend, entspannend	Holmes 1989	Flüssigkeiten (inkl. Plasma), Haut, Nerven, Niere, Dickdarm	Holmes 1989

■ **Tab. 3.44** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Rotklees

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxikose mit feuchter Kälte	Holmes 1989	Hautauschläge, gerötete, schmerzhafte Gelenke, Müdigkeit, Blasenreizung, gereizte Vaginal-Rektum- schleimhaut, Vergiftung durch Schwermetalle, chemische Substanzen oder Drogenabusus	Liebstöckel, Wermut
Löst Ablagerungen, verkleinert Tumoren, Schwellungen und Knoten	Holmes 1989; Ploberger 2011	Harnsteine, Atheroskle- rose, Tumore (inkl. mali- gne, v. a. Haut, Brust, Ovar, inkl. Östrogenrezeptor positiv), Gicht, Rheuma, Arthritis	Ackerveilchen, Steinklee, Thuja, Kö- nigskerze, Schachtelhalm, Braunwurz, Sonnenhut, Klettenlabkraut, Schöllkraut, Ringelblume, Mistel, Melisse, Ruprechts- kraut, große Klette, Johanniskraut, Brenn- nessel, Goldrute, Liebstöckel, Mädesüß, Spitzwegerich
Feuchte Hitze in der Haut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronische Ekzeme (v. a. bei Yin- oder BlutMangel, offene Beine, Schwellun- gen)	Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Acker- veilchen, krauser Ampfer, Löwenzahn, Vogelmiere, Königskerze, Braunwurz, Schachtelhalm, Eibisch, Kamille, Johannisk- kraut, Hopfen, Lavendel, Ringelblume
Klärt toxische Hitze, lindert Entzündung, stoppt Ausfluss	Holmes 1989	Abszesse, Leukorrhoe, Spermatorrhoe	Schachtelhalm, Spitzwegerich, große Klette, Löwenzahn, Birke, Ringelblume, Frauenmantel, Ruprechtskraut, Eibisch, Königskerze
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute Zystitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennessel, Sonnenhut, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Mädesüß, Odermennig, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Thymian, Vogel- knötierch, Walnuss, Wegwarte
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Spastischer Reizhus- ten, keuchen, Asthma, Keuchhusten, Bronchitis, Laryngitis	Ackerveilchen, Alant, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Ingwer, Königskerze, Melisse, Salbei, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ysop, Ziest u. a.
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie, Strangurie, neu- rogene Blase, Dranginkon- tinenz	Schachtelhalm, Brennessel, Goldrute, Jo- hanniskraut, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Melisse, Petersilie, Quecke, Schafgarbe, Thuja, Ziest
Yin- und Flüssigkeits- mangel	Holmes 1989	Dehydratation, Durst, Hit- zewallungen, Müdigkeit, Obstipation	Salomonsiegel, Beinwell, Huflattich, Eibisch, Vogelmiere, Königskerze, Acker- veilchen

■ Tab. 3.44 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Hitze-Trockenheit, tonisiert das LungenYin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwer abzuhustender trockener Husten, Halsschmerzen, Trockenheit von Mund, Nase, Hals, Bronchitis, Keuchhusten, Krupphusten	Ackerveilchen, Eibisch, Königskerze, Vogelmiere
Trockenheit (Hitze) im Darm	Holmes 1989	Obstipation, trockener, schwer abzusetzender Stuhl	Wegwarte, Wermut, Borretsch, Vogelmiere, Salomonsiegel, Beinwell, Eibisch, große Klette (Samen), Süßholz
Östrogenmangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Amenorrhoe	Luzerne, Liebstöckel, Engelwurz, Fenchel, Petersilie, Beifuß, Ringelblume, Süßholz
Nährstoff-/Blutmangel	Holmes 1989; Ploberger 2011		Vogelmiere, Quecke, krauser Ampfer, Schafgarbe, Luzerne, Engelwurz, Petersilie, Rosmarin (Herz), Beifuß (Leber), Zimt, Wegwarte, Brennnessel, Melisse (Herz), Baldrian (Herz), Weißdorn (Herz), Taubnessel (Uterus/Herz), Mistel, Wermut (Leber), Salbei, Beinwell
Fördert die Geweberegeneration	Holmes 1989		Beinwell, Johanniskraut, Schachtelhalm, Braunelle, Schafgarbe, Spitzwegerich, Ringelblume, Rose, Klettenlabkraut, Vogelmiere
Lindert Schmerz, wirkt Qi-Stagnation entgegen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Arthritis, Gicht	Tausendgüldenkraut, Luzerne, Süßholz, Königskerze, Spitzwegerich, Dost, Passionsblume, Frauenmantel, Pfefferminze, Beinwell, Mutterkraut, Pestwurz, Braunwurz (bewegt das Qi im unteren Erwärmer), Schafgarbe, Steinklee, Pomeranzenschale, Engelwurz, Bergbohnenkraut, Eisenkraut (bewegt das Qi bei Schwäche)

3.5.17 Vogelknöterich

Lat.: *Polygonum aviculare*, engl: knotgras

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb. *Polygoni avic.*

Historie

Der Vogelknöterich (■ Abb. 3.17) ist ein wahrer Kosmopolit, über den ganzen Erdball verbreitet (Marzell 2002). Marzell berichtet über den Einsatz des Vogelknöterichs als „Wundermittel“ in den letzten Jahrzehnten des 19. Jahrhunderts:

» Unter Zuhilfenahme von viel Reklame und marktschreierischem Getue wurde der bei uns häufige Vogelknöterich als Geheimmittel gegen Schwindsucht, Asthma usw. angepriesen. (...) Der „Homerianatee“ wurde zu einem Preis verkauft, der das Zwanzigfache des wirklichen Wertes betrug. (Marzell 2002, S. 86)

Auch hier zeigt sich, wie sehr sich die Menschen nach einem Wundermittel sehnen und wie leicht sie sich dabei oft übers Ohr hauen lassen. Erwähnt wurde die Pflanze auch von Dioskurides, der ihre harntreibende Wirkung beschrieb und sie bei

Schlangenbissen und starker Periodenblutung empfahl (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben (1987) empfiehlt den Einsatz des Vogelknöterichs bei Bettnässen, Durchfall, Husten, Krätze, Menstruationsbeschwerden, Leukorrhoe, Blasenschwäche, Magen- und Darmgeschwür, krebsartige Geschwüre, Lungenerkrankung, Nierenerkrankung, Nierenentzündung, Nierenkrebs, Tuberkulose und zur Wundbehandlung. Chevallier (2000) gibt ergänzend noch folgende Indikationen an: Hämorrhoiden, zur Entwurmung, zum Blutstillen von Wunden, starken Periodenblutungen und Nasenbluten. Er zitiert eine chinesische Studie, der zufolge bei bakterieller Ruhr von 108 Patienten 104 innerhalb von fünf Tagen genesen waren.

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 3.45 und ■ Tab. 3.46)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.



■ Abb. 3.17 Vogelknöterich, *Polygonum aviculare*

■ Tab. 3.45 Wirkqualität und Tropismus des Vogelknöterichs

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend, bitter, kalt, trocken, beruhigend, stimulierend, stützend	Holmes 1989	Niere, Blase, Lunge, Darm	Holmes 1989

■ Tab. 3.46 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Vogelknöterichs

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze/Kälte	Holmes 1989	Diarrhoe, Dysenterie, Leukorrhoe, chronische Urethritis, Zystitis	Hitze: Ruprechtskraut, Schachtelhalm, Beinwell, Birke, Frauenmantel, Löwenzahn Neutral: Eibisch, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Königskerze, krauser Ampfer, Odermennig, Spitzwegerich, Taubnessel, Walnuss Kälte: Alant

■ Tab. 3.46 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stoppt Blutung	Holmes 1989	Passive Hämorrhagie von allen inneren Organen, z. B. Hämoptyse, blutende Hämorrhoiden, Blutung aus dem Urogenitaltrakt	Johanniskraut, Ziest, Hirtentäschel, Mutterkraut, Taubnessel, Brennnessel, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Schafgarbe, Ringelblume, Herzgespann, Frauenmantel
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Azidose	Holmes 1989	Ekzeme, Dysurie, chronische Arthritis, Gicht, Rheuma, Albuminurie, Harnsteine, Gallensteine, Anurie, Oligurie	Johanniskraut, Brennnessel, Quecke, Raute, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Wind-Feuchtigkeit in der Haut	Holmes 1989	Nässende, juckende Ekzeme, Juckreiz (dermal,vaginal)	Ackerveilchen, Kamille, Ringelblume
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Dysurie, akute Harnwegsinfekte	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Alant, Beifuß, Birke, Brennnessel, Sonnenhut, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Mädesüß, Odermennig, Rotklee, Salbei, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Thymian, Walnuss, Wegwarte u. a.
Fördert die Geweberegeneration, leitet Parasiten aus	Holmes 1989	Venerische Ulzerationen mit Juckreiz, Parasitenbefall (z. B. Trichomonaden, Tinea, Skabies)	Fenchel, Beifuß, Eisenkraut, Ziest, Wermut, Baldrian, große Klette, Zimt, Tausendgüldenkraut, Anis
Stärkt die Lunge	Holmes 1989	TBC	Huflattich, Alant, Lungenkraut, Rotklee, Salomonsiegel, Schachtelhalm, Lungenkraut
Begleittherapie bei Diabetes	Holmes 1989		Süßholz, Wegwarte, Löwenzahn, Tausendgüldenkraut, Odermennig, Luzerne, große Klette, Schöllkraut, Alant, Quecke, Beifuß, Brennnessel, Walnuss

⚠ **Vorsichtig einsetzen bei schwieriger Urination aufgrund abdominaler Schwäche und Mangelkälte, während der Schwangerschaft verboten, wegen fraglicher abortiver Wirkung (Holmes 1989). Bei Hemen keine Anwendungsbeschränkung in der Schwangerschaft (Hemen u. Fischer 2001).**

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hemen u. Fischer 2001)

Bian Xu, Polygonum aviculare Wirkung: Hitze kühlend, feuchte Hitze ausleitend, Juckreiz beseitigend, entgiftend, desinfizierend

3.5.18 Beinwell

Lat.: Symphytum officinalis, engl.: comfrey
Verwendeter Teil: die Wurzel
Rezeptierform: Rad.Symphyti

Historie

Im Mittelalter war der Beinwell (■ Abb. 3.18) vor allem als Wundmittel bekannt, Hildegard von Bingen nennt ihn „consolida“ (*consolidare* = festmachen) (Marzell 2002). Vor allem zum Heilen von Knochenbrüchen (*bein* = Knochen, „well“ von *wallen* = zusammenwachsen) wurde er gebraucht (Fischer-Rizzi 2002a).



■ Abb. 3.18 Beinwell, *Symphytum officinalis*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Beinwell ist aufgrund seiner Inhaltsstoffe eine sehr wertvolle Pflanze für die Wundheilung. So enthält er eine Mischung an Gerbsäuren, die zusammen-

ziehend, entgiftend und austrocknend wirken, weiterhin Schleimstoffe, die schützen und einhüllen. Kieselsäure hat eine regenerierende und stärkende Wirkung auf die Struktur des Bindegewebes, und Allantion wirkt entzündungshemmend, zellregenerierend, löst Wundsekret und fördert die Granulation. Der gleiche Wirkstoff ist in Schmeißfliegenlarven enthalten, die aktuell wieder eingesetzt werden bei schlecht heilenden, gangränösen Wunden (Storl 2005). Maria Treben (1987) erwähnt folgende Indikationen: Hämatom, Bronchialkatarrh, Gicht, Hühnerauge, Prellung, Rheuma, Überanstrengung, Verdauungsbeschwerden, Wundbehandlung, Amputationsschmerz, Arthritis, Bandscheibenschäden, Knochenhautentzündung, Lähmung, Knochenkrebs, Magenblutung, Multiple Sklerose und Rippenfellentzündung. Für mich zählt der Beinwell zu den Pflanzen, deren Wirkung ich persönlich studieren durfte: Es war möglich, mit dem Beinwell eine offene Fraktur am Hinterlauf meines kleinen Hasen auszuheilen. Seit vielen Jahren stelle ich selbst auch eine Salbe mit vielen Indikationen her. Dabei wird ein Ölauszug mit der Wurzel gemacht und anschließend mit Wollfett und Bienenwachs eingedickt.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 3.47 und ■ Tab. 3.48)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.47 Wirkqualität und Tropismus des Beinwells

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, bitter, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Adstringierend, befeuchtend mit sekundär trocknendem Effekt, erweichend, solidierend, restorierend, nährend	Holmes 1989	Haut, Darm, Blase, Genitalien	Holmes 1989
		Niere	Ploberger 2011

Tab. 3.48 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Beinwells

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Yin- und Flüssigkeits- mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Durst, trockener Mund und Hals, Hitzewallungen, Fieber mit LeereHitze, Dehydratation	Rotklee, Vogelmiere, Wegwarte, Salomonsiegel, Eibisch, Huflattich, Königskerze, Ackerveilchen
LungenYin-Mangel, -Trockenheit	Holmes 1989	Trockener Reizhusten, Hals- schmerzen, Mundtrockenheit, Kopfschmerz, Laryngitis, Bronchitis, Keuchhusten, Pneu- monie, TBC	Vogelmiere, Ackerveilchen, Eibisch, Königskerze, Rotklee, Lungenkraut
Magen-Trockenheit	Holmes 1989	Ulzerative Gastritis, Durst, Erbrechen, Magenkrebs	Ackerveilchen, Eibisch, Mädesüß, Salomonsiegel, Spitzwegerich, Vogelmiere
Trockenheit im Darm	Holmes 1989	Chronische Obstipation	Eibisch, große Klette (Samen), Rotklee, Salomonsiegel, Süßholz, Vogelmiere
Blut- und Flüssigkeits- mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, Schwäche, trockene Haut, Blässe, Anämie, auszeh- rende Krankheiten	Rotklee, Vogelmiere
Muskuloskelettale Schwäche (Leber- Nieren-Schwäche), tonisiert die Essenz	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwaches Bindegewebe, brü- chige Knochen, Osteoporose, Kachexie	Melisse, Wegwarte, Brennnessel, Rot- klee, Weißdorn, Gingko, Löwenzahn, Salbei, Luzerne
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989	Harnwegsinfekte, Dysurie, Lumbalgie, Nephritis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennnessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klet- tenlabkraut, Königskerze, Vogelknö- terich, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel u. a.
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Enteritis, Dysenterie, Divertiku- litis, Kolitis, Hiatushernie	Birke, Eibisch, Enzian, Frauenmantel, Gänsefingerkraut, Goldrute, große Klette, Himbeerblätter, Hirtentä- schel, Königskerze, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Quecke, Ruprechtskraut, Schachtelhalm, Spitzwegerich, Steinklee, Taubnessel, Walnuss
Stoppt Blutung, lindert Schmerz	Holmes 1989	Hämorrhagie, Periostitis, Tendinitis, Arthritis, Schmerz in Gelenken, Knochen, Muskeln und Sehnen	Beifuß, Mutterkraut, Mädesüß
Fördert die Gewebe- regeneration, lindert Entzündung, Schwel- lung und Schmerz	Holmes 1989	Knochenbrüche, Wunden, Analfissur, Wunde Brustwar- zen, Psoriasis, chronische Geschwüre, Abszesse, Akne, Varikosis	Schafgarbe, Salomonsiegel, Schach- telhalm, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Ringelblume, Braunelle

Der Gehalt an Pyrrolizidinalkaloiden, die bei länger dauernder hochkonzentrierter Anwendung mutagene und hepatotoxische Wirkung haben können, hat die Pflanze in Verruf gebracht. Deshalb wird von einigen Autoren von einer inneren Anwendung abgeraten (Ploberger 2011). Andere (Chevallier 2000) beschreiben eine Ungewissheit bei der Verwendung der gesamten Pflanze, da die Laborversuche mit isolierten Pyrrolizidinalkaloiden durchgeführt wurden, warnen aber vor innerlicher Anwendung, bis die Sicherheitsbedenken durch weitere Forschung ausgeräumt werden können. Eine japanische Arbeitsgruppe konnte nachweisen, dass Ratten, nachdem sie mit getrockneten Blättern und Wurzeln gefüttert wurden, Lebertumoren ausbildeten und eine erhöhte Rate an Blasenkrebs entwickelten (Roth et al. 1994).

! Von einer länger dauernden Wirkung ist abzuraten (Roth et al. 1994).

Außer Acht lässt man bei diesen Tierversuchen, ob die Tiere jemals freiwillig solch hohe Mengen an Beinwell zu sich nehmen würden. Auch wird die jahrhundertelange Anwendung der Pflanzen ohne Leberschädigung oder Tumorbildung nicht erwähnt (Storl 2005). Eine sachlich geführte, mit ausführlichen Informationen von beiden Seiten ausgestattete Diskussion wäre hier wichtig, da es sich um eine sehr wertvolle Heilpflanze handelt. Es gibt bereits Zuchterfolge mit Pyrrolizidin-freien Pflanzen.

3.5.19 Birke

Lat.: *Betula pendula/verrucosa/pubescens*, engl.: birch
Verwendeter Teil: die Blätter, die Rinde, der Saft
Rezeptierform: Fol.Betulae

Historie

Die Birken (Abb. 3.19) sind in der Nordhalbkugel der Erde zu Hause. In Island und Grönland waren sie gar die einzigen Bäume (Fischer-Rizzi 1986). Als Frühlingsgöttin wurde sie gefeiert und symbolisiert noch heute den Mai (ebd.). Die Baumrinde wurde zu allerlei Zwecken gebraucht: So stellte man Dachziegel her, besonders leichte Kanus wurden von den Indianern Nordamerikas gebaut, die Rinde junger



Abb. 3.19 Birke, *Betula pendula*

Bäume lässt sich wie Leder verarbeiten, das Innere war essbar, und man stellte sogar „Baumpapier“ her (ebd.). Viele Frühlings- und Liebesbräuche ranken sich um die Birke sowie die Vorstellung von der Kraft der Erneuerung, die „Geister“ des Alten, Verbrauchten hinauszutreiben.

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Verwendung der Birke als Heilmittel ist vielfältig. So kann man den Saft im Frühjahr gewinnen, um eine Reinigungskur zu machen, da er leicht harntreibend wirkt (Chevallier 2000). Man sollte allerdings nur alle zwei Jahre den Baum anzapfen, nicht zu viel entnehmen (2–3 l) und anschließend das Loch wieder gut abdichten (Fischer-Rizzi 1986). Weiterhin unterstützt die Birke die Ausscheidungsfunktion der Nieren, erhöht die Harnmenge, ohne die Nieren zu reizen (Pahlow 2006), eignet sich zur Behandlung von Nieren- und Blasenstei-

nen, rheumatischen Krankheiten und Gicht. Auch ein Einsatz bei chronischen Hauterkrankungen wie Ekzemen und Psoriasis ist empfehlenswert (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(Tab. 3.49 und Tab. 3.50)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 3.49 Wirkqualität und Tropismus der Birke

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, adstringierend, scharf, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Niere, Leber, Blase, Herz	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, auflösend, stimulierend	Holmes 1989	Flüssigkeiten, Haut	Holmes 1989

Tab. 3.50 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Birke

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxikose mit Feuchtigkeit	Holmes 1989	Ekzeme, Gelenk- und Muskelschmerzen, rezidivierende Zystitis, geschwollene Gelenke, Reizung des Harntraktes, Atherosklerose, Nieren- und Blasensteine, Hyperlipidämie, Hyperurikämie, Gicht, Arthritis, Fibromyalgie	Ackerveilchen, Walnuss, Liebstöckel, Schachtelhalm, Braunwurz, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Wermut
Feuchtigkeit und Hitze in der Haut	Holmes 1989	Chronische Ekzeme, Akne	Schachtelhalm, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere, generelle Fülle	Holmes 1989	Ödeme, Oligurie, Anurie, Hypertonie, Schwindel, Kopfschmerz, Übergewicht, Müdigkeit	Quecke, Braunwurz, Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Wegwarte, Goldrute, Brennnessel, Löwenzahn, Wermut
Qi-Stagnation in Gallenblase und Magen, bewegt das LeberQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Verstopfung, schmerzhafte Verdauung, Dyspepsie, intestinale Parasiten	Tausendgüldenkraut, Enzian, Pfefferminze
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dysurie, Harnwegsinfekte, interstitielle Zystitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, krauser Ampfer, Mädesüß, Rotklee, Taubnessel, Vogelknöterich, Walnuss
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Eitrige, blutige Stühle, chronische Diarrhoe, Enteritis, Dysenterie, Cholera	Gänsefingerkraut, Goldrute, große Klette, Himbeerblätter, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Ruprechtskraut, Steinklee, Taubnessel, Walnuss

■ Tab. 3.50 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt toxische Hitze	Ploberger 2011		Ackerveilchen, Braunwurz, Sonnenhut, Frauenmantel, große Klette, Holunder, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Mädesüß, Ringelblume, Rose, Spitzwegerich
Äußere WindHitze, wirkt schweißtreibend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Fieber, Reizbarkeit, Kopfschmerz	Salbei, Mädesüß, Linde, Holunder, Thymian, Ingwer
Fördert Haarwachtum, nährt die Haut	Holmes 1989	Haarausfall, Ekzem	Walnuss, Schachtelhalm, große Klette

! Die Rinde wirkt stärker auf die Leber, die Blätter mehr auf die Blase, der Saft auf beide (Ploberger 2011). Pahlow rät davon ab, den Saft unverdünnt zu trinken (Pahlow 2006).

3.5.20 Klettenlabkraut

Lat.: *Galium aparine*, engl.: cleavers

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Galii aparine

Historie

Das Klettenlabkraut (■ Abb. 3.20) gehört zur Familie der Rubiaceae, wie auch der Kaffeebaum und die Chinarinde (Grieve 1980). Die gerösteten Samen der Pflanze sind ein sehr guter Kaffeeersatz (ebd.). Gerard empfahl das Klettenlabkraut bei Bissen aller Art, wie z. B. Schlangen, Spinnen und allerlei giftiger Kreaturen, Culpepper beschreibt eine Linderung bei Ohrenschmerzen (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Das Klettenlabkraut hat vor allem reinigende und entgiftende Wirkung auf den Körper, so kommt es zum Einsatz bei Ekzemen, Psoriasis, Harnwegsbeschwerden und Nierensteinen, aber auch schweren Krankheiten wie Krebs (Chevallier 2000).



■ Abb. 3.20 Klettenlabkraut, *Galium aparine*

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 3.51 und ■ Tab. 3.52)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 3.51 Wirkqualität und Tropismus des Klettenlabkrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Salzig	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross Ploberger 2011
Kühl	Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Darm	Ross 2010
Süß, kalt, trocken, erweichend, auflösend, verdünnend, entstauend, restorierend	Holmes 1989	Niere, Prostata, Blut, Flüssigkeiten, Lymphe, Haut	Holmes 1989
Sauer, adstringierend	Ross 2010		

■ Tab. 3.52 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Klettenlabkrauts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Metabolische Toxikose mit Feuchtigkeit	Holmes 1989	Ekzeme, Lymphadenitis, Tonsillitis, Skrophula, Harnsteine	Luzerne, Walnuss, Schachtelhalm, Braunwurz, Löwenzahn, Quecke, große Klette, Rotklee, Birke, Mädesüß, Rosmarin, Wegwarte, Mistel
Feuchtigkeit in der Haut	Holmes 1989	Juckende Ekzeme, Psoriasis, Lichen	Schachtelhalm, Birke, große Klette, Rotklee, Ackerveilchen, Johanniskraut, krauser Ampfer, Vogelmiere
Verkleinert Tumoren, Schleim-Stagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Tumore auch maligne z. B. Brust, Haut, Lymphome	Rotklee, Steinklee, Thuja, Schachtelhalm, Braunwurz, Schöllkraut, Ringelblume, Mistel, Ruprechtskraut, große Klette, Goldrute, Mädesüß
Bewegt Blut, löst Blutstase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Thrombose	Hirtentäschel, Beifuß, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Steinklee, Taubnessel, Thuja, Schafgarbe, Gänsefingerkraut
Nieren- und Leber-Flüssigkeitsandrang	Holmes 1989	Ödeme	Liebstockel, Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
Eingezwängtes Qi in der Blase	Holmes 1989	Dysurie, neurogene Reizblase, Blasen-, Nieren- und Prostatareizung	Schachtelhalm, Brennnessel, Goldrute, Johanniskraut, Königskerze, Löwenzahn, Melisse, Petersilie, Quecke, Rotklee, Schafgarbe, Thuja, Ziest

Tab. 3.52 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Zystitis, Prostatitis	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennessel, Eibisch, Frauenmantel, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Löwenzahn, Spitzwegerich, Taubnessel, Thuja, Vogelknöterich, Wegwarte
Lindert Fieber und Infektion	Holmes 1989	Intermittierende Fieber (LeereHitze), Scharlach, Masern, Erysipel	Baldrian, Hopfen, Salbei
LeberQi-Stagnation mit feuchter Hitze	Holmes 1989	Hepatitis, Schmerz/ Schwellung unter dem rechten Rippenbogen, Übelkeit, Ikterus	Krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Schöllkraut, Tausend- güldenkraut, Wegwarte, Wermut
Tonisiert und bewegt das Qi von Magen, Darm, Leber und Gal- lenblase, bewegt den Stuhl, bewegt das Qi im unteren Erwärmer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Psoriasis, Ekzeme, chronische Urtikaria, Akne, Lipome, vergrößerte Lymph- knoten	Tausendgüldenkraut, Pfefferminze, Schafgarbe, krauser Ampfer
HitzeToxin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Geschwüre, Fieber, Lymphangitis	Enzian, große Klette, Walnuss, Löwen- zahn, Frauenmantel, Melisse, Salbei, Sonnenhut, Huflattich, Quecke, Königs- kerze, Vogelmiere, Tausendgüldenkraut, Holunder, Rose, Taubnessel
Fördert Gewebe- regeneration, lindert Entzündung	Holmes 1989	Sonnenbrand	Lavendel, Spitzwegerich, Vogelmiere, Beinwell, Ringelblume

3.6 Patientenfälle

3.6.1 Fall 57

Die 50-jährige Patientin stellt sich im Februar 2014 „wegen meiner Blase“ in der Praxis vor, und zwar mit folgenden Beschwerden: Sie hatte 14 Monate lang immer wieder eine Blasenentzündung, verspürte ein Brennen nach dem Wasserlassen, keine Probleme bei der Entleerung, Blut und Bakterien, jetzt akut auch Antibiose, insgesamt ca. 20- bis 30-mal Antibiotika. Erste Blasenentzündung mit 13 Jahren, auch die Mutter und die Schwestern hatten häufig Blasenentzündungen. Auffällig sind anamnestisch Hinweise auf einen MilzQi-Mangel (Appetitlosigkeit, Durchfallneigung, konstante Müdigkeit) und NierenYang-

Schwäche (immer kalt, immer kalte Füße, immer Angst; Ehemann ist Soldat und oft monatelang in Auslandseinsätzen, wo es auch gefährlich sein kann).

Zunge Kleines „Loch“ im Lungenbereich (sie hatte vor elf Jahren einen Autounfall mit Pneumothorax), Delle im Bereich des hinteren Drittels, Farbe eher blass, Ränder ohne Belag, dick, weiß belegt, überall rote Punkte (Abb. 3.21)

Puls Am schwächsten ist der MilzPuls

Diagnose Feuchtigkeit und pathogener Restfaktor in der Blase, LeberQi-Stagnation, MilzQi-Schwäche, LungenQi-Schwäche (WeiQi-Mangel), NierenYang-Schwäche



■ Abb. 3.21 Zunge Fall 57-1



■ Abb. 3.22 Zunge Fall 57-2

Die Rezeptur zur Behandlung ist in ■ Tab. 3.53 aufgeführt.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zunächst je 10 g als Tee verordnet. Davon trinkt die Patientin einen halben Liter täglich mit der Dosierung 2 Essl./500 ml. Nach zwei Wochen lässt sie verlauten: „Im Großen und Ganzen geht es recht ordentlich.“ Sie wird sporadisch (3-mal innerhalb von neun Monaten) mit Akupunktur behandelt. Auch zwei Monate später ist die Blase weiterhin stabil („Nix mehr mit der Blase“). Auch die Zunge zeigt eine Verbesserung des Zustandes. Der Belag ist deutlich weniger geworden (■ Abb. 3.22). Die weitere Kräutereinnahme erfolgt mit Kapseln, dazu werden die Kräuter zu gleichen Teilen, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin 5 Stk./Tag einnimmt. Neun Monate später ist die Blase weiterhin in Ordnung,

es kam einmal wegen Stress zu einer Blasenentzündung.

Auch in dieser Rezeptur wird die Kombination von Tonisierung und Attackieren des pathogenen Faktors bzw. der Umwandlung und des Ausscheidens von Feuchtigkeit und Schleim deutlich. Ich denke, auf der körperlichen Ebene ist an diesem Fall vor allem die Milzschwäche ausschlaggebend, die die Entstehung von Feuchtigkeit und Schleim begünstigt (insbesondere in Kombination mit NierenYang- und LungenQi-Schwäche), die dann nach unten absinken, aufgrund der Schwäche des NierenYang nicht weiter transformiert werden und zu Problemen führen. Auch das Thema Angst spielt seit langem eine Rolle in ihrem Leben. So wuchs sie in einem Elternhaus auf, das sich neben einem Friedhof befand, und sie erinnert sich noch immer an die Angst, die sie vor/in dem Haus hatte und dort nicht allein bleiben wollte. Aktuell hat sie viel Angst um ihren Mann.

■ Tab. 3.53 Rezeptur Fall 57

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Tonisiert das NierenQi, löst feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, hebt das aufrechte Qi, leitet feuchte Hitze aus der Blase, tonisiert das WeiQi, löst pathogenen Restfaktor, tonisiert das LungenQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Leitet feuchte Hitze und Schleim aus, tonisiert das reproduktive System, bewegt Nieren- und BlasenQi, bewegt das LeberQi, tonisiert das WeiQi, leitet pathogenen Restfaktor aus, tonisiert das MilzQi
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Bewegt das NierenQi, löst feuchten Schleim, bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer, reguliert das BlasenQi, klärt Schleim und lindert Krämpfe, leitet Feuchtigkeit und Schleim aus dem unteren Erwärmer
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Bewegt das NierenQi, leitet feuchte Hitze aus Niere und Blase
Rhiz.Agropyri	Quecke	Agropyrum repens	Leitet Feuchtigkeit aus, reguliert das Nieren- und BlasenQi, bewegt das BlasenQi, feuchte Hitze in der Blase, stärkt die Lunge, nährt das Blut
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, löst feuchte Hitze aus der Blase, pathogener Restfaktor, vertreibt Kälte in den Meridianen, tonisiert das NierenYang
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Feuchte Hitze in der Blase, feuchte Hitze/Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert die NierenEssenz, tonisiert Leber und Niere, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das BlasenQi, leitet Feuchtigkeit aus, bewegt das Qi im unteren Erwärmer
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Feuchte Hitze in der Blase, bewegt das LeberQi
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Qi von Milz und Magen und das Yang des mittleren Erwärmers, tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, bewegt das LeberQi, löst feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, löst feuchte Hitze aus dem unteren Erwärmer, bewegt das NierenQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das NierenQi, bewegt das BlasenQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das NierenQi und das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, stimuliert das WeiQi
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Feuchte Hitze/Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi, hebt das Qi
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Bewegt das LeberQi, tonisiert LeberBlut und -Yin, leitet feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, vertreibt Feuchtigkeit aus dem unteren Erwärmer, leitet feuchte Hitze aus der Blase, klärt pathogenen Restfaktor, bewegt das NierenQi

■ Tab. 3.53 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Tonisiert das LungenQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, bewegt das LeberQi, tonisiert das NierenYang
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Wärmt die Mitte, tonisiert die Milz, tonisiert das LungenQi, bewegt und tonisiert das Qi im Allgemeinen, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, leitet feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, transformiert Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Leitet feuchte Hitze aus der Blase, tonisiert das BlasenQi
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Feuchte Hitze in der Blase, bewegt das BlasenQi
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt Nieren- und LeberQi, tonisiert das NierenQi (NierenAngst), tonisiert das WeiQi, transformiert Feuchtigkeit und Schleim, tonisiert das MilzQi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Stärkt das WeiQi, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, wirkt Schleim-Kälte-Stagnation im unteren Erwärmer entgegen, tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, pathogener Restfaktor, reguliert die Milzenergie, reguliert das BlasenQi, beruhigt die Niere bei Angst, tonisiert das NierenYang
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Metabolische Toxikose mit Feuchtigkeit, pathogener Restfaktor, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, leitet feuchte Hitze aus dem unteren Erwärmer, leitet Feuchtigkeit aus Niere und Blase
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Bewegt und tonisiert das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das MilzQi, tonisiert und bewegt das BlasenQi, klärt feuchte Hitze in der Blase, pathogener Restfaktor

3.6.2 Fall 17

Im März 2013 stellt sich der 46-jährige Patient in der Praxis vor, wegen unerfülltem Kinderwunsch. Bei einer Untersuchung waren die Spermien „zu langsam“, er ist seit 14 Jahren verheiratet, seit 3–4 Jahren besteht ein starker Kinderwunsch, der gynäkologische Befund bei seiner Frau ist unauffällig.

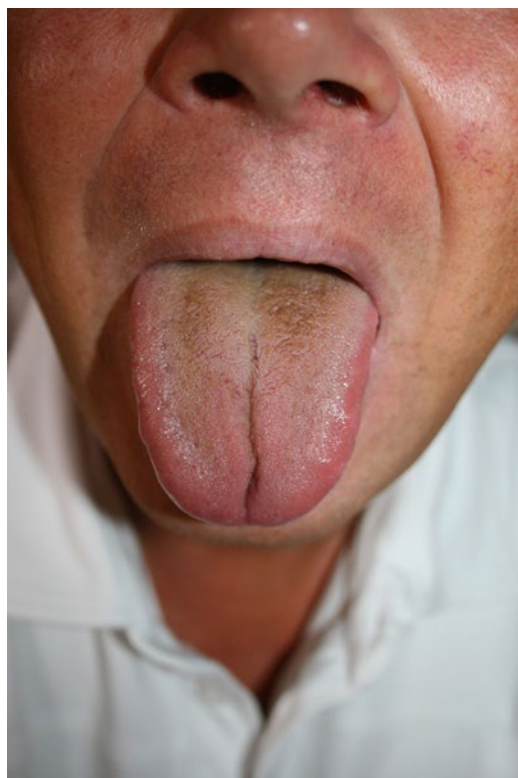
Zunge Rot, Riss bis vor zur Zungenspitze, sehr tief im Lungenareal, Ränder gerötet und belaglos, brauner Belag im hinteren Drittel (■ Abb. 3.23)

Puls Erster Eindruck: kaum Pulse auf der rechten Seite tastbar, vor allem der Lungenpuls ist sehr leer, Milz- und rechter Nierenpuls schwach

Anamnestisch besteht eine chronische Sinusitis seit vielen Jahren, er hat eine Ein- und Durchschlafstörung mit Aufwachen um 4.00 Uhr, Nykturie 1-mal pro Nacht. Manchmal besteht eine starke Müdigkeit, Appetit und Verdauung sind gut, beide Knie und Hüften „machen Beschwerden“, schon als Kind waren die Zähne schlecht, das Gehör ist nach einem Knalltrauma eingeschränkt. Der Blutdruck ist etwas erhöht (keine Medikation).

Diagnose Feuchte Hitze im unteren Erwärmer, Hitze in der Leber, LeberQi-Stagnation, Herz und Niere kommunizieren nicht, NierenYang- und MilzQi-Mangel, LungenQi-Schwäche

Die Rezeptur zur Behandlung ist in ■ Tab. 3.54 aufgeführt.



■ Abb. 3.23 Zunge Fall 17

Verlauf und Diskussion

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und fein vermahlen in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt der Patient 5 Kapseln/Tag. Wir arbeiten auch mit Akupunktur (neun Behandlungen innerhalb von vier Monaten). Nach vier Monaten haben sich die Spermienfunktion und -anzahl normalisiert. Der Patient leidet weiterhin unter rezidivierenden Sinusitiden und Gelenksbeschwerden, deshalb arbeiten wir in größeren Abständen mit Akupunktur, und er führt die Kräutereinnahme (variiert) fort.

3.6.3 Fall 50

Dieser Fall zeigt, dass es manchmal seltsame Wege gibt, wie eine Traumatisierung sich im Körper festsetzt, und dass es eine jahrelange Latenzzeit geben kann, bis sich die Symptome nach außen zeigen. Die Chinesische Medizin bietet eine Möglichkeit, wenn es an der Zeit ist, an der Lösung der Traumata zu arbeiten, auf der körperlichen Ebene dabei zu helfen, einen Weg zu bahnen. (Zur Transformation einer traumatischen Erfahrung über Körperarbeit s. Levine 1998.)

■ Tab. 3.54 Rezeptur Fall 17

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Solidaginis	Goldrute	<i>Solidago virgaurea</i>	Bewegt das NierenQi, feuchte Hitze/Kälte im Kopf, löst feuchten Schleim, bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer, klärt Lungen-Schleim, leitet Feuchtigkeit und Schleim aus dem unteren Erwärmer
Herb.Artemisiae abs.	Wermut	<i>Artemisia absinthum</i>	Klärt Hitze, reguliert den Shao Yang, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, reguliert das LeberQi und beruhigt aufsteigendes LeberYang, leitet feuchte Kälte aus, tonisiert das NierenYang
Herb.Agrimoniae	Odermennig	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Leitet feuchte Hitze aus der Leber aus, tonisiert das MilzQi, tonisiert und reguliert die Leber, bewegt Qi-Stagnation und klärt Schleim-Feuchtigkeit, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, bewegt das NierenQi, bewegt das LeberQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	<i>Taraxacum officinalis</i>	Leitet feuchte Hitze aus, bewegt das Qi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, kühlt LeberFeuer, tonisiert das MilzQi, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert und bewegt das BlasenQi

■ Tab. 3.54 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert Leber- und NierenYin, tonisiert die Essenz, bewegt das LeberQi, kühlt LeberFeuer
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Bewegt das Qi, tonisiert das MilzQi, leitet Leber-Feuer aus, leitet feuchte Hitze aus dem Urogenitalsystem, bewegt Leber-Blut, tonisiert das reproduktive Qi
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Tonisiert und bewegt das HerzQi, „kippt den Chong-Mai“, Schleim-Feuchtigkeit in der Lunge, bewegt das NierenQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Tonisiert das MilzYang, Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert und bewegt das HerzQi, stimuliert das WeiQi
Herb.Artemisiae vulg	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert die Milz, tonisiert das NierenYang, vertreibt Kälte in den Meridianen
Herb.Satureiae mont.	Bergbohnenkraut	Satureia montana	Wirkt gegen innere Kälte, tonisiert das Yang, bewegt und reguliert das Qi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi, Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert das WeiQi, feuchte Kälte im Kopf, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, reguliert die MilzEnergie, tonisiert das NierenYang, tonisiert das HerzQi
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert Herz- und NierenYang, tonisiert das NierenQi, tonisiert und bewegt das MilzQi, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das MilzYang, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert das Lungen- und HerzQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim, tonisiert das reproduktive System, bewegt das NierenQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das LeberQi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Feuchte Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert das NierenQi, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das WeiQi, tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim

Die 32-jährige Patientin stellt sich im Februar 2014 in der Praxis mit folgenden Beschwerden vor:

„Ich habe Unterleibs-und Blasenschmerzen“, vor ca. 3–4 Jahren trat eine Blasenentzündung auf, wurde mit Antibiotika behandelt, zwei Wochen lang war es besser, dann ist die Entzündung wiedergekommen, zusätzlich eine Nierenbeckenentzündung; wieder Antibiose, seitdem sind die Beschwerden

dauerhaft, nie weg. Eine Blasenspiegelung brachte keinen pathologischen Befund, Nierensteine wurden radiologisch ausgeschlossen. Auch eine Kernspinuntersuchung ergab keinen Befund. Insgesamt wurden ca. 10-mal Antibiotika-Behandlungen durchgeführt, seit einem drei Viertel Jahr keine mehr. Es besteht ein permanentes Brennen am Schambein, „wie eine Schlange, die das Ganze festzurrt“, es ist verkrampft, ständiger Harndrang

besteht, dabei kein Brennen, die Blase entleert sich gefühlsmäßig nicht. Es fängt an in der Nacht von Freitag auf Samstag, sie wacht um 4.00 oder 5.00 Uhr auf, hat die Beschwerden ca. 5–6 Stunden lang, dann plötzlich Durchfall, und dann wird es etwas besser. Seit einer Woche sind die Beschwerden durchgehend da, es besteht auch ein Druck im Oberbauch. Eine Magen-Darm-Spiegelung ist geplant.

In der Vorgeschichte spricht sie über die Vergewaltigung und Ermordung ihrer Schwester vor fünf Jahren. Zum ersten Mal wird ihr bewusst, dass es in der Nacht von Freitag auf Samstag geschah (parallel zu ihren Beschwerden). Damals verbrachte sie sechs Wochen in einer psychosomatischen Klinik und war sehr enttäuscht über die Arbeit der Polizei.

Zunge Ränder rote Punkte, etwas kleiner Zungenkörper, Farbe eher normal, rechts Zahneindrücke, Lungenareal etwas geschwollen, Unterzunge o.B.

Puls Milz schlüpfriß, Leber tief zunächst kaum zu tasten, rechter Nierenpuls etwas leer

Diagnose LeberHitze, pathogener Restfaktor, Feuchtigkeit und Schleim im unteren Erwärmer, NierenYang-Schwäche, Lungen- und MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur zur Behandlung ist in ■ Tab. 3.55 aufgeführt.

Verlauf und Diskussion

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, davon trinkt die Patientin einen halben Liter am Tag, in der Dosierung 2 Essl./500 ml. Zugleich wird sie mit Akupunktur (auch Moxa und Heilsteinakupunktur) behandelt (fünf Behandlungen innerhalb von zwei Monaten). Damals hatte ich noch nicht so viel Erfahrung mit der Behandlung von Traumata mit Hilfe der Akupunktur, es war mir aber schon klar, dass in der Tiefe „etwas“ in Lösung kommt, wenn während der Behandlung starke Kälteschauer gespürt werden.

Bei der zweiten Behandlung schildert sie Folgendes: „Heute entsteht ein Wirbelsturm im Bauch, dann kommt ein Kälteschauer, dann ist der Tornado weg, dann kommt er wieder.“ Ich ermutige sie, sich nicht vor diesen Kälteschauern zu fürchten (sie sind ihr unheimlich) – auch wenn sie außerhalb der Behandlung auftreten –, sondern darin ein „Lösen von gestauter Energie“ zu sehen. Im Verlauf entsteht ein sehr unangenehmer Körpergeruch, die „Wirbelstürme“ werden leichter. Bei der letzten Behandlung ist sie seit vier Wochen beschwerdefrei, die Kälteschauer sind nur noch selten. Auch aus einer schwierigen Arbeitssituation mit einem Kollegen konnte sie sich befreien. Für mich war dies ein gutes Beispiel, wie man mit der Chinesischen Medizin den Körper dabei unterstützen kann, dass sich Traumatisierungen lösen, und dabei zu lernen, mit welchen körperlichen Reaktionen zu rechnen ist.

■ Tab. 3.55 Rezeptur Fall 50

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Metabolische Toxikose mit Feuchtigkeit, pathogener Restfaktor, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, leitet Feuchtigkeit aus Niere und Blase, tonisiert das Qi in Magen und Gallenblase
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Leitet feuchte Hitze aus der Blase, tonisiert das BlasenQi
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Bewegt das NierenQi und die Flüssigkeiten in der Niere, löst feuchten Schleim, bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer, reguliert das BlasenQi, klärt Schleim aus dem unteren Erwärmer
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Feuchtigkeitsstagnation, bewegt das NierenQi

■ Tab. 3.55 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert und bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert und bewegt das Qi in Magen und Darm, tonisiert das MilzQi, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das BlasenQi, klärt feuchte Hitze in der Blase
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das Qi im Darm und in der Niere, bewegt das LeberQi im mittleren Erwärmer, bewegt und tonisiert das MagenQi
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Feuchte Hitze im Urogenitalsystem, fördert die Urination, bewegt das Qi, tonisiert das reproduktive Qi, tonisiert das MilzQi
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Tonisiert das LungenQi, leitet Feuchtigkeit aus dem unteren Erwärmer
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Qi in Magen und Darm, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, vertreibt Kälte aus den Meridianen, tonisiert das NierenYang
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Pathogener Restfaktor, leitet feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, tonisiert das NierenQi, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, hebt das aufrechte Qi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das LungenQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Pathogener Restfaktor, stärkt das WeiQi, feuchter Schleim im Darm/Milz, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, wirkt Schleim-Kälte-Stagnation im unteren Erwärmer entgegen, tonisiert das LungenQi, reguliert die MilzEnergie, tonisiert das NierenYang
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim, tonisiert das reproduktive System, bewegt das NierenQi, bewegt das Qi in Darm und Blase, bewegt das Qi in Leber und Gallenblase, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi und Blut
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Yang des mittleren Erwärmers, tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, löst feuchten Schleim im Darm/Milz, bewegt das Qi in Leber und Gallenblase, löst feuchte Kälte aus dem Urogenitalsystem, bewegt das Qi in der Niere
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das NierenQi, bewegt das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi, bewegt das Leber- und MagenQi, beruhigt das Qi im Darm, stimuliert das WeiQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das NierenQi, reguliert das Qi in Magen und Darm, bewegt das Qi in der Blase, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, feuchte Kälte im Darm/Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi und hebt das Qi

Literatur

- Beckmann D, Beckmann B (2002) Das geheime Wissen der Kräut-
terhexen. dtv, München
- Chevallier A (2000) Die BLV Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV,
München
- Fischer-Rizzi S (1986) Blätter von Bäumen. Hugendubel, Mün-
chen
- Fischer-Rizzi S (2002a) Medizin der Erde. Heyne, München
- Fischer-Rizzi S (2002b) Himmlische Düfte. AT, Aarau
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hammer L (2000) Psychologie und Chinesische Medizin. Joy,
Oy-Mittelberg
- Hempen C-H, Fischer T (2001) Leitfaden Chinesische Phytothe-
rapie. Urban & Fischer, München
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Arzneipflanzen und Dro-
gen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow
Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Kast V (1998) Neid und Eifersucht. DTV GmbH & Co, München
- Levine P (1998) Trauma-Heilung. Synthesis Verlag, Essen
- Lingg A (2010) Das Heilpflanzenjahr. Kosmos, Stuttgart
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin.
VGM, Kötzing
- Marzell H (2002) Geschichte und Volkskunde der deutschen
Heilpflanzen. Reichl, St.Goar
- Müller-Ebeling C, Rätsch C, Storl W-D (1999) Hexenmedizin. AT,
Aarau
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild,
Augsburg
- Ploberger F (2011) Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus
Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA,
Schiedlberg
- Rätsch C (1998) Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechen-
land und Rom. Diederichs, München
- Ramakers F (2003) TCM & Westliche Kräuter. Praxisworkshop.
Weissensee
- Ross J (2000) Akupunkturpunktkombinationen. MLV, Uelzen
- Ross J (2003) ZangFu. MLV, Uelzen
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Grennefield Press &
VGM, Bad Kötzing
- Roth L, Daunderer M, Kormann K (1994) Giftpflanzen und Pflan-
zengifte. Ecomed, Landberg
- Scherf G (2003) Zauberpflanzen Hexenkräuter. BLV, München
- Storl W-D (1996) Heilkräuter und Zauberpflanzen zwischen
Haustür und Gartentor. AT, Aarau
- Storl W-D (2005) Mit Pflanzen verbunden. Kosmos, Stuttgart
- Treben M (1987) Heilkräuter aus dem Garten Gottes. Bertels-
mann, Gütersloh
- Wood M (2012) Die Weisheit der Pflanzen. AT, Aarau

Funktionskreis Herz/ Dünndarm

Birgit Baur-Müller

- 4.1 Die Aufgaben des Herzens – 225**
- 4.2 Die Funktion des Dünndarms – 225**
- 4.3 Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Feuer – 226**
- 4.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Feuer – 227**
 - 4.4.1 HerzQi-Mangel – 227
 - 4.4.2 HerzQi-Stagnation – 228
 - 4.4.3 HerzBlut-Stagnation – 228
 - 4.4.4 Schleim verlegt die Herzöffnungen (Orifizien) – 228
 - 4.4.5 HerzYang-Mangel – 230
 - 4.4.6 HerzYang-Kollaps – 230
 - 4.4.7 HerzBlut-Mangel – 231
 - 4.4.8 HerzYin-Mangel – 231
 - 4.4.9 HerzFeuer – 232
 - 4.4.10 Beunruhigter HerzGeist – 233
- 4.5 Pflanzenporträts – 233**
 - 4.5.1 Melisse – 233
 - 4.5.2 Baldrian – 237
 - 4.5.3 Hopfen – 240
 - 4.5.4 Rose – 243
 - 4.5.5 Ziest/Betonie – 246
 - 4.5.6 Weißdorn – 249
 - 4.5.7 Lavendel – 252
 - 4.5.8 Weiße Taubnessel – 256
 - 4.5.9 Borretsch – 258
 - 4.5.10 Mistel – 261

- 4.5.11 Herzgespann – 264
- 4.5.12 Passionsblume – 267
- 4.5.13 Linde – 269
- 4.5.14 Schlüsselblume – 272
- 4.5.15 Ringelblume – 275
- 4.5.16 Gingko – 277
- 4.5.17 Ysop – 279

4.6 Patientenfälle – 281

- 4.6.1 Fall 29 – 281
- 4.6.2 Fall 67 – 285
- 4.6.3 Fall 104 – 286

Literatur – 290

- » Vom Herzen heißt es, es sei das Wichtigste, der Herrscher aller inneren Organe. (Maciocia 1997)

4.1 Die Aufgaben des Herzens

■ Das Herz regiert das Blut und kontrolliert die Blutgefäße

Die menschliche Konstitution wird neben der Nierenessenz vor allem durch die Stärke von Herz und Blut bestimmt (Maciocia 1997). Bei einer Leere des Herzblutes kann der betreffende Mensch unter kalten Händen leiden. Das Herzblut bildet das (nächtliche) Ruhekissen des HerzGeistes, bei Mangel kommt es daher zu Schlafstörungen, übermäßigem Träumen, Schreckhaftigkeit und Ängstlichkeit. Ebenso kommt es zu Konzentrationsstörungen und Gedächtnisproblemen. Neben einer Schwäche der Milz, die das Blut bildet, oder einem starken Blutverlust, z. B. nach Geburten (oft Ursache einer Wochenbettdepression), kann vor allem lange andauernde Sorge zu einem Blutmangel des Herzens führen (ebd.). Auch die Bewegung des Blutes ist neben der Yang-Funktion des Herzens abhängig davon, ob im Menschen Emotionen fließen können oder ob sie unterdrückt und aufbewahrt werden, was am häufigsten im Brustkorb der Fall ist. Jede Emotion, die den Geist „berührt“, kann langfristig zu Stagnation von HerzBlut führen (ebd.).

■ Das Herz manifestiert sich im Gesicht und öffnet sich in die Zunge

Sind Herz und Blut kräftig, ist das Gesicht rosig und glänzend. Besteht eine Schwäche, ist das Gesicht blass und stumpf (Ross 2003). Das Herz hat vor allem einen Bezug zur Zungenspitze, beeinflusst aber auch die Gestalt der gesamten Zunge sowie den Geschmackssinn und auch das Sprechen.

■ Das Herz kontrolliert das Schwitzen

Schwitzen steht über die Körperflüssigkeiten in enger Beziehung zum Blut, HerzQi-Mangel kann spontanes Schwitzen verursachen, HerzYin-Mangel Nachtschweiß. Stärkeres Schwitzen über längeren Zeitraum kann Blutmangel verursachen, da das Blut den Mangel an Körperflüssigkeiten, der durch zu starkes Schwitzen entsteht, auszugleichen versucht (Maciocia 1997).

■ Das Herz beherbergt/speichert den Geist

Der Geist Shen, der im Herzen wohnt, beinhaltet verschiedene Aspekte: die psychische Aktivität (inkl. Emotionen), das Bewusstsein, das Gedächtnis, das Denken und den Schlaf (Maciocia 1997). Wenn das Herz stark ist und genügend HerzBlut vorhanden ist, „ist die psychische Aktivität normal, das emotionale Leben ausgeglichen, das Bewusstsein klar, das Gedächtnis präzise und der Schlaf tief“ (Maciocia 1997, S. 76). Dementsprechend entstehen bei Schwäche Symptome wie Ängstlichkeit, Nervosität, Unruhe, Depression, Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen und Schlafschwierigkeiten. Mit dem Begriff *Shen* wird aber auch der gesamte seelisch-geistige Aspekt eines Menschen bezeichnet. Dazu gehören neben dem HerzGeist *Shen*, die Leber-Wanderseele *Hun*, die Lungen-Körperseele *Po*, die NierenWillenskraft *Zhi* und das MilzDenken *Yi* (die einzelnen Aspekte werden in den jeweiligen Kapiteln vorgestellt).

4.2 Die Funktion des Dünndarms

■ Der Dünndarm kontrolliert Empfangen und Umwandeln und trennt die Flüssigkeiten

Im Dünndarm werden die Nahrungsbestandteile aufgetrennt in reine Anteile, die an die Milz weitergeleitet werden, und unreine Anteile, die an den Dickdarm und die Blase weitergeleitet werden. Das Gleiche gilt für die Flüssigkeiten: Die reinen werden an den Dickdarm zur Rückresorption und die unreinen Anteile an die Blase zur Ausscheidung weitergeleitet. Energetisch versorgt wird der Dünndarm dabei vom NierenYang (Maciocia 1997).

Eine ähnliche Funktion hat der Dünndarm auf der geistigen Ebene, er ist verantwortlich für die Urteilskraft, Wichtiges von Unwichtigem zu trennen, um dann gute, für uns passende Entscheidungen zu treffen (ebd.). Man könnte auch sagen, er ist die Instanz für die geistige Klarheit. Gemeinsam mit dem dreifachen Erwärmer, dem Perikard und dem HerzYang wird eine stabile Ordnung im Herz(Yin)Feuer hergestellt, damit der Mensch sich in bejahender, liebender Weise in sicherer Klarheit schöpferisch an die Außenwelt wenden kann (Hammer 2000).

4.3 Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Feuer

■ Der HerzGeist Shen

Der HerzGeist Shen ist die verfeinertste der drei Substanzen, der drei Schätze Essenz Jing, Qi und Shen. Er ist verantwortlich für das Denken, das Gedächtnis, das Bewusstsein, Verständnis, das emotionale Leben, Schlaf, die Intelligenz und Weisheit (Maciocia 2009). Die Entwicklung des Selbstbewusstseins sowie die Integration verschiedener Aspekte unserer Psyche zählen zu den Funktionen des Shen (ebd.). Der Shen unterzieht sozusagen die Ideenvielfalt der LeberSeele HUN einer Realitätsprüfung. Was kann in einem kreativen Akt umgesetzt werden, und was sollte, zumindest im Moment, verworfen werden? Wie das Herz der Kaiser der anderen Organe (Leber, Lunge, Milz und Niere) ist, hat der Shen eine leitende und koordinierende Funktion im Kreis der anderen geistigen Aspekte (Hun, Po, Yi und Zhi) der Seele (ebd.).

■ Die Funktion des HerzYin bei der Entwicklung des Selbst

Die FeuerEnergie spielt eine wichtige Rolle in der Entwicklung des Bewusstseins, inwiefern der Mensch in der Lage ist, sich selbst bewusst wahrzunehmen. Anschließend kann er sich nach außen wenden, kreative Ideen konkret umsetzen und eine befriedigende zwischenmenschliche Kommunikation aufbauen. Um kreativ tätig zu sein, ständig etwas Neues in den Alltag einzubringen, nicht nur als Künstler, sondern gewissermaßen als „Lebenskünstler“, wozu wir alle aufgerufen sind, muss man den permanenten Wandel zulassen können. Jeder kreativen Handlung geht eine Idee voran, die Inspiration, die dem HerzYin zugeordnet werden kann. Ein Mensch, dessen HerzYin schwach oder gehemmt ist, kann keine oder wenige eigene Ideen entwickeln, lebt alte Konzepte und tut sich schwer mit Wandel. Er lebt gerne in der Vergangenheit.

Jeder Mensch hat eine angeborene Fähigkeit, Liebe und Freude zu empfinden. Um dieses Talent zu entwickeln, muss das kleine Kind von Eltern/ Bezugspersonen umgeben sein, die selbst das Leben bejahen und sich an dem kleinen Menschen erfreuen können. Erhält der heranwachsende Mensch

dieses Feedback nicht, wird er als Erwachsener lebenslang darum kämpfen, das Bedürfnis nach spontaner Freude zu unterdrücken, oder körperlich bzw. emotional leiden (Hammer 2000). Ein großer Konflikt kann sich in der Lebensmitte entwickeln, wenn das vom HerzYin geleitete Bedürfnis des Organismus, sich selbst zu erkennen und zu verwirklichen, im Widerspruch steht zu den gesellschaftlichen Traditionen (Familie, Arbeit usw.) (ebd.).

Ich frage mich, inwiefern es hier auch einen Zusammenhang geben könnte mit der Entstehung all dieser Herz(ens)krankheiten, die ja in westlichen Ländern Todesursache Nummer eins sind.

■ HerzYang und Perikard im Hinblick auf die Kommunikation nach außen

Das HerzYang ist wichtig, damit die Ideen, die vom HerzYin erzeugt werden, auch nach außen gelangen und erfolgreich verwirklicht werden können. Besteht hier eine Schwäche, kommt der Mensch nicht hinaus über den Zustand des jugendlichen Träumers, der zwar inspiriert ist, aber große Schwierigkeiten mit der Umsetzung seiner Ideen hat (Hammer 2000). Überwiegt das HerzYang, kann eine Persönlichkeit entstehen, die ein Hauch von „Viel Lärm um nichts“ umgibt, d. h., oberflächlich wird eine Illusion erzeugt, die aber beim genaueren Hinsehen der versprochenen Tiefe entbehrt, die Qualität wird der Quantität geopfert (ebd.).

Das Perikard hat die Aufgabe, den Kaiser (HerzGeist) zu nähren und zu schützen. Das Nähren des Geistes geschieht über den Kontakt mit anderen Menschen. Das Perikard organisiert diese Verbindungen mit anderen. Idealerweise werden die menschlichen Kontakte so ausgewählt und gestaltet, dass es zu einem gegenseitig befruchtenden Austausch kommen kann und anschließend beide Individuen sich wohlfühlen und ein bisschen „gewachsen“ sind. Ist das PerikardYin schwach, so tut sich der Mensch schwer, seine Grenzen aufrechtzuerhalten, und kann emotional leicht ausgebeutet werden. Überwiegt das PerikardYin, dann ist der Mensch verschlossen, kann nicht in den emotionalen Austausch mit anderen treten und fühlt sich leer und einsam (ebd.). Ist das PerikardYang zu schwach, kann der Mensch im Außen nicht überzeugen. Obwohl seine Ideen und die kreative Ausarbeitung (HerzYin und -Yang) harmonisch sind,

fehlt es sozusagen an dem letzten „Schliff“, um im entscheidenden Moment bei den wichtigen Menschen überzeugend aufzutreten (ebd.).

■ Der integrative Aspekt des Dreifachen Erwärmers

Die Hauptfunktion des Dreifachen Erwärmers besteht in der Integration. Er soll Unstimmigkeiten integrieren. Aufgrund einer Schwäche in diesem Bereich entstehen in verschiedenen Lebensbereichen Probleme. So kann es zu einem Missverhältnis kommen zwischen praktischen Fähigkeiten und verbal-intelligentem Verständnis. Beispielsweise ist ein hervorragender Musiker nicht in der Lage, Noten zu lesen, oder der Universitätsprofessor kann keine Glühbirne austauschen. Im Extrem gilt: „Wer kann, der tut, wer nicht kann, der lehrt“. Aber manche Menschen können hervorragend tun, aber nicht lehren (Hammer 2000, S. 288). Beides hat in der Gesellschaft sicherlich seinen Platz, kann jedoch beim Betroffenen große Frustration verursachen. Probleme entstehen bei Persönlichkeiten vor allem in Beziehungen zu anderen Menschen, die von einem Mangel an Wärme sowie Rückzugsverhalten geprägt sind und nicht selten aufgrund von Misstrauen und Entfremdung abgebrochen werden. Es fehlt die Fähigkeit, Wärme auszutauschen und die Bindung zu stärken (Hammer 2000).

4.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Feuer

Die Musterdifferenzierung mit Symptombeschreibung und Vorschlägen für Akupunktur orientiert sich an Maciocias Grundlagen der Chinesischen Medizin (Maciocia 1997).

4.4.1 HerzQi-Mangel

Symptome Palpitationen, Belastungsdyspnoe, Schwitzen, Blässe, Müdigkeit, Lustlosigkeit, unangenehmes Gefühl oder Traurigkeit im Herzbereich, Rhythmusstörungen, Gefühl der Anstrengung beim Sprechen, Traurigkeit, Kommunikationsprobleme in Beziehungen, Übererregbarkeit, Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit

Zunge Blass bis normal, medianer Längsriss bis zur Spitze (in schweren Fällen und bei konstitutioneller Schwäche)

Akupunktur Hz5, Pe6, Bl15, Ren17, Ren6

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.1 aufgeführt.

Die Physiologie des Herzens ist aus topographischer Sicht eng mit der Lunge verbunden, sodass LungenQi-Mangel oder -Stagnation (vor allem bei lange anhaltender Traurigkeit) auch das HerzQi be-

■ Tab. 4.1 Kräuter für die Behandlung von HerzQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Braunwurz	Holmes 1989; Ploberger 2011	Scrophularia nodosa	Herb.Scrophulariae
Gänsefingerkraut	Holmes 1989	Potentilla anserina	Herb.Anserinae
Herzgespann	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hirtentäschel	Holmes 1989	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae burs.

■ Tab. 4.1 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Ringelblume	Holmes 1989	Calendula officinalis	Flos.Calendulae
Rosmarin	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salomonsiegel	Holmes 1989	Polygonatum odoratum	Rhiz.Polygonati od.
Schafgarbe	Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schlüsselblume	Ploberger 2011	Primula veris	Flos.Primulae
Süßholz	Ross 2010	Glycyrrhiza glabra	Rhiz.Glycyrrhizae
Thuja	Ploberger 2011	Thuja occidentalis	Herb,Thujae
Thymian	Ploberger 2011	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Weißdorn	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi

einträchtigen können. In diesen Fällen eignen sich besonders Alant, Anis, Baldrian, Ingwer, Rosmarin, Salomonsiegel, Schafgarbe, Süßholz, Thuja oder Thymian. Auch die Niere ist ein wichtiger Partner für das Herz, so gibt es in unserer Gesellschaft die Aussage: „Etwas geht einem an Herz und Nieren“ oder „Auf Herz und Nieren geprüft werden“. Rosmarin, Schafgarbe, Süßholz oder Thuja stärken auch das NierenQi.

4.4.2 HerzQi-Stagnation

Symptome Palpitationen, Kopfschmerz, Unruhe, gestresstes Gefühl, Erschöpfung zunächst besser, dann aber schlechter durch körperliche Betätigung, Druckgefühl im Brustkorb, Traurigkeit, Depression

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.2 aufgeführt.

Da die Lunge gemeinsam mit dem Herzen den Brustkorb „bewohnt“, wird bei LungenQi-Stagnation aufgrund von Kummer oder Traurigkeit in der Regel auch das HerzQi stagnieren. Hier eignen sich vor allem Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Lavendel, Melisse, Mistel, Schöllkraut, Steinklee, Thuja oder Ziest. Stagniert das HerzQi wegen Schwäche, könnte man Anis, Bal-

drian, Herzgespann, Ingwer, Rosmarin, Schafgarbe, Schlüsselblume, Thuja oder Weißdorn wählen. Ist die Ursache für die Stagnation eine Fülle (Nervosität/aufsteigendes LeberYang), dann wären Baldrian, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Linde, Melisse oder Ziest eine gute Wahl.

4.4.3 HerzBlut-Stagnation

Symptome Brustschmerz, auch entlang des linken Armes Innenseite, Kurzatmigkeit, Lippenzyanose, Gesichtszyanose, Palpitationen, evtl. kalte Extremitäten mit Taubheit und Kribbeln

Zunge Bläulich, gestaute Unterzungenvenen

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.3 aufgeführt.

4.4.4 Schleim verlegt die Herzöffnungen (Orifizien)

Symptome Gemütsenerlei, Kopfschmerz, Schwindel, Depression, Konzentrationsmangel, Vergesslichkeit, mentale Verwirrung, in schweren Fällen Apathie, Sprechunlust

■ **Tab. 4.2** Kräuter für die Behandlung von HerzQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerveilchen	Holmes 1989	Viola tricoloris	Herb.Violae tric.
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Engelwurz (Kälte)	Ross 2010	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Herzgespann	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Lavendel	Holmes 1989; Ross 2010	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Linde	Ploberger 2011	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Melisse	Holmes 1989; Ross 2010	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schlüsselblume	Holmes 1989; Ploberger 2011	Primula veris	Flos.Primulae
Schöllkraut	Holmes 1989	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Weißdorn	Holmes 1989	Crataegus monogyna	Fruct.Crataegi
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ **Tab. 4.3** Kräuter für die Behandlung von HerzBlut-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Engelwurz	Ross 2010	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Ginkgo	Ploberger 2011	Ginkgo biloba	Fol.Ginkgo bil.
Herzgespann	Ploberger 2011	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Lavendel	Ross 2010	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Schafgarbe	Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989; Ross 2010	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Weißdorn	Holmes 1989; Ross 2010	Crataegus monogyna	Fruct./Fol./Flos.Crataegi
Zimt	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ Tab. 4.4 Kräuter für die Behandlung von Schleim verlegt die Herzöffnungen

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian*	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Basilikum	Holmes 1989	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Johanniskraut	Ploberger 2011	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Lavendel*	Ploberger 2011	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Mistel	Ploberger 2011	Viscum album	Herb.Visci
Passionsblume*	Ploberger 2011	Passiflora incarnate	Herb.Passiflorae
Rose*	Ploberger 2011	Rosa gallica	Flos.Rosae
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Schafgarbe	Ross 2010	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Weißdorn*	Ross 2010	Crataegus monogyna	Fruct./Flos./Fol.Crataegi
Zimt	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

* Diese Kräuter haben auch einen kühlenden Effekt.

In manchen Fällen kann zum Schleim auch noch Feuer kommen, dann verwendet man Kräuter, die zugleich kühlen.

Symptome Ruhelosigkeit, Schlaflosigkeit, traumgestörter Schlaf, unzusammenhängendes Sprechen, mentale Verwirrung, evtl. Manie mit Lachen, Weinen, Schreien oder gewalttätigem Benehmen, evtl. Depression, mentale „Leere“

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.4 aufgeführt.

4.4.5 HerzYang-Mangel

Symptome Palpitationen, Belastungsdyspnoe, Müdigkeit, Lustlosigkeit, Schwitzen, Engegefühl in der Herzgegend, Kältegefühl, leuchtend weißes Gesicht, kalte Extremitäten (vor allem Hände), evtl. Ödeme, evtl. Depression oder Interesselosigkeit, meist in Zusammenhang mit NierenYang-Schwäche

Zunge Blass, nass, geschwollen

Akupunktur Hz5, Pe6, Bl15, Ren17, Ren6, direktes Moxa auf Du14 stärkt das HerzYang

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.5 aufgeführt.

Ist die HerzYang-Schwäche verbunden mit einer NierenYang-Schwäche, eignen sich aus der Gruppe vor allem Ingwer, Rosmarin und Zimt. Auch kann man noch Anis, Basilikum, Beifuß oder Bergbohlenkraut dazugeben, die das NierenYang stärken. Ist das LungenYang gleichzeitig geschwächt, eignen sich Ingwer, Engelwurz, Basilikum oder Thuja.

4.4.6 HerzYang-Kollaps

Symptome Zusätzlich zum vorigen: Lippenzyanose, Koma

Akupunktur Ren6, Ren4, Ren8 retten das YangQi mit Moxa, Du4, Ma36, Pe6 stärken das HerzYang, Du20, Du14, Bl15 nur tonisieren, Nadeln nicht in situ belassen!

■ Tab. 4.5 Kräuter für die Behandlung von HerzYang-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Zimt	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ Tab. 4.6 Kräuter für die Behandlung von HerzBlut-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Holmes 1989	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Rosmarin	Ploberger 2011	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Flos./Fol./Fruct.Crataegi

Das Kraut zur Behandlung ist Ingwer (Ross 2010). Der botanische Name lautet Zingiber officinalis, die Rezeptierform Rhiz.Zingiberis. Die Behandlung ist hier vor allem über äußerliche Anwendung von ätherischen Ölen möglich. Mögliche Öle sind: Rosmarin, Melisse, Zitrone, Neroli, Lavendel, Engelwurz (Fischer-Rizzi 2002b) oder Kampfer (Holmes 1989).

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.6 aufgeführt.

Weitere Bluttonika sind: Beifuß, Brennnessel, Engelwurz, Hirtentäschel, Luzerne, Mistel, Petersilie, Rotklee, Schafgarbe, Wegwarte oder Zimt.

4.4.7 HerzBlut-Mangel

Symptome Palpitationen eher morgens, in Ruhe, begleitet von leichter Unbehaglichkeit im Thorax oder Angstgefühlen, Schwindel, durch Träume gestörter Schlaf, Vergesslichkeit, Angstzustände, Schreckhaftigkeit, stumpf-blasser Teint, Lippenblässe, Erschöpfung

Zunge Blass, dünn, trocken

Akupunktur Hz7, Pe6, Ren14, Ren15 (stärken das HerzBlut und beruhigen den Geist), Ren4, Bl17, Bl20 (tonisieren das Blut)

4.4.8 HerzYin-Mangel

Symptome Zusätzlich zum Blutmangel: psychische Restlosigkeit, fühlt sich nicht wohl in seiner Haut, ist zappelig, Wangenrötung, Hitzegefühl (vor allem abends), Nachtschweiß, trockene Mund- und Rachenschleimhäute, Hitze der fünf Flächen, Ein- und Durchschlafstörung, oft besteht gleichzeitig ein NierenYin-Mangel. Häufig ist der HerzYin-Mangel gekoppelt mit LeereHitze-Symptomen wie Unruhe, Erregung, Ängstlichkeit, rotes Gesicht, Übererregbarkeit, Manie, Hitzegefühl, Durst, evtl. bitterem Mundgeschmack, Zungengeschwüre, evtl. dunklem Urin und Dysurie (Herz-Hitze wird über den Dünndarmmeridian in die Blase geleitet).

■ Tab. 4.7 Kräuter für die Behandlung von HerzYin-Mangel/LeereHitze

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian*	Holmes 1989; Ross 2010*; Ploberger 2011*	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Borretsch	Holmes 1989; Ploberger 2011	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Hopfen*	Ploberger 2011	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Johanniskraut	Ploberger 2011	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Ploberger 2011	Viscum album	Herb.Visci
Passionsblume	Holmes 1989	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Ringelblume	Ploberger 2011	Calendula officinalis	Flos.Calendulae
Salbei*	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Flos.Primulae
Vogelmiere	Holmes 1989; Ploberger 2011	Stellaria media	Herb.Stellariae
Weißdorn	Holmes 1989; Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct./Fol./Flos.Crataegi

* Kräuter behandeln auch LeereHitze.

Zunge Belaglos, bei Anwesenheit von LeereHitze rot, Spitze röter und geschwollen, rote Punkte und medianer Riss bis zur Spitze

Akupunktur Hz7, Pe6, Ren14, Ren15, Ren4, Hz6, Mi6, Ni3, Ni6, alle Punkte tonisieren, kein Moxa

Die Kräuter sind in ■ Tab. 4.7 aufgeführt.

Besteht gleichzeitig ein NierenYin-Mangel, dann wären Baldrian, Hopfen, Johanniskraut und Mistel aus dieser Gruppe geeignet, kombiniert mit NierenYin-Tonika wie Wegwarte, Ackerveilchen oder Eibisch. Besteht gleichzeitig eine Entzündung der Blase, dann wären Ackerveilchen, Beinwell, Eibisch, Salbei und Taubnessel in der Rezeptur geeignet.

4.4.9 HerzFeuer

Symptome Palpitationen, Durst, Mund- und Zungengeschwüre, psychische Rastlosigkeit, Gefühl der Erregung, Impulsivität, Hitzegefühl, Schlafstörung, rotes Gesicht, dunkler Harn, evtl. Hämaturie, bitterer Mundgeschmack

Zunge Rot, geschwollen, gerötete Spitze, gelber Belag, evtl. medianer Riss bis zur Spitze

Akupunktur Hz8, Hz9 beseitigen HerzFeuer, Hz7 befriedet den Geist, Ren15 beruhigt den Geist und beseitigt Hitze, Mi6, Ni6 fördern das Yin und kühlen Feuer

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.8 aufgeführt.

Ist das Muster kombiniert mit LeberFeuer, dann wäre die Wahl von Baldrian, Hopfen, Kamille, Passionsblume, Rose oder Salbei sinnvoll sowie eine Kombination mit Löwenzahn, Enzian und Frauenmantel.

■ **Tab. 4.8** Kräuter für die Behandlung von HerzFeuer

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Ross 2010	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Borretsch	Holmes 1989	Borago officinalis	Herb.Boraginis
Hopfen	Holmes 1989; Ross 2010	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Kamille	Ploberger 2011	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Lungenkraut	Ploberger 2011	Pulmonaria officinalis	Herb.Pulmonariae
Melisse	Holmes 1989; Ploberger 2011	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Passionsblume	Ploberger 2011	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Rose	Ploberger 2011	Rosa gallica	Flos.Rosae
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Flos./Fol./Fruct.Crataegi

4.4.10 Beunruhigter HerzGeist

Oft verbunden mit HerzFeuer oder anderen Herz-Pathologien

Symptome Unruhe, Nervosität, Ängstlichkeit, Palpitationen, Schlaflosigkeit, Stottern

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 4.9 aufgeführt.

Oft ist der HerzGeist beunruhigt, weil das Herz nicht über genügend Blut verfügt, um den HerzGeist zu ankern. Hier ist es sinnvoll, zu kombinieren bzw. Kräuter aus der Gruppe auszuwählen, die auch das HerzBlut stärken, wie Baldrian, Melisse, Rosmarin, Salbei, Taubnessel oder Weißdorn. Handelt es sich eher um einen nervösen Exzess/aufsteigendes LeberYang, wäre Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse Passionsblume oder Ziest eine gute Möglichkeit. Wenn die Symptome ernster sind und sich in Richtung Manie/Paranoia entwickeln, könnte man Kräuter verwenden, die die Orifizien des Herzens befreien, wie Baldrian, Johanniskraut, Lavendel, Mistel, Passionsblume oder Rosmarin.

4.5 Pflanzenporträts

4.5.1 Melisse

Lat.: *Melissa officinalis*, engl.: lemonbalm

Verwendeter Teil: die Blätter

Rezeptierform: Fol.Melissae

Historie

Hildegard von Bingen bezeichnete die Melisse (■ Abb. 4.1) als „binsuga“ (Bienenaug): „Wer sie isst, der wird gern lachen, weil ihre Wärme die Milz angreift und das Herz dadurch freudig wird“ (nach Marzell 2002, S. 205). „Melisse macht froh und stärkt die Lebensgeister, vertreibt die dunklen Gedanken und gleicht übermäßige Schwarzgalle aus“, so beschreibt Avicenna (980–1037) mit anderen Worten das Gleiche (nach Fischer-Rizzi 2002b, S. 74). John Evelyn (1620–1706) beschreibt noch einmal die Wirkung dieser Pflanze: „Melisse ist das Beste für das Gehirn, denn sie stärkt das Gedächtnis und treibt die Melancholie mit Macht aus“ (nach Chevallier 2000, S. 111). Für Paracelsus war die Melisse ein wertvolles Lebenselixier (Fischer-Rizzi 2002b). Die Pflanze war ursprünglich im Mittelmeergebiet und im Orient beheimatet und

■ Tab. 4.9 Kräuter für die Behandlung von beunruhigtem HerzGeist

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Ross 2010; Ploberger 2011	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Basilikum	Ploberger 2011	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Eibisch	Ploberger 2011	Althea officinalis	Rad.Altheae
Eisenkraut	Ploberger 2011	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Gingko	Ploberger 2011	Gingko biloba	Fol.Gingko
Herzgespann	Ross 2010; Ploberger 2011	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hopfen	Ross 2010; Ploberger 2011	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Johanniskraut	Ploberger 2011	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Kamille	Ross 2010	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Königskerze	Ploberger 2011	Verbascum thapsiforme	Flos.Verbasci
Lavendel	Ross 2010; Ploberger 2011	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Linde	Ross 2010	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Melisse	Ross 2010; Ploberger 2011	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Ploberger 2011	Viscum album	Herb.Visci
Passionsblume	Ross 2010; Ploberger 2011	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Rose	Ploberger 2011	Rosa gallica	Flos.Rosae
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Taubnessel	Ploberger 2011	Lamium album	Herb.Lamii albi
Thuja	Ploberger 2011	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Thymian	Ross 2010	Thymus vulgaris	Herb.Thymi
Ysop	Ross 2010	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi
Weißdorn	Ploberger 2011	Crataegus monogyna	Fruct./Fol./Flos.Crataegi



■ Abb. 4.1 Melisse, Melissa officinalis

wurde von Benediktinermönchen über Italien nach Deutschland gebracht. Ätherisches Melissenöl ist eines der teuersten Öle, man benötigt 7–10 t Pflanzen, um 1 kg Essenz herzustellen (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Sehr bekannt ist inzwischen die antivirale Wirkung der Pflanze, vor allem gegen Herpesviren. Einsatzgebiete sind Herpes labialis, genitalis, Zoster. Melisse hemmt die Schilddrüsenaktivität, stabilisiert den Kreislauf, regt Leber und Galle an, hilft bei nervösen Herzbeschwerden, Wetterfühligkeit, nervösen Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Ver-

dauungsbeschwerden, Übersäuerung des Magens, Übelkeit, Blähungen, kolikartigen Schmerzen, klimakterischen Beschwerden und unregelmäßiger Menstruation. Die ätherischen Öle haben eine beruhigende Wirkung auf das zentrale Nervensystem und wirken krampflösend. So kann die Pflanze eingesetzt werden bei Depressionen, Erregungszuständen, Schlafstörungen, Albträumen, Schock, Tachykardie, Tachypnoe (insbesondere anfallsweise durch

Ängste ausgelöst), Reizbarkeit, Nervosität und Panikattacken (Fischer-Rizzi 2002b; Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 4.10 und ■ Tab. 4.11)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 4.10** Wirkqualität und Tropismus der Melisse

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Adstringierend, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Darm	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht scharf, leicht warm	Ross 2010	Uterus, Gehirn, Nerven, Perikard, Drei Erwärmer, Lunge, Niere, Blase, Chong-Mai, RenMai	Holmes 1989
Sauer, trocken, entspannend, beruhigend, stimulierend, restorierend	Holmes 1989		

■ **Tab. 4.11** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Melisse

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi (aufsteigendes LeberYang mit nervösem Exzess)	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schläfenkopfschmerz, Hitzewallungen, brennende Augen, verschwommenes Sehen, Ohrensausen, Schwindel, Reizbarkeit, Hypertonus, nervöse Herzbeschwerden, Tachykardie, Schilddrüsenüberfunktion, Depression mit Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit, Migräne	Kamille, Hopfen, Baldrian, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
HerzYin-Mangel mit nervösem Exzess	Holmes 1989	Ruhelosigkeit, Ängstlichkeit, Palpitationen, Angstattacken, Phobien, Paranoia, Stress	Baldrian, Borretsch, Hopfen, Johanniskraut, Mistel, Passionsblume, Ringelblume, Salbei, Schlüsselblume, Vogelmiere, Weißdorn

■ Tab. 4.11 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Schmerz im Nierenbereich oder Sakrum, Bauch- schmerzen und Schwel- lung, agitierte Depression	Baldrian, Birke, Borretsch, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hirtentä- schel, Hopfen, Johannis- kraut, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Rosmarin, Salbei, Ziest u. a.
Eingezwängtes Lun- genQi	Holmes 1989	Keuchen, trockener Reizhusten, Schmerzen im Thorax, Asthma, Allergien (Heuschnupfen, atopisches Ekzem)	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Johannis- kraut, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Ziest u. a.
Eingezwängtes Ma- genQi, reguliert das MagenQi, reguliert das DarmQi, MagenFeuer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schwere Verdauung mit Kolik, Blähungen, Erbre- chen, Magenulkus, Gastritis	Baldrian, Kamille, Löwen- zahn, Mädesüß, Tausend- güldenkraut
Eingezwängtes UterusQi	Holmes 1989	Reizbarkeit, Dysmenorrhoe, unregelmäßige Periode, Amenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herz- gespann, Hirtentäschel, Mutterkraut, Poleiminze, Ringelblume, Salbei, Ziest u. a.
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie	Schachtelhalm, Brennes- sel, Goldrute, Johannis- kraut, Königskerze, Rotklee, Schafgarbe, Ziest u. a.
HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Ruhelosigkeit, Agitiertheit, Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Schwindel, Palpitationen, Überfunktion des sympati- schen Nervensystems, PMS	Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Rose, Salbei, Weißdorn
Äußere Wind-Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute Erkältung, Influenza mit Fieber	Dost, Brennnessel, Ziest, Salbei, Thuja, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Lindenblüte, Mädesüß u. a.
Lungen-Schleim-Hitze	Holmes 1989	Akute Bronchitis mit reich- lich Schleimproduktion	Königskerze, Ziest, Kamille, Spitzwegerich, Odermen- nig, Holunder, Huflattich, Sonnenhut, Augentrost, Gundermann, Ackerveil- chen, Brennnessel
Leber- und NierenEs- senz-Mangel	Holmes 1989	Gedächtnisschwäche, Depression, Gehör- und Sehverlust, Neurasthenie	Wegwarte, Brennnessel, Rotklee, Weißdorn, Gingko, Löwenzahn, Salbei, Bein- well, Luzerne

■ **Tab. 4.11** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
LeberQi-Stagnation	Ploberger 2011	Spasmen, Dysmenorrhoe, Koliken, Reizbarkeit	Feldminze, Anis, Baldrian, Beifuß, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Johanniskraut, Liebstöckel, Mutterkraut, Salbei, Schafgarbe, Ziest u. a.
MilzQi-Mangel	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Müdigkeit	Anis, Baldrian, Beifuß, Engelwurz, Löwenzahn, Lu- zerne, Salbei, Schafgarbe, Vogelmiere, Weißdorn u. a.
HerzBlut-Mangel	Holmes 1989	Schlaflosigkeit, Stress	Baldrian, Rosmarin, Salbei, Taubnessel, Weißdorn
Tonisiert das Qi der reproduktiven Organe	Holmes 1989	Infertilität, Sterilität, Geburtsvorbereitung, Schmerzlinderung bei der Geburt, Geburtsstillstand	Brombeere, Schafgarbe, Frauenmantel, Salbei
Lindert Schwellung, stoppt Blutung	Holmes 1989	Nasenbluten, Hämaturie, Hämoptyse, Lymphade- nitis, Mundgeschwüre, Augenentzündungen	Schachtelhalm, Braunelle, Schafgarbe, Vogelknöte- rich, Ziest, Ringelblume, Beinwell
Antinfektiös	Holmes 1989; Ross 2010	Antiviral (Herpes, Mumps), Candidiasis, intestinale Parasiten	Enzian, große Klette, Walnuss, Löwenzahn, Salbei, Sonnenhut, Tausendgüldenkraut, Wermut, Ingwer, Spitzwegerich, Thymian
Tumore	Holmes 1989		Thuja, Walnuss, Schachtel- halm, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechts- kraut, Raute, Rotklee, Mistel, Ringelblume, Schöll- kraut, Klettenlabkraut

❗ **Mit Vorsicht in der Schwangerschaft ver-
wenden, wegen des Uterus-stimulierenden
Effektes (Holmes 1989).**

4.5.2 Baldrian

Lat.: *Valeriana officinalis*, engl.: *valerian*

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.Valerianae

Historie

In den antiken und mittelalterlichen Schriften wird der Baldrian (■ Abb. 4.2) regelmäßig erwähnt, allerdings ist nirgends von ihm als Nervenberuhigungsmittel die Rede, wozu man ihn heute einzig verwendet. Als stark riechende Pflanze war er auch für seine antidämonische Wirkung bekannt: „Baldrian, Dost und Dill und die Hex kann nicht wie sie will“ (Marzell 2002, S. 254). Weiterhin wurde er als Aphrodisiakum gebraucht und war als Mittel gegen Seuchen um Einsatz. In Pestzeiten berichteten Menschen immer wieder von „Stimmen“, die zur Ein-



■ Abb. 4.2 Baldrian, *Valeriana officinalis*

nahme von bestimmten Pflanzen rieten, um sich so vor einer Ansteckung zu schützen – so auch bezüglich des Baldrians: „Trinkt Baldrian, sonst müsst ihr alle ran“ (ebd., S. 255). Als Nervenheilmittel wurde Baldrian, nachdem er von berühmten Ärzten wie Dioskurides, Paracelsus u. a. als Allheilmittel gerühmt worden war, im Mittelalter von Fabio Colonna 1592 bekanntgemacht. Er schrieb ein ganzes Buch über diese Pflanze, nachdem er mit ihrer Hilfe

seine Epilepsie geheilt haben soll (Fischer-Rizzi 2002a; Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Durch Forschungsarbeiten wurde die schlaffördernde und blutdrucksenkende Wirkung des Baldrians belegt (Chevallier 2000). Seine Wirkung auf das zentrale Nervensystem wird dadurch vermittelt, dass er die Wirkung eines hemmenden Neurotransmitters verlängert (ebd.). Einsatzmöglichkeiten sind: mentale Überaktivität, leichte Erregbarkeit, fast alle durch Stress hervorgerufenen Störungen, Hypertonus, Zittern, Panikattacken, Palpitationen, Schwitzen, Asthma, Koliken, Reizdarm, Dysmenorrhoe, schmerzhaftes verspannte Muskulatur (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.12 und ■ Tab. 4.13)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.12 Wirkqualität und Tropismus des Baldrians

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Darm	Ross 2010
Kühl	Ross 2010	Arterielle Zirkulation, Perikard, zentrales Nervensystem	Holmes 1989
Neutral	Ploberger 2011		
Warm mit kühlendem Potential, trocken, restorierend, stimulierend, entspannend, entstauend	Holmes 1989		

Tab. 4.13 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Baldrians

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi mit nervösem Exzess	Holmes 1989	Palpitationen, Schlaflosig- keit, emotionaler Stress, neurokardiale Symptome, spastische Angina pectoris, Spannungskopfschmerz, Migräne, Schmerzen im Allgemeinen	Melisse, Kamille, Hopfen, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Beruhigt den HerzGeist, kühlt HerzHitze	Ross 2010; Ploberger 2011	Schlaflosigkeit, Überer- regbarkeit, Unruhe, Angst, Hypertonus	Melisse, Hopfen, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Eingezwängtes Lun- genQi	Holmes 1989	Keuchen, nervöser trocke- ner Reizhusten, Asthma	Melisse, Ackerveilchen, Anis, Dost, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Johannisk- kraut, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Ziest u. a.
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Agitierte Depression, Schmerzen im Nierenlager/ Sakrum	Melisse, Birke, Borretsch, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hirtentä- schel, Hopfen, Johannisk- kraut, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Rosmarin, Salbei, Ziest u. a.
Eingezwängtes Qi im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Unregelmäßige Periode, Dysmenorrhoe, Dysurie	Johanniskraut, Melisse, Schafgarbe, Thuja, Ziest
Innerer Wind, Meridiane durch Wind/Schleim verlegt	Holmes 1989; Ploberger 2011	Agitiertheit, Tremor, Krämpfe, Chorea Hunting- ton, Epilepsie, Hysterie	Raute, Hopfen, Kamille, La- vendel, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume
Herz- und NierenYin- Mangel, LeereHitze bei Yin-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hitzewallungen, Schlaflo- sigkeit, Unruhe, Reizbar- keit, Phobie, Neurose, Paranoia, leichtes Fieber mit LeereHitze, klimakteri- sche Beschwerden, PMS	Hopfen, Johanniskraut, Mistel, Salbei, Wegwarte, Ackerveilchen, Eibisch
Herzkanäle verstopft durch feuchten Schleim (Nerven- Gehirn-Schwä- che)	Holmes 1989	Konzentrationsschwäche, Kopfschmerz, Schwindel, Depression, zerebrale Durchblutungsstörungen/ Schwäche	Johanniskraut, Rosmarin, Basilikum, Rose, Weißdorn, Lavendel, Mistel, Passions- blume
HerzBlut-Mangel	Holmes 1989	Schlaflosigkeit, Gedächtnis- schwäche	Melisse, Rosmarin, Salbei, Taubnessel, Weißdorn
MilzQi-Schwäche	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Müdig- keit, Diabethes	Tausendgüldenkrout, Süßholz, Löwenzahn, Oder- mennig, Luzerne, Alant, Beifuß, Walnuss

■ Tab. 4.13 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationmöglichkeit
Beruhigt LeberYang und -Hitze	Ross 2010	Kopfschmerz, Hypertonus, rotes Gesicht, Reizbarkeit, Ärger	Hopfen, Kamille, Lö- wenzahn, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Rose, Salbei
LeberQi-Stagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Obstipation, Sehschwäche	Odermennig, Löwenzahn, Schöllkraut, Kamille, Rin- gelblume, Melisse
MagenQi-Stagnation, beruhigt des Magen, klärt MagenHitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schmerzen im Epigastrium, Dyspepsie, Appetitlosigkeit oder Heißhunger, Verdau- ungsschwäche, Gastritis, Magenulkus	Kamille, Melisse
Beruhigt das Qi im Darm	Ross 2010	Kolitis, Colitis ulcerosa	Birke, Beinwell, Pfeffer- minze, Odermennig, Salbei, Frauenmantel, Löwenzahn, Ringelblume, Taubnessel, Lavendel, Rose u. a.
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989	Nervosität, Müdigkeit	Kamille, Melisse, Eisen- kraut, Hopfen, Lavendel, Linde, Passionsblume, Ziest
Stimuliert das WeiQi	Holmes 1989	Prophylaktisch bei Epide- mien	Thymian, Raute, Schaf- garbe, Sonnenhut, Salbei, Thuja
Lindert Infektion, neut- ralisiert Gifte	Holmes 1989	Nahrungsmittel- oder Kräutervergiftungen, Insek- tenstiche, Wundheilung	Ingwer, Eisenkraut, Fenchel, Zimt, Tausend- güldenkraut
Klärt Parasiten	Holmes 1989; Ploberger 2011	Askariden	Tausendgüldenkraut, Wermut, Eisenkraut

❗ Die empfohlene Dosierung nicht überschrei-
ten, bei Einzelanwendung immer wieder
Einnahmepausen. Der Baldriangehalt in einer
Rezeptur sollte 10 % nicht überschreiten.
Leichte Abhängigkeit möglich, bei längerer
Einnahme können Symptome entstehen, die
den ursprünglichen ähneln (Holmes 1989).

4.5.3 Hopfen

Lat.: *Humulus lupulus*, engl.: hops

Verwendeter Teil: die Zapfen, die weiblichen Frucht-
stände

Rezeptierform: Strob.Lupuli

Historie

Erstmals erwähnte Plinius den Hopfen (■ Abb. 4.3) als Gartenpflanze, die Römer aßen die jungen Triebe ähnlich wie Spargel (Grieve 1980). Hopfen begann im 14. Jahrhundert die Bitterkräuter (Gundermann, Schafgarbe u. a.) bei der Herstellung von Bier abzulösen, zunächst in den Niederlanden. In England verbot noch Heinrich VIII. den Bierbrau-ern, Hopfen zu verwenden, und auch der Anbau der Pflanze war untersagt (ebd.). Im 16. Jahrhun-
dert wurde dem Parlament eine Unterschriftenliste mit folgender Aussage vorgelegt: „Der Hopfen ist ein schlechtes Kraut, welches den Geschmack des Getränkes verdirbt und die Menschen gefährdet“ (nach Grieve 1980, S. 411 f). Man hatte den Hopfen



■ Abb. 4.3 Hopfen, *Humulus lupulus*

in Verdacht, Melancholie auszulösen. Später sagte man, es wäre vor allem die anaphrodisierende Wirkung des Hopfens gewesen, die den Mönchen half, ihren Geschlechtstrieb zu unterdrücken und so seinen „Siegeszug“ bei der Bierherstellung ermöglichte (Storl 1996).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Bitterstoffe im Hopfen wirken vor allem anregend auf das Verdauungssystem, die Magen- und Darmsaftproduktion. Weitere Inhaltsstoffe wirken beruhigend und antiseptisch, was einen Einsatz bei Schlafproblemen, Reizbarkeit, Unruhe, Stress, Angstzuständen, Asthma und Menstruationsbeschwerden und klimakterischen Beschwerden (östrogenartige Wirkung) ermöglicht (Chevallier 2000; Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
■ Tab. 4.14 und ■ Tab. 4.15)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.14 Wirkqualität und Tropismus des Hopfens

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Scharf, adstringierend, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kalt	Ross 2010	Uterus	Ross 2010
Trocken, beruhigend, entspannend, restorierend, auflösend, absenkend	Holmes 1989	Urogenitalorgane, Perikard, Haut, zentrales Nervensystem	Holmes 1989
		Blase	Ploberger 2011

■ **Tab. 4.15** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Hopfens

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes Qi im Darm, klärt Hitze im Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Verdauungsschwäche bei Stress, Reizdarm, Kolitis, Kolik	Süßholz, Wermut, Stein- klee, Kamille, krauser Ampfer, Schachtelhalm
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Nervöser Reizhusten, Keuchen, Ängstlichkeit, Asthma	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Königs- kerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Raute, Rotklee, Schöllkraut, Ziest
Eingezwängtes HerzQi (aufsteigendes LeberYang)	Holmes 1989	Tinnitus, Schwindel, Pal- pitationen, Ängstlichkeit, Schmerzen auf der Brust, neurokardiale Symptome	Melisse, Baldrian, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Nervöse mentale Anspan- nung (durch Stress oder Schmerz), Agitiertheit, Schmerzen (Kopfschmerz, Neuralgie, Myalgie, Zahn- und Ohrenschmerzen)	Melisse, Baldrian, Birke, Borretsch, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hirtentäschel, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Ziest, Passionsblume, Rosmarin, Salbei u. a.
Innerer Wind mit nervösem Exzess	Holmes 1989	Nervöse Unruhe, abdo- minale Schmerzen oder Krämpfe, Tremor	Baldrian, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume
Beruhigt aufsteigen- des LeberYang und LeberHitze	Ross 2010	Kopfschmerzen mit Hitze, rotes Gesicht, Reizbarkeit, Ärger, Ruhelosigkeit	Baldrian, Kamille, Löwenzahn, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Rose, Salbei
LeberQi-Stagnation im mittleren Erwärmer	Ploberger 2011		Alant, Anis, Baldrian, Eisenkraut, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Raute
Eingezwängtes UterusQi	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Amenor- rhoe, Östrogenmangel, PMS, unzureichende Laktation	Beifuß, Eisenkraut, Herz- gespann, Hirtentäschel, Johanniskraut, Kamille, Melisse, Mutterkraut, Polei- minze, Raute, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Ziest u. a.
Beruhigt den HerzGeist, klärt HerzHitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Ruhelosigkeit, Schlaflosig- keit, Schwindel, Palpitatio- nen, Hitzewallungen in der Menopause	Baldrian, Melisse, Kamille, Passionsblume, Rose, Salbei, Weißdorn
Herz- und NierenYin- Mangel mit NierenFeuer, HerzFeuer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hitzewallungen, Schlaflo- sigkeit, sexuelle Über- stimulation, Priapismus, vorzeitiger Samenerguss, exzessives Träumen, rezidi- vierendes niedriges Fieber, genitaler Ausfluss	Borretsch, Baldrian, Passionsblume, Weißdorn

■ Tab. 4.15 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Stagnation des Magen- und GallenblasenQi, tonisiert und beruhigt das MagenQi, klärt MagenFeuer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Müdig- keit, epigastrisches Völlegefühl und Schmerz, Aufstoßen, Anorexie, Anä- mie, chronische Gastritis	Enzian, Eibisch, Löwen- zahn, Tausendgüldenkraut
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Trockene Ekzeme, Kopf- schmerz, Dysurie, Gicht, Rheuma, Nierensteine, Zystitis	Brennnessel, Quecke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Feuchte Hitze in der Haut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Rote, nässende Ekzeme, Dermatitis, Herpes, Lymphadenitis, Akne, Haut- tumoren (inkl. maligne)	Ackerveilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee, krauser Ampfer, Löwenzahn
Antiinfektiös	Holmes 1989; Ramakers 2003	TBC, venerische Infektionen, HIV	Melisse, Johanniskraut, Enzian, große Klette, Walnuss, Wermut, Spitzwegerich, Thymian

❗ Da Hopfen eine leicht depressive Wirkung hat, sollte er nicht bei Patienten mit Depression eingesetzt werden (oder kombiniert mit Phenobarbital). Auch sollte man es nicht länger und wegen der nach unten gerichteten Wirkung während einer Schwangerschaft nur mit Vorsicht und in Kombinationen einsetzen (Holmes 1989).

4.5.4 Rose

Lat.: *Rosa gallica*, *Rosa canina*, engl.: rose

Verwendeter Teil: die Blüten, die Früchte (Hagebutten)

Rezeptierform: *Flos.Rosae*, *Fruct,cum Sem.Cynosbati*

Historie

Die Dichterin Sappho (6. Jh. v. Chr.) bezeichnete die Rose (■ Abb. 4.4) als die Königin der Blumen (Rätsch 1998). Bei den Ägyptern galt sie als Allheilmittel (ebd.). Als Blume der Venus ist sie dem Herzen zugeordnet und wirkt auf das Energiezentrum des Herzens, löst seelische Schmerzen, Traurigkeit und öffnet das Herz für Liebe und Mitgefühl (Fischer-Rizzi 2002b). Wann immer die Emotionen großen Schwankungen unterworfen sind (Schwangerschaft,



■ Abb. 4.4 Rose, *Rosa gallica*

Geburt, Tod), wenn man durch seelische Ausnahmzeiten geht, hilft die Essenz der Rose, mit offenem Herzen den Herausforderungen zu begegnen (ebd.). Glücklicherweise erlebt die Rose, die im Mittelalter noch als starkes Heilmittel galt, aus der modernen Phytotherapie aber fast verschwunden ist, durch die Aromatherapie eine erfolgreiche Renaissance (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Rosenöl bzw. Blütenblätter wirken sanft, beruhigend, antidepressiv und entzündungshemmend.

Weiterhin senken sie den Cholesterinspiegel (Chevallier 2000). Einsatzmöglichkeiten sind: Kopfschmerz, Gürtelrose, nervöse Herzbeschwerden, Hormonregulation bei Frauen und Männern (Impotenz, Infertilität), Dysmenorrhoe, Bindehautentzündung, Sonnenbrand, Gallenblasenentzündung, Leberstau (Fischer-Rizzi 2002b). Holmes beschreibt die Bedeutung für den Einsatz von Rosenöl:

» Wir brauchen heutzutage den zutiefst nährenden, das Gefühl der Liebe fördernden Duft der Rose für emotionale Probleme genauso sehr, wie man im Mittelalter seine desinfizierende Wirkung aus hygienischen Gründen benötigte. (Holmes 1989, Vol 1, S. 326)

Die Früchte der Rose, die Hagebutten (Abb. 4.5), haben eine andere Indikation: Sie haben einen sehr hohen Vitamingehalt, werden eingesetzt bei Erkältungskrankheiten, Fieber, zur Tonisierung des Immunsystems, Durchfall, Magenentzündung und zur leichten Durchspülungstherapie bei Nieren- und Blasenleiden (Chevallier 2000; Pahlow 2006). Sie haben eine nachgewiesene Wirkung



Abb. 4.5 Hagebutte, Rosa canina, Fructus

auf die Nebennieren und die Produktion wichtiger Hormone. Zudem fördern sie die Lebenskraft (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(Tab. 4.16 und Tab. 4.17)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 4.16 Wirkqualität und Tropismus der Rose/Hagebutte

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht adstringierend, süß, kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herz, Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Trocken, feucht, beruhigend, stabilisierend, restorierend, bewegend, absenkend	Holmes 1989	Reproduktive Organe, Darm, Leber, Gallenblase, Blut, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

Tab. 4.17 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Rose/Hagebutte

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das UterusQi, UterusQi-Stagnation, tonisiert die Essenz bei Frauen (Hagebutte)	Holmes 1989; Ramakers 2003	Dysmenorrhoe, unregelmäßige Menstruation, PMS bei Progesteronmangel (niedriges Selbstwertgefühl, Rückzug, Depression), Infertilität (bei beiden Geschlechtern), Impotenz, Libidomangel	Beifuß, Himbeerblätter, Salbei

■ **Tab. 4.17** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
BlutHitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Spontane Blutungen, Ekzeme, Fieber, Metror- rhagie	Spitzwegerich, Ringel- blume, Ackerveilchen, Linde, Taubnessel, Lungenkraut (stoppt Blutung), Thuja
LeberFeuer	Holmes 1989	Reizbarkeit, Nasenbluten, Obstipation	Baldrian, Enzian, Frauen- mantel, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Mutterkraut, Passions- blume, Poleiminze, Salbei
Aufsteigendes LeberYang	Ploberger 2011		Baldrian, Braunelle, Eisenkraut, Herzge- spann, Hopfen, Ingwer, Kamille, Lavendel, Linde, Löwenzahn, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Pfeffer- minze, Poleiminze, Raute, Rosmarin, Salbei, Schaf- garbe, Schlüsselblume, Steinklee, Ziest
HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist	Ploberger 2011	Insomnia, Angstzustände, Enuresis	Hopfen, Baldrian, Melisse, Kamille, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Schleim verlegt die Herzkanäle	Ploberger 2011	Verwirrung, Anspannung, Depression	Baldrian, Johanniskraut, Rosmarin, Basilikum, Weißdorn, Lavendel, Mistel, Passionsblume
MagenHitze, Magen- Feuer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Mundgeschwüre, Heiß- hunger, Durst, gastrische Hyperaktivität	Baldrian, Eibisch, Enzian, Hopfen, Kamille, Löwen- zahn, Mädesüß, Melisse, Pestwurz, Ringelblume, Süßholz, Tausendgülden- kraut
UterusBlut-Stase	Holmes 1989	Menorrhagie, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit bei Hitzezu- ständen, Leukorrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja
Leber- und GallenblasenQi- Stagnation	Holmes 1989	Depression, Launenhaf- tigkeit, Schmerzen im mittleren Rücken und in den Flanken, Obstipation, Verdauungsschwäche	Feldminze, Alant, Po- meranzenschale, Birke, Hopfen, Kamille, Lavendel, Löwenzahn, Pfefferminze, Schafgarbe, Tausendgül- denkraut

■ Tab. 4.17 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
GallenblasenHitze	Holmes 1989	Übelkeit, Kopfschmerz, Sodbrennen, Erbrechen, Schmerz im rechten Hypochondrium, Reiz- barkeit, Cholezystitis, Cholangitis, Depression	Enzian, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Schöllkraut, Wegwarte, Wermut
FeuerToxin	Holmes 1989	Konjunktivitis, Peridonti- tis, atopische Dermatitis, Mastitis, akute Bronchitis, Abszesse, Karbunkel, Her- pes, Gürtelrose	Königskerze, Kletten- labkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Schmerzhafte Durchfälle, chronische Diarrhoe, Enteritis, Dysenterie	Schachtelhalm, Gold- rute, Quecke, Steinklee, Taubnessel, Spitzwegerich, Enzian, Frauenmantel, Eibisch, krauser Ampfer, Birke, Walnuss, Hirten- täschel, Ruprechtskraut, Löwenzahn, Himbeer- blätter, Odermennig u. a.
Fördert die Gewebe- regeneration	Holmes 1989	Ulzerationen, entzündete schlecht heilende Wunden	Schachtelhalm, Beinwell, Rotklee, Salomonsiegel, Johanniskraut, große Klette, Schafgarbe, Ringel- blume, Braunelle

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Mei Gui Hua, *Rosa rugosa* Wirkung: bewegt und reguliert das Qi, reguliert das Blut, harmonisiert und stützt den Funktionskreis Leber

Jin Ying Zi, *Rosa laevigata* u. a. Wirkung: stützt das Yang, stützt die Essenz, halt den Urin zurück, adstringierend, sammelnd

4.5.5 Ziest/Betonie

Lat.: *Betonica officinalis/Stachys betonicae*, engl.: betony

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Betonicae

Historie

Der Ziest (■ Abb. 4.6) hatte im Altertum ein hohes Ansehen als Heilpflanze. Er wurde als Allheilmittel bezeichnet. Einem Kranken, „von dem man nicht wusste, was ihm fehlte, gab man stets die Betonie“ (Plinius, zit. nach Hiller u. Melzig 2006). Der Leibarzt des Kaisers Augustus schrieb eine Liste mit 47 Krankheiten, die man mit Ziest heilen konnte (Grieve 1980). Im Mittelalter galt die Betonie als Universalmittel, und man behandelte mit der Pflanze „Liebeszauber“, Gebärmutterblutungen, Fallsucht und Wahnsinn (Beckmann u. Beckmann 2002). Bei den Heilkundigen des Mittelalters fand die Pflanze rege Verwendung: „Sie tut dem Menschen immer gut, ganz gleich, ob sie für die Seele oder den Körper des Menschen gedacht ist“ (Wood 2012). Wood beschreibt die Signatur der Pflanze der Pflanze mit den Worten:



■ Abb. 4.6 Ziest, *Betonica officinalis*

- » Die Betonie ist ein Mittel, das dabei hilft, Verwurzelung, Verbundenheit, Erdung und Bodenständigkeit bei sich zu etablieren. Sie ist eine Pflanze für Menschen, die von der Erde und ihrem Körper abgeschnitten sind. (Wood 2012, S. 228)

Dabei bringt er diesen Zustand mit einer Schwäche des Plexus solaris in Verbindung, die dazu führt, dass der Patient unfähig ist, „wirklich im Körper und wirklich präsent zu sein“ (ebd., S. 233). Schon Shakespeare schrieb der Pflanze eine das Gedächtnis fördernde Wirkung zu (Wood 2012).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Ziest wird eingesetzt bei Kopf- und Gesichtsschmerzen, nervlicher Anspannung, Stress und Hyperaktivität, sie hilft bei „verschlissenen Nervenkostüm“, PMS, schlechtem Gedächtnis, Sinusitis, Nasenbluten, als Verdauungstonikum und insgesamt zur Stärkung des Körpers (Chevallier 2000). Pahlow betont, wie wertvoll der Einsatz des Ziest in der Heilkunde sei, auch wenn ihn die Schulmedizin nicht nutzt (Pahlow 2006). Wood erwähnt als Folgen, die eine mangelnde Erdung für Menschen haben kann, starke Depressionen und Angstzustände sowie „Verzerrungen des Denkens, die hervorgerufen werden durch schwache Instinkte und psychische Entgleisungen“. Hier eignet sich der Ziest hervorragend, um die Patienten zu stärken und zu erden und ihnen zu ermöglichen, mit ihren realen Gefühlen fertigzuwerden (Wood 2012, S. 240 f).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.18 und ■ Tab. 4.19)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.18 Wirkqualität und Tropismus des Ziest

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter und adstringierend, kühl, trocken, entspannend, restorierend, stimulierend, beruhigend, auflösend	Holmes 1989	Herz, Gehirn, Nerven, Lunge, Leber, Blase, Uterus	Holmes 1989

Tab. 4.19 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Ziest

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi bei aufsteigendem LeberYang	Holmes 1989	Palpitationen, Schwindel, Kopfschmerzen, Hyper- tonus, Spannungskopf- schmerz, Migräne	Hopfen, Melisse, Bald- rian, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Mental/nervöse Anspan- nung, Unruhe, Schmerzen (Neuralgie, Neuritis, v. a. Gesichtsschmerz, Trigemi- nusneuralgie)	Hopfen, Melisse, Baldrian, Birke, Borretsch, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hirtentäschel, Salbei, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Rosmarin, Passionsblume u. a.
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Keuchen, „wundes“ Gefühl und Spannen im Thorax, Asthma	Hopfen, Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Königskerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Raute, Rotklee, Schöllkraut
Lungen-Schleim-Feuch- tigkeit/Hitze	Holmes 1989	Akute/chronische Bronchi- tis mit Schleim	Königskerze, Melisse, Kamille, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Huflattich, Sonnenhut, Augentrost, Thymian, Gundermann, Goldrute, Ackerveilchen, Alant, Brennnessel, Dost, Thuja, Ysop
Eingezwängtes UterusQi mit Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, verzögerte Periodenblutung, schwere, schmerzhafte Geburt, Geburtsstillstand	Beifuß, Herzgespann, Hir- tentäschel, Ingwer, Raute, Ringelblume, Poleiminze, Rose, Schafgarbe, Thuja
Eingezwängtes BlasenQi	Holmes 1989	Dysurie	Schachtelhalm, Brennes- sel, Goldrute, Johannis- kraut, Klettenlabkraut, Königskerze, Löwenzahn, Melisse, Petersilie, Quecke, Rotklee, Schafgarbe, Thuja
LeberQi-Stagnation	Holmes 1989	Schmerzen in den Flanken und im Epigastrium, Ödeme, Obstipation, Leberstau, Ikterus	Feldminze, Beifuß, Pome- ranchenschale, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Frauen- mantel, Goldrute, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, La- vendel, Löwenzahn, Raute, Odermennig, Wermut, Schöllkraut u. a.
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Appetitlosigkeit, Gicht, Rheuma	Hopfen, Brennnessel, Que- cke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel

■ **Tab. 4.19** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Nerven- und Gehirnschwäche, Schwäche der NierenEssenz	Holmes 1989	Chronische Schwäche, mentale Eintrübung, Depression, Neurasthenie wegen chronischem Stress oder Krankheit, Paralyse, Parästhesie	Johanniskraut, Salbei, Eisenkraut, Gingko, Schlüsselblume, Mistel, Lavendel, Melisse
Stoppt Blutung und Ausfluss	Holmes 1989	Hämorrhagie, Leukorrhoe, Diarrhoe, verstärktes Schwitzen	Johanniskraut, Hirtentäschel, Mutterkraut, Schafgarbe, Brennnessel, Taubnessel, Schachtelhalm, Himbeerblätter, Ringelblume, Vogelknöterich, Herzgespann, Schafgarbe, Frauenmantel
Lindert Infektion, klärt Parasiten	Holmes 1989	Mund-Zahnfleisch-Halsinfekte, chronische Wunden und Ulzerationen (offene Beine), intestinale Parasiten	Johanniskraut, Zimt, Ingwer, Thymian, Eisenkraut, Fenchel, Tausendgüldenkraut, Wermut, Baldrian

❗ **Als uterines Stimulanz in der Schwangerschaft verboten (Holmes 1989).**

4.5.6 Weißdorn

Lat.: *Crataegus monogyna*, engl.: hawthorn

Verwendeter Teil: die Beeren, Blüten und Blätter

Rezeptierform: Fruct./Fol./Flos.Crataegi

Historie

Der Name „Crataegus“ wird abgeleitet vom griechischen *krataios*, was fest und stark bedeutet (Hiller u. Melzig 2006). Ramakers sagte: „Weißdornholz schmilzt Eisen“ (Ramakers 2003). Der große Zauberer Merlin soll von Nimue, nachdem sie ihm all seine Zauberkünste entlockt hatte, unter einem Weißdornbusch gebannt worden sein (Fischer-Rizzi 1986). Die „Hagedornhecke“ (Weißdorn) umgab zu früheren Zeiten die Gehöfte der Menschen und galt mit ihren Dornen als Schutz gegen Eindringlinge aller Art (Storl 2001). Bei vielen indoeuropäischen Völkern gibt es „Schutzrituale“ rund um die Pflanze, so wurden z. B. bei den Slawen

die „Leichen von Wiedergängern“ mit Weißdornpfählen durchbohrt. Das Holz galt als wirksamer Schutz gegen blutsaugende Vampire (ebd.). Die Blüten strömen einen Duft aus, den nicht jeder als angenehm empfindet. So schrieb der englische Kräuterarzt John Gerard: „So roch der Wind, der von London her wehte, als dort die Pest wütete“ (nach Storl 2001). Der Weißdorn galt als der heiligste Baum der Kelten. Der Legende nach kam Joseph von Arimathia nach langer Irrfahrt mit dem Abendmahlkelch, dem von König Artus und seinen Rittern gehüteten heiligen Gral, nach England und steckte seinen Wanderstab aus Weißdornholz in die Erde. Dieser Weißdornbusch steht heute noch in Glastonbury, wo sich das Grab von König Artus und der heilige Gral befinden soll. In der Legende verbindet sich die christliche mit der keltischen Spiritualität (Storl 2001). Mitte des 19. Jahrhunderts wurde von dem irischen Arzt Green erstmals die Heilwirkung des Weißdorns (■ Abb. 4.7) auf das Herz entdeckt. Danach pilgerten Herzpatienten zu seiner Praxis, wie zu einem Wallfahrtsort (ebd.). Im Mittelalter galt der Weißdorn als Symbol der Hoffnung (Chevallier 2000).



■ Abb. 4.7 Weißdorn, *Crataegus monogyna*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben unterscheidet nicht in der Anwendung von Blüten, Blättern oder Beeren (Treben 1987). So kommen Mischungen zum Einsatz bei: Angstgefühlen, Appetitlosigkeit, Durchblutungsstörungen, Fettsucht, Gedächtnislücken, Kopfschmerzen, Ohrensausen, Schlafstörungen, Schwindel, Übelkeit, Angina pectoris, Arterienverkalkung, Herz-

beschwerden und Herzklopfen (ebd.). Die positive Wirkung des Weißdorns auf das Herz wurde inzwischen durch Studien bestätigt. Allerdings kann es Monate dauern, bis sich die Wirkung bei Angina pectoris und anderen Herzerkrankungen, etwa Stauungsinsuffizienz und unregelmäßigem Herzschlag, bemerkbar macht, denn „Weißdorn wirkt nur in Harmonie mit den körpereigenen physiologischen Prozessen“ (Chevallier 2000, S. 86). Weitere Einsatzgebiete sind: Blutdruckregulation (sowohl Hypo- als auch Hypertonie), Nieren- und Blasensteine und nachlassendes Gedächtnis (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.20 und ■ Tab. 4.21)

Ross (2010) und Holmes (1989) unterscheiden nicht direkt in der Anwendung von Beeren, Blättern oder Blüten. Ploberger (2011) widmet den Beeren ein eigenes Kapitel. Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.20 Wirkqualität und Tropismus des Weißdorns

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011*	Herz	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011*
Sauer	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011*	Leber, Milz, Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011*
Leicht bitter, leicht warm	Ross 2010; Ploberger 2011*	Lunge	Ploberger 2011*
Neutral	Holmes 1989; Ploberger 2011	Perikard, Blutkreislauf, Blut, Darm, Nerven, YinWeiMai	Holmes 1989
Kühl	Ploberger 2011	Niere	Ploberger 2011
Trocken, nährend, restaurierend, beruhigend, erweichend, auflösend	Holmes 1989		

* Indikationen, die Ploberger für die Weißdornbeeren gibt.

Tab. 4.21 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Weißdorns

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Tonisiert das HerzQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011*	Müdigkeit, anstrengendes Atmen, Palpitationen, Druck auf der Brust, Schlafprobleme, kardiale Insuffizienz, Durchblutungsstörungen, Depression, Bradykardie, Herzschwäche mit Erschöpfung	Alant, Anis, Baldrian, Braunwurz, Gänsefingerkraut, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, Ringelblume, Rosmarin, Salomonsiegel, Schafgarbe, Süßholz, Thuja, Thymian
Stabilisiert, beruhigt und stärkt den HerzGeist	Ross 2010; Ploberger 2011	Arrhythmie, Palpitationen, Schwankungen in der Leistungsfähigkeit und Temperaturtoleranz, emotionale Labilität, bipolare Erkrankungen, ADHS bei Kindern und Teenagern, Trauma, Schock	Baldrian, Eisenkraut, Gingko, Hopfen, Herzgespann, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Linde, Passionsblume, Rose, Salbei, Taubnessel
Klärt Herzschleim	Ross 2010	Hypertonus und Atherosklerose, Myokardprävention	Baldrian, Ingwer, Lavendel, Rosmarin, Zimt, Mistel, Schafgarbe, Schöllkraut
Schleim verlegt die Herzkanäle	Ploberger 2011	Agitiertheit, Gedächtnislücken	Baldrian, Basilikum, Ingwer, Johanniskraut, Lavendel, Mistel, Passionsblume, Rose, Rosmarin, Schafgarbe, Zimt
HerzFeuer	Ploberger 2011	Agitiertheit, Panikattacken, Enuresis	Baldrian, Borretsch, Hopfen, Kamille, Lavendel, Lungenkraut, Melisse, Passionsblume, Rose, Salbei, Steinklee
Bewegt das HerzBlut	Holmes 1989; Ross 2010	Schmerzen in der Brust in den linken Arm ausstrahlend, Kurzatmigkeit, Lippen- und Gesichtszyanose, koronare Herzkrankung, periphere Durchblutungsstörungen, Herzmuskelschwäche (nach Infarkt, Infektionskrankheit, Myokarditis, Myo-Endo-Perikarditis)	Engelwurz, Gingko, Herzgespann, Lavendel, Schafgarbe, Schöllkraut, Zimt
Tonisiert das HerzBlut und MilzQi	Ploberger 2011*		Baldrian, Melisse, Rosmarin, Salbei, Taubnessel

* Indikationen, die Ploberger für die Weißdornbeeren gibt.

■ Tab. 4.21 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
HerzYin-Mangel mit Exzess, tonisiert das NierenYin	Holmes 1989; Ploberger 2011*	Palpitationen, Schlaflo- sigkeit, Ängstlichkeit, kli- makterische Beschwerden (Hitzewallungen, Unruhe), Diabetes bei Kindern	Baldrian, Hopfen, Johan- niskraut, Mistel, Wegwarte, Eibisch, Ackerveilchen
Innerer Wind bei NierenYin-Mangel	Ploberger 2011	Tremor, Spasmen	Raute, Königskerze (mild), Salbei, Hopfen, Baldrian, Mistel
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989	Palpitationen, Kopf- schmerz, Unruhe, Hypo- Hypertonus, Tachykardie, Arrhythmie, Spasmen der Koronararterien, neurokar- diale Symptome	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Engelwurz (Kälte), Herzgespann, Hopfen, Ingwer, Lavendel, Linde, Melisse, Mistel, Rosmarin, Schafgarbe, Schlüssel- blume, Schöllkraut, Stein- klee, Thuja, Ziest
Herz-Flüssigkeitsan- drang	Holmes 1989	Müdigkeit, Übelkeit, Erbrechen, allgemeine Muskelschwäche, kardiale Ödeme, Atherosklerose, Thrombose	Baldrian, Ingwer, Rosmarin, Zimt
Nahrungsstagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011*	Verdauungsschwäche, schlechte Eiweiß- und Fettverdauung, Sodbren- nen, Blähungen, Diarrhoe, Mangel an Verdauungsen- zymen	Fenchel, Anis, Melisse, Löwenzahn, Vogelmiere
Blutstase im Uterus, v. a. postpartum	Ploberger 2011*	Schmerzen postpartum, Dysmenorrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hir- tentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringel- blume, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja

* Indikationen, die Ploberger für die Weißdornbeeren gibt.

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Shan Zha, Crataegus pinnatifida u. a. Wirkung: zer-
streut Stauung, harmonisiert und stützt die mitt-
leren Funktionskreise, löst Blutstase, reguliert das
Blut, löst Zusammenballungen, adstringierend

4.5.7 Lavendel

Lat.: *Lavandula officinalis*, engl.: lavender

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: *Flos.Lavandulae*

Historie

Hildegard von Bingen empfahl den Lavendel
(■ Abb. 4.8), dessen Essenz aus mehr als 60 ver-
schiedenen Substanzen besteht, „zur Förderung des



■ **Abb. 4.8** Lavendel, *Lavandula officinalis*

reinen Charakters“. Der Duft ist rein und vermittelt ein Gefühl von Freiheit. Im Altertum wurde Lavendel zum Reinigen der Krankenzimmer verbrannt (Fischer-Rizzi 2002b). Motten und allerlei anderes

Ungeziefer mögen den Duft nicht, und so wurde er vom Hexenverfolger Bodin (1591) zu den Kräutern des „teuflischen Muckengottes“ gezählt (Beckmann u. Beckmann 2002). Parkinson (1640) schreibt dem Lavendel reinigende Wirkung für jede Form von Kummer und Schmerz des Kopfes und Gehirns zu (Grieve 1980).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Lavendelöl wird seit vielen Jahrzehnten in der Forschung untersucht (Chevallier 2000). Es ist das einzige ätherische Öl, das man direkt auf die Haut auftragen kann. Wegen seiner vielfältigen Wirkungen ist es in der Aromatherapie besonders wertvoll. Anwendungsmöglichkeiten: Nervosität, Neurasthenie, Stress, Reizbarkeit, Schlafstörungen, Engegefühl in der Brust, Ärger, Stimmungsschwankungen, Melancholie, Depression, Verbrennungen, Insektenstiche, Ekzeme, Dermatitis, Furunkel, Abszesse, Herpes, Nervenentzündung, Ischialgie, Candidiasis, Fußpilz, Grippe, Erkältung, Bronchitis, Asthma, Hypertonie, Gallenbeschwerden, nervöse Herzbeschwerden, Wachstumsstörungen bei Kindern (Fischer-Rizzi 2002b).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.22 und ■ Tab. 4.23)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 4.22** Wirkqualität und Tropismus des Lavendels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Darm	Ross 2010
Wärmend	Holmes 1989; Ross 2010	Gehirn, Nerven, Perikard, Lunge, Gallenblase, Uterus, Niere, Blase, Haut, Milz, ChongMai, RenMai	Holmes 1989
Aromatisch, trocken, beruhigend, entspannend, absenkend, stimulierend, verteilend, restorierend, adstringierend	Holmes 1989		

Tab. 4.23 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Lavendels

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi mit Exzess	Holmes 1989	Emotionale/mentale Unruhe, Ängstlichkeit, Palpitationen, Schlaflosigkeit, neurokardiale Symptome, Hypertonus, Migräne	Melisse, Kamille, Hopfen, Baldrian, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Trockener nervöser Reizhusten, Keuchen, obsessives (zwanghaftes) Denken, Asthma, Keuchhusten, Bronchitis	Melisse, Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Johanniskraut, Kamille, Passionsblume, Ziest u. a.
Eingezwängtes DarmQi, beruhigt das Qi des Darms	Holmes 1989; Ross 2010	Bauchschmerzen, Blähungen, verschlimmert durch Emotionen, Kolik, Reizdarm	Melisse, Baldrian, Kamille, Löwenzahn, Odermennig, Ringelblume, Taubnessel, Ruprechtskraut, Pomeranzenschale, Steinklee, Walnuss u. a.
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Agitierte Depression, Schmerzen im unteren Rücken, Bauchkrämpfe, Übelkeit, Erbrechen	Baldrian, Melisse, Birke, Borretsch, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hirtentäschel, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Passionsblume, Ziest, Rosmarin, Salbei u. a.
Aufsteigendes Yang mit HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist	Holmes 1989; Ross 2010	Ruhelosigkeit, Agitiertheit, Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Schwindel, Palpitationen, Schmerz, Tachykardie, Überstimulation des sympathischen Nervensystems, emotionale Labilität	Baldrian, Melisse, Hopfen, Kamille, Passionsblume, Rose, Salbei, Weißdorn
Leber- und GallenblasenQi-Stagnation	Holmes 1989	Schmerzhafte geschwollene rechte Flanke, Übelkeit, Verstopfung, Reizbarkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Leberstau	Feldminze, Alant, Pomeranzenschale, Birke, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Pfefferminze, Rose, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut
Beruhigt aufsteigendes LeberYang und Leber-Wind	Ross 2010	Kopfschmerz mit nervöser Anspannung, Drehschwindel	Baldrian, Hopfen, Kamille, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Salbei, Schlüsselblume
Äußere Wind/Hitze	Holmes 1989	Schmerzen, Fieber, Kopfschmerz, Unruhe, Reizbarkeit, Halsweh, Erkältung, Grippe	Dost, Mutterkraut, Brennnessel, Ziest, Salbei, Holunder, Linde, Thymian, Schafgarbe, Mädesüß, Pestwurz Spitzwegerich, Gundermann u. a.

■ **Tab. 4.23** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze im Kopf	Holmes 1989	Wässriger Schnupfen, schmerzende, gestaute Nasennebenhöhlen	Goldrute, Holunder, Spitzwegerich
Lunge-Wind-Hitze	Holmes 1989	Husten, Masern, Windpocken	Johanniskraut, Dost, Mutterkraut, Huflattich, Raute, Königskecke, Ziest, Alant, Fenchel, Thuja, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Mädesüß, Spitzwegerich, Gundermann, Pestwurz u. a.
HerzYang-Mangel	Holmes 1989	Kurzatmigkeit, Palpitationen, Lippen- und Zungenzyanose, kalte Extremitäten, Durchblutungsstörungen, Hypothermie	Baldrian, Ingwer, Rosmarin, Zimt
Bi-Syndrom durch Wind/ Feuchtigkeit/Kälte	Holmes 1989	Myalgie, Neuralgie, Gelenkschmerzen	Mädesüß, Alant, Schlüsselblume, Eisenkraut, Mutterkraut, Pestwurz, Engelwurz, Dost, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Mistel, Schöllkraut, Ingwer
Feuchtigkeit im Darm (in der Milz)	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Spannungsgefühl im Bauch, Diarrhoe, Enteritis, Kolitis	Engelwurz, Thymian, Anis, Raute, Gundermann, Rosmarin
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Lumbalgie, Leukorrhoe, Infertilität, Inkontinenz, häufiges Wasserlassen	Engelwurz, Thuja, Thymian, Schachtelhalm, Alant, Fenchel, Schafgarbe, Rosmarin, Liebstöckel, Taubnessel, Salbei
Unterstützt den Uterus, harmonisiert die Geburt, leitet die Nachgeburt aus	Holmes 1989	Prophylaktisch zur Geburtsvorbereitung im letzten Trimenon, zur Unterstützung bei der Geburt, schwere schmerzhaftige Geburt, Plazentaretention	Liebstöckel, Mistel, Herzgespann, Beifuß, Eisenkraut, Frauenmantel, Hirtentäschel, Ziest
Schwäche von Gehirn und Nerven (Essenzschwäche), Schleim verlegt die Herzkanäle	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwäche, Depression, Schwindel, Konzentrationsschwierigkeiten, Neurasthenie, Sympathikus- oder Parasympathikusüberfunktion	Schwäche: Melisse, Wegwarte, Brennnessel, Rotklee, Weißdorn, Ginkgo, Salbei, Beinwell, Luzerne, Ziest, Johanniskraut, Schlüsselblume, Mistel Schleim: Baldrian, Johanniskraut, Rosmarin, Basilikum, Rose, Weißdorn, Mistel, Passionsblume

■ Tab. 4.23 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lindert Verbrennung, Infektion und Entzündung	Holmes 1989	Bronchitis, Vaginitis, Gonorrhoe, TBC, Cystitis, Urethritis, Konjunktivitis, Otitis media, Gastroenteritis	Vogelmiere, Beinwell, Sonnenhut, Goldrute, Frauenmantel, Ringelblume, Eibisch, Mädesüß, Königskerze, Brennnessel, Spitzwegerich, Rotklee, Johanniskraut, Taubnessel, Schafgarbe
Stimuliert das WeiQi, treibt Parasiten aus	Holmes 1989	Intestinale und Haut-Parasiten, Antidot gegen Gifte (inkl. Schwarze Witwe)	Baldrian, Eisenkraut, Wermut, Tausendgüldenkraut, Schafgarbe, Salbei, Thuja, Sonnenhut
Hauterkrankungen	Holmes 1989	Psoriasis, Akne, Urtikaria	Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Rotklee, Ackerveilchen, Kamille, Ringelblume, Vogelknöterich, Braunwurz, Spitzwegerich, Walnuss, krauser Ampfer, Löwenzahn

! Wegen der Wirkung als uterines Stimulans sollte man Lavendel in der Schwangerschaft vorsichtig einsetzen (Holmes 1989).

4.5.8 Weiße Taubnessel

Lat.: *Lamium album*, engl.: white deadnettle

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Lamii albi

Historie

Die Taubnessel (■ Abb. 4.9) wird als eine der Pflanzen erwähnt, die im Mittelalter gegen das „Antoniusfeuer“ eingesetzt wurden (Müller-Ebeling et al. 1999). Der heilige Antonius lebte im 3./4. Jahrhundert in Ägypten. Er hatte sich von seiner wohlhabenden Lebensweise und jeglichen weltlichen, körperlichen Genüssen abgewandt. Im Einsiedlertum litt er unter schrecklichen Visionen. Das Antoniusfeuer war eine im Mittelalter epidemische Krankheit, verursacht durch Ergotamin aus dem Mutterkornpilz, die ähnlich schreckliche Visionen wie die des Antonius und das Absterben von Gliedmaßen sowie Durchblutungsstörungen hervorrief (Müller-



■ Abb. 4.9 Taubnessel, *Lamium album*

Ebeling et al. 1999). Gerard (1597) beschrieb die Wirkung der Taubnessel folgendermaßen: „Diese Pflanze erfreut das Herz, gibt dem Gesicht gute Farbe und erfrischt die Lebensgeister“ (nach Chevallier 2000). Auch Hildegard von Bingen sah in der Pflanze eine „Fröhlichkeit spendende Wirkung, durch Stärkung der Milz und des Herzens durch ihre Wärme“ (nach Holmes 1989).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt die Taubnessel zur Blutreinigung, bei Hautausschlag, Krampfadern, Menstruationsbeschwerden, Schlafstörungen, Verdau-

ungsbeschwerden, Blasenkatarrh, Frauenleiden, Geschwür, Harnverhalt, Herzwassersucht, Nierenentzündung, Skrophulose und Unterleibserkrankungen (Treben 1987). Erfahrungsgemäß behandelt man auch den Weißfluss junger Mädchen sowie unregelmäßige und schmerzhafte Periode mit der Taubnessel (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.24 und ■ Tab. 4.25)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.24 Wirkqualität und Tropismus der Taubnessel

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht adstringierend, scharf, kühl, feucht mit sekundär trocknendem Effekt, restorierend, entstauend	Holmes 1989	Herz, Blase	Holmes 1989, Ploberger 2011
Leicht bitter, süß, leicht warm	Ploberger 2011	Milz, Magen	Ploberger 2011
		Uterus, Urogenitalorgane, Darm, Niere, Lunge, ChongMai, RenMai	Holmes 1989

■ Tab. 4.25 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Taubnessel

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
UterusQi-Mangel	Holmes 1989	Unregelmäßige Zyklen, Dysmenorrhoe	Beifuß, Brennnessel, Himbeerblätter, Petersilie, Salbei, Rose
Uterus-Blut-Mangel	Holmes 1989	Amenorrhoe, Östrogen- und Progesteronmangel, PMS (Verwirrung, Selbstzweifel, trockene Haut, geschwollene Brüste)	Beifuß, Brennnessel, Himbeerblätter, Petersilie, Salbei, Rose
NierenQi-Mangel, Qi-Mangel im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Lumbalgie, dumpfe Schmerzen im Perineum, Bettnässen, Inkontinenz, Albuminurie, Prostatareizung	Große Klette, Thuja, Ackerveilchen, Schachtelhalm, Salbei

■ Tab. 4.25 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Uterus-Blut-Stau	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, nach unten ziehendes Gefühl während der Periode, Menorrhagie, Leukorrhoe, Diarrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Thuja
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Blut und Schleim im Stuhl, schmerzhaftes drängende Defäkation, Enteritis, Dysenterie	Schachtelhalm, Goldrute, Quecke, Königskerze, Steinklee, Spitzwegerich, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Birke, Walnuss, Hirtentäschel, Gänsefingerkraut, Ruprechtskraut, Löwenzahn, himbeerblätter, Odermennig u. a.
Feuchte Kälte in der Blase	Ploberger 2011	Zystitis, Prostatitis, Nephritis, Adnexitis	Fenchel, Liebstöckel, Petersilie
Schleim-Stagnation	Ploberger 2011	Prostatahyperplasie	Mädesüß, Schafgarbe, Thuja, Thymian, Gundermann, Ackerveilchen, Steinklee, Königskerze, Goldrute, Walnuss, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Mistel, Klettenlabkraut
FeuerToxin	Holmes 1989	Geschwüre, Abszesse, Fieber	Mädesüß, Königskerze, Klettenlabkraut, Ackerveilchen, Sonnenhut, Raute, Rose
BlutHitze	Holmes 1989	Spontane Blutungen, Fieber, Meno-Metrorrhagie, rote Ekzeme, Hämorrhoiden, geschwollene Drüsen (v. a. Milz), Lipome, Zysten, Gicht, Arthralgie, Ischialgie	Lungenkraut, Linde, Ringelblume, Frauenmantel, Odermennig
HerzBlut-Mangel, beruhigt den Geist	Holmes 1989; Ploberger 2011	Ängstlichkeit, Erschöpfung, Schlafstörungen	Baldrian, Melisse, Salbei, Weißdorn
Unterstützt die Lunge	Holmes 1989	Keuchen, Asthma	Alant, Anis, Basilikum, Sonnenhut, Engelwurz, Gundermann, Huflattich, Pestwurz, Thuja, Thymian, Ysop
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011		Alant, Anis, Beifuß, Enzian, Engelwurz, Gänsefingerkraut, Luzerne, Petersilie, Schafgarbe, Süßholz, Tausendgüldenkraut, Vogelmiere, Walnuss, Weißdorn

4.5.9 Borretsch

Lat.: *Borago officinalis*, engl.: *borage*
 Verwendeter Teil: oberirdisches Kraut/Blüten
 Rezeptierform: Herb.Boraginis, Flos.Boraginis

Historie

Der Borretsch (■ Abb. 4.10) wurde als „Gurkenkraut“ in den Gärten gerne angebaut und als Küchenkraut verwendet. Plinius schrieb: „Borretsch macht den Mann/Menschen glücklich und froh“. Eine andere antike Wendung besagt: „Ich, Borretsch, bringe immer Mut/Freude“ (Grieve 1980). Immer wieder wird die Verwendung der Pflanze



■ **Abb. 4.10** Borretsch, *Borago officinalis*

bei Melancholie, zur Aufhellung des Geistes, zum Nähren des Herzens und sogar zur Beruhigung von rasenden, unzurechnungsfähigen Personen erwähnt (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Durch die einhüllende Wirkung seiner Schleimstoffe eignet sich die Pflanze gut zur Behandlung von Erkrankungen der Atemwege und zur Wundbehandlung. Mit Borretschsamenöl werden prämenstruelle und rheumatische Beschwerden, Ekzeme und chronische Hautkrankheiten behandelt. Die Blüten wirken schweiß- und die Blätter harntreibend. Gewarnt wird von dem Pyrrolizidingehalt der Pflanze. Chevallier (2000) schreibt jedoch, dass die Ansichten über einen gefahrlosen Einsatz unterschiedlich sind.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.26 und ■ Tab. 4.27)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 4.26** Wirkqualität und Tropismus des Borretsch

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, salzig	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herz, Niere, Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Ploberger 2011	Blase, Dickdarm	Holmes 1989
Kalt, feucht, restorierend, adstringierend, beruhigend, erweichend	Holmes 1989		

■ **Tab. 4.27** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Borretsch

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
LungenYin-Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Niedriges Fieber am Nachmittag, trockener unproduktiver Husten, Müdigkeit, Nachtschweiß, Durst	Ackerweilchen, Alant, Beinwell, Eibisch, Huflattich, Königskerze, Lungenkraut, Rotklee, Salomonsiegel, Schachtelhalm (roh), Vogelmierle
Lungen-Wind-Hitze-Trockenheit	Holmes 1989; Ploberger 2011	Trockener Hals und Husten, Fieber, Bronchitis, Keuchhusten, TBC, Pneumonie	Königskerze, Eibisch, Spitzwegerich, Süßholz

■ Tab. 4.27 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Trockenheit und Hitze im Darm	Holmes 1989	Trockener harter Stuhl, Obstipation, niedriges Fieber mit LeereHitze, trockene Ekzeme	Wegwarte, Wermut, Vogelmiere
HerzYin-Mangel, HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist	Holmes 1989; Ploberger 2011	Geistige Unruhe, Palpitati- onen, Sorge, Brennen beim Wasserlassen, Fieber, De- pression, Kummer, Angst	Baldrian, Hopfen, Melisse, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Äußere Wärme-Trocken- heit, öffnet die Ober- fläche (schweißtreibend)	Holmes 1989; Ploberger 2011	Fieber, Durst, trockener Husten, Kopfschmerzen	Holunder, Linde, Salbei
Lungen-Wind-Hitze	Holmes 1989	Laryngitis, Tracheitis, Influenza, Masern, Windpocken, Scharlach	Brennnessel, Ziest, Alant, Salbei, Thuja, Spitzwege- rich, Thymian, Schafgarbe, Mädesüß, Königskerze
NierenFeuer	Holmes 1989	Hohes Fieber, Anurie, Nierenkolik, akute/ chronische Nephritis	Löwenzahn, Goldrute, Frauenmantel, Odermennig, Birke
HitzeToxin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Pyodermie, Laryngitis, Stomatitis	Große Klette, Thuja, Löwenzahn, Sonnenhut, Steinklee, Walnuss, Frauenmantel, Salbei, Klettenlabkraut
Feuchte Hitze in Niere und Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dysurie, Infektionen des Harntraktes	Ackerveilchen, Schachtel- halm, Beifuß, Birke, Brenn- nessel, Eibisch, Frauenman- tel, Goldrute, Holunder, Löwenzahn, Odermennig, Rotklee, Spitzwegerich, Vogelknöterich u. a.
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Muskel- und Gelenkschmerzen	Petersilie, Klettenlabkraut, Quecke, Löwenzahn, Rosmarin, Vogelmiere, Salomonsiegel, Vogel- knöterich, Raute, Johannis- kraut, Goldrute
Unzureichende Laktation	Holmes 1989		Eibisch, Fenchel, Himbeer- blätter, Anis, Vogelmiere, Petersilie, Rotklee, Melisse, Taubnessel, Holunder

! Holmes weist hin auf den Pyrrolizidingehalt (Holmes 1989). An anderer Stelle wird erwähnt, dass der Gehalt an Pyrrolizidinalkaloiden niedrig ist und Vergiftungen bei gelegentlicher Verwendung nicht zu erwarten sind (Roth et al. 1994).

4.5.10 Mistel

Lat.: *Viscum album*, engl.: mistletoe

Verwendeter Teil: Zweige und Blätter

Rezeptierform: Herb.Visci

Historie

Die Mistel (■ Abb. 4.11) scheint in der griechisch-römischen Antike keine bedeutende Rolle gespielt zu haben. Immerhin erscheint sie in der griechischen Mythologie als das „magische Reis“ (die goldene Zauberrute), mit dem Persephone und Hermes die Pforten zur Unterwelt öffneten (Scherf 2003). Im Volksglauben der Germanen und Kelten hatte sie eine große Bedeutung (Marzell 2002). Plinius berichtet ausführlich von der Mistelverehrung bei den Galliern, bei denen sie als „Alles Heilende“ galt (ebd.). In der Mythologie der Nordgermanen kommt sie als Mordwerkzeug gegen den Sonnengott Baldur zum Einsatz (Scherf 2003). Magische Kräfte, Schutz vor allerlei Zauberei und Übel werden ihr im Volksglauben zugeschrieben (ebd.). Speziell die Verwendung bei Unfruchtbarkeit, harten Geschwüren oder Fallsucht (Epilepsie) spielt in der Geschichte eine Rolle (Storl 2001). Die Mistel wächst an Orten mit erhöhter Erdstrahlung und ist selbst davor geschützt. Manche sagen sogar, sie würde dem Baum, auf dem sie wächst, helfen, mit den Folgen der erhöhten Strahlung zurechtzukommen (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt die Mistel u. a. bei Angstgefühlen, Arbeitsunlust, Atemnot, hohem oder niedrigem Blutdruck, zur Blutstillung, bei Krämpfen, Menstruationsbeschwerden, Schwindel, Sehstörungen, Arterienverkalkung, Bauchspeicheldrüsenerkrankungen, Epilepsie, Krebs und Unfruchtbarkeit



■ Abb. 4.11 Mistel, *Viscum album*

(Treben 1987). Weitere Indikationen sind: degenerativ entzündliche Gelenkerkrankungen, Präkanzerosen, chronisch entzündliche Erkrankungen (z. B. Morbus Crohn) sowie in der Palliativtherapie bei malignen Tumoren zur Anregung der Knochenmarksfunktion und zur Vorbeugung von Tumorzusätzen (Hiller u. Melzig 2006). Chevallier beschreibt außerdem die Anwendung bei Panikattacken, Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen, Tinnitus und kindlicher Hyperaktivität (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.28 und ■ Tab. 4.29)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.28 Wirkqualität und Tropismus der Mistel

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herz, Niere, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Neutral	Ploberger 2011	Uterus, Lunge, Magen, Darm, Blut, Nervensystem, Muskulatur	Holmes 1989
Süß, kalt, feucht, ent- spannend, entstauend, erweichend, beruhigend	Holmes 1989		

■ Tab. 4.29 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Mistel

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, HerzFeuer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Pulsierende Kopfschmer- zen, rotes Gesicht, Schwin- del, Palpitationen, Tinnitus, Ängstlichkeit, Angina pectoris, Tachykardie, neurokardiale Symptome, Migräne, klimakterische Be- schwerden, Hyperthyreose, Parasympatikusschwäche	Baldrian, Kamille, Melisse, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Flüssigkeitsandrang zum Herzen	Holmes 1989	Periphere/zentrale Ödeme, Kurzatmigkeit, Übelkeit, Arrhythmie, Herzklap- penschwäche, kardiale Hypertrophie, Nephritis	Weißdorn, Baldrian, Ingwer, Rosmarin, Zimt
Eingezwängtes UterusQi	Holmes 1989	Reizbarkeit, Dysmenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herz- gespann, Ziest Himbeer- blätter, Salbei, Thuja, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Schafgarbe u. a.
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Nervöser trockener Reiz- husten, Keuchen, Asthma, Keuchhusten	Ackerveilchen, Alant, Anis, Baldrian, Engelwurz, Lavendel, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Rotklee, Salbei, Ziest, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ysop u. a.
Innerer Wind, Verlegung der Meridiane durch Wind-Schleim	Holmes 1989	Epilepsie, Hysterie, Chorea Huntington, Paralyse, Hemiplegie, Schlaganfall, Krämpfe, Hyperästhesie, Neuralgie, Schmerz	Baldrian, Raute, Mutter- kraut, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume, Lavendel
Metabolische Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Kopfschmerz, Gicht, Arthritis, Albuminu- rie, Hyperurikämie	Vogelknöterich, Johannis- kraut, Brennnessel, Quecke, Raute, Goldrute, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel

■ Tab. 4.29 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Tumore	Holmes 1989		Rotklee, Steinklee, Thuja, Schachtelhalm, Klettenlabkraut, Schöllkraut, Ringelblume, Ruprechtskraut, Goldrute, Melisse
Bi-Syndrom durch Wind/ Schleim	Holmes 1989		Engelwurz, Mutterkraut, Dost
Blutstagnation im Uterus/Prostata	Holmes 1989	Menorrhagie, Dysmenor- rhoe, Prostatitis, Prostata- hyperplasie	Beifuß, Herzgespann, Hir- tentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja
Lindert Schmerz, erweicht Geschwüre	Holmes 1989	Ischialgie, Gicht, Arthri- tis, Neuritis, Neuralgie, Rheuma, Spondylitis, Furunkel	Eibisch, Steinklee, Rotklee, Königskerze, Mädesüß, Ziest, Lavendel, Beinwell, Pestwurz
Beruhigt den HerzGeist	Ploberger 2011	Palpitationen, Einschlaf- schwierigkeiten, Unruhe	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Lavendel, Linde, Melisse, Rose, Passi- onsblume u. a.
Klärt Hitze	Ploberger 2011		Rotklee, Schachtelhalm, Spitzwegerich, große Klette, Löwenzahn, Birke, Ringelblume, Frauenman- tel, Ruprechtskraut, Eibisch, Königskerze
Tonisiert das Herz- und NierenYin	Ploberger 2011	Lumboischialgie, Kniepro- bleme	Baldrian, Johanniskraut
Schleim verlegt die Herzkanäle	Ploberger 2011	Hypertonus, Konzentrati- onsstörungen	Baldrian, Johanniskraut, Rosmarin, Basilikum, Rose, Weißdorn, Lavendel, Passi- onsblume
Nährt das Blut, Sehnen und Knochen	Ploberger 2011	Schwäche und Atrophie der Sehnen und Knochen	Schachtelhalm, Beinwell, Rotklee, Vogelmiere, Luzerne, Salbei
Bewegt das LeberQi	Ploberger 2011		Feldminze, Baldrian, Beifuß, Dost, Eisenkraut, Goldrute, Hopfen, Johanniskraut, Lavendel, Löwenzahn, Mutterkraut, Wermut, Odermennig, Raute, Schöll- kraut u. a.
Unruhiger Fötus, Blutungen während der Schwangerschaft	Ploberger 2011		Himbeerblätter, Frau- enmantel, Liebstöckel, Taubnessel, Eisenkraut

4.5.11 Herzgespann

Lat.: *Leonurus cardiaca*, engl.: motherwort

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Leonuri

Historie

Laut Holmes wurde Herzgespann (■ Abb. 4.12) von den englischen Kräutärzten vor dem Vergessen bewahrt (Holmes 1989). Im Englischen heißt die Pflanze „motherwort“, ein Kraut für die Gebärmutter, also vor allem ein Kraut zur Behandlung von Frauenkrankheiten. Die berühmten englischen Kräuterkundigen Culpeper und Gerard nennen auch bereits eine Verwendungsmöglichkeit für das Herz: „Es gibt kein besseres Kraut zum Vertreiben melancholischer Nebel aus dem Herzen, zum Stärken desselben und zum Aufheitern des Sinns“ (Culpeper 1652; Grieve 1980; Chevallier 2000). Der Leibarzt des Kaisers Ferdinand I. schrieb 1548, „es sei nützlich bei starkem Pulsschlag und Herzklopfen, Krämpfen und Lähmung, (...) verdünne dicke und zähe Körpersäfte, stimuliere die Harnproduktion und Periodenblutung und führe Steine aus den Nieren ab“ (Chevallier 2000, S. 225).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Herzgespann wird verwendet bei Herzklopfen, schwachem Herzen, zur Entspannung (ohne Benommenheit zu erzeugen), zur Stimulierung der Gebärmuttermuskulatur (vor allem bei durch Schock oder Kummer verursachten Stauungen; die Verbindung Uterus-Herz kennen wir ja aus der Chinesischen Medizin) (Chevallier 2000). Weitere Indikationen sind klimakterische Beschwerden mit Hitzewallungen und Angstzuständen, Tachykardie,



■ Abb. 4.12 Herzgespann, *Leonurus cardiaca*

Atemnot und nervöse Unruhe, Blähungen, Magen-Darm-Störungen (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.30 und ■ Tab. 4.31)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.30 Wirkqualität und Tropismus des Herzspanns

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Uterus	Holms 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	ChongMai	Ramakers 2003

■ **Tab. 4.30** (Fortsetzung)

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sauer, neutral	Ross 2010; Ploberger 2011	Kreislauf, Lunge, Darm, Niere, Leber	Holmes 1989
Adstringierend, kühl	Holmes 1989; Ross 2010		
Trocken, entspannend, beruhigend, restorierend, stimulierend	Holmes 1989		

■ **Tab. 4.31** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Herzgespanns

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes UterusQi, UterusQi-Stagnation, bewegt UterusBlut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Spastische Dysmenorrhoe, PMS, Reizbarkeit, Spannungsgefühl, Amenorrhoe, Infertilität, schwere protrahierte Geburt, Schmerzen und Blutung (postpartum), Rückbildungsstörungen (postpartum), klimakterische Beschwerden, Wochenbettdepression	Beifuß, Ingwer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe
Schüttelt den ChongMai	Ramakers 2003	Vor allem für „Karrierefrauen“, die lange Zeit die Pille genommen haben, Herzgespann schüttelt den ChongMai: „nach unten, Junge“ (Ramakers 2003, mündl. Mitteilung)	Beifuß, Brennnessel, Himbeerblätter, Petersilie, Salbei, Rose, Taubnessel
Eingezwängtes HerzQi bei aufsteigendem LeberYang	Holmes 1989	Palpitationen, Tachykardie, Ängstlichkeit, Reizbarkeit, Stress, Hypertonus, neurokardiale Symptome, koronare Herzerkrankung, spastische Angina, postmenopausale Symptome (Nachtschweiß, Hitzewallungen), Hyperthyreose, Schlaflosigkeit	Hopfen, Melisse, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Stabilisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist	Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Kardiale Arrhythmie, Tachykardie, Thyreotoxikose, emotionale Labilität, bipolare Erkrankungen, Hysterie, Ängstlichkeit, Schlaflosigkeit, Hypertonus, nervöser Tremor, Panikattacken	Baldrian, Weißdorn, Gingko, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Linde, Passionsblume, Rose, Salbei, Taubnessel

■ Tab. 4.31 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989	Kolikartige Bauchschmerzen, Blähungen schlimmer durch Anspannung	Hopfen, Süßholz, Kamille, Birke, Baldrian, Ringelblume, Lavendel, Taubnessel, Rose, Johanniskraut
Tonisiert das HerzQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Palpitationen, kardiale Schwäche, chronic fatigue syndrome, postnatale Erschöpfung, Depression, körperliche Erschöpfung und Schwäche	Alant, Anis, Baldrian, Braunwurz, Gänsefingerkraut, Hirtentäschel, Ingwer, Ringelblume, Rosmarin, Salomonsiegel, Schafgarbe, Schlüsselblume, Süßholz, Thuja, Thymian, Weißdorn
Bewegt das HerzBlut	Ross 2010	Angina pectoris	Engelwurz, Gingko, Lavendel, Schafgarbe, Schöllkraut, Weißdorn, Zimt
Lungen-Wind-Hitze	Holmes 1989	Fieber, Erkältung, Unruhe, Husten	Dost, Mutterkraut, Huflattich, Raute, Königskerze, Ziest, Alant, Schlüsselblume, Holunder, Augentrost, Thymian, Linde, Spitzwegerich, u. a.
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit	Holmes 1989	Husten mit Auswurf, chronische Bronchitis, Asthma	Alant, Augentrost, Brennnessel, Dost, Eibisch, Fenchel, Goldrute, Gundermann, Holunder, Huflattich, Johanniskraut, Königskerze, Kümmel, Mädesüß, Mutterkraut, Linde, Odermennig, Pestwurz, Raute, Salbei, Schafgarbe, Schlüsselblume, Spitzwegerich, Süßholz, Thuja, Thymian, Ziest
Flüssigkeitsandrang in der Niere	Holmes 1989	Ödeme, geringe Harnmenge, akute/chronische Nephritis, akutes Nierenversagen, Albuminurie, chronische Prostatitis	Goldrute, Liebstöckel, Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Löwenzahn, Brennnessel, Birke
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, Abszesse, Hautgeschwüre	Goldrute, Quecke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Petersilie, Vogelmiere, Salomonsiegel
Stoppt Ausfluss und Blutung	Holmes 1989	Hämorrhagie, Diarrhoe, Leukorrhoe	Himbeerblätter, Schafgarbe, Hirtentäschel, Brennnessel, Johanniskraut, Vogelknöterich, Ziest, Taubnessel, Ringelblume, Frauenmantel, Mutterkraut
Fördert Geweberegeneration	Holmes 1989		Schachtelhalm, Beinwell, Salomonsiegel, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Schafgarbe

- ! Als uterines Stimulans nicht während der Schwangerschaft (außer zur Geburtsvorbereitung) verwenden. Vorsichtig bei Yin- und Blutmangel (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Yi Mu Cao, *Leonurus herterophyllus* Wirkung: Blut regulierend, Blut bewegend, Blutstase lösend, diuretisch, feuchte Hitze ausleitend

4.5.12 Passionsblume

Lat.: *Passiflora incarnata*, engl.: passion flower

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb. *Passiflorae*

Historie

Die Passionsblume (■ Abb. 4.13), die im Süden der USA und in Mittel- und Südamerika heimisch ist, wird seit langem in der dortigen traditionellen Pflanzenheilkunde verwendet, und zwar bei Schlaflosigkeit, Hysterie und Epilepsie (Chevallier 2000). Die Hauptverwendung liegt jedoch im Verzehr der Früchte (Maracuja). Europäische Missionare in Südamerika haben der Pflanze ihren Namen gegeben: „Passio“ bedeutet Leiden, sie sahen im Aufbau der Blüte ein Symbol für das Leiden Christi. Die fünf Staubblätter stehen für die Wundmale, die drei Narben für die Nägel, der Fadenkranz für die Dornenkrone, der gesielte Fruchtknoten für den Kelch und die weiße Farbe für die Unschuld von Christus (Hiller u. Melzig 2006). Papst Paul V. wurde die Pflanze 1605 zugesendet, mit der Beschreibung der Blüte als Repräsentation der „Passion Christi“ (Holmes 1989).



■ Abb. 4.13 Passionsblume, *Passiflora incarnata*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Trotz ausgiebiger Forschung über die Inhaltsstoffe konnte man zwar die schlaffördernde und beruhigende Wirkung belegen, nicht jedoch die genaue Wirkungsweise (Chevallier 2000). Die Pflanze wirkt bei Nervosität, Spannungen, Reizbarkeit, Panik und Krämpfen. Als nicht abhängig machender Tranquillizer kommt sie auch zum Einsatz bei Asthma, Palpitationen, Hypertonie und Muskelkrämpfen und scheint hier eine Schlüsselwirkung zu besitzen, um die Überaktivität zu dämpfen, die diesen Störungen zugrunde liegt (ebd.).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.32 und ■ Tab. 4.33)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.32 Wirkqualität und Tropismus der Passionsblume

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Niere, Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Neutral	Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Geschmacklos, trocken, beruhigend, entspannend, absenkend	Holmes 1989	Kardiovaskuläres System und Nervensystem	Holmes 1989

■ **Tab. 4.33** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Passionsblume

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Yang Exzess	Holmes 1989	Kopfschmerzen, Muskelverspannungen, Schlaflosigkeit, Reizbarkeit, Ruhelosigkeit (v. a. bei älteren Menschen, in der Menopause, nach physischer oder mentaler Erschöpfung)	Melisse, Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Salbei, Weißdorn
HerzYin-Mangel	Holmes 1989	Palpitationen, chronischer Stress, Hypertonus, Diarrhoe (stressbedingt), Reizbarkeit, Schlafprobleme, Hitzewallungen, Agitiertheit	Baldrian, Borretsch, Hopfen, Johanniskraut, Melisse, Mistel, Ringelblume, Salbei, Schlüsselblume, Vogelmiere, Weißdorn
Beruhigt den HerzGeist	Ross 2010; Ploberger 2011	Schlaflosigkeit, Unruhe, Übererregbarkeit, Ängstlichkeit	Baldrian, Basilikum, Eibisch, Eisenkraut, Gingko, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Königskerze, Lavendel, Linde, Melisse, Mistel, Rose, Salbei, Taubnessel, Thuja, Thymian, Ysop, Weißdorn
Wirkt Herz- und Leber-Feuer entgegen	Ploberger 2011	Agitation, Aphten in der Mundschleimhaut, bitterer Mundgeschmack, Migräne	Baldrian, Hopfen, Kamille, Rose, Salbei
Schleim verlegt die Herzkanäle	Ploberger 2011		Weißdorn, Baldrian, Basilikum, Ingwer, Johanniskraut, Zimt, Lavendel, Mistel, Rose, Rosmarin, Schafgarbe
NierenQi-Stagnation, beruhigt Nieren „Angst“	Holmes 1989; Ross 2010	Mental/nervöse Anspannung (bei Burn-out, chronischen Krankheiten), Schmerzen (z. B. Gesichtsnervalgien, rektale Schmerzen)	Johanniskraut, Lavendel, Raute
Nervöser Exzess mit innerem Wind	Holmes 1989; Ploberger 2011	Krämpfe, Tremor (z. B. Fieberkrämpfe, Chorea, Epilepsie, Hysterie, Parkinson, Keuchhusten, Tetanus), Eklampsie, Hypertonus	Hopfen, Baldrian, Kamille, Lavendel, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume
Beruhigt aufsteigendes LeberYang	Ross 2010; Ploberger 2011	Reizbarkeit, Ruhelosigkeit, nervöse Kopfschmerzen	Braunelle, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Rose, Schlüsselblume, Ziest

■ Tab. 4.33 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
LeberQi-Stagnation	Ploberger 2011		Feldminze, Anis, Ziest Pomeranzenschale, Birke, Johanniskraut, Kamille, La- vandel, Melisse, Odermen- nig, Ringelblume, Rose
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Nervöser trockener Reiz- husten, zwanghaftes Den- ken, Asthma, Keuchhusten	Ackerveilchen, Anis, Pome- ranzenschale, Johannis- kraut, Kamille, Königskerze, Lavendel, Melisse, Ziest
Klärt Hitze	Ploberger 2011		Melisse, Hopfen, Kamille, Lavendel, Rose, Salbei, Weißdorn, Löwenzahn, Mutterkraut, Poleiminze, Rose, u. a.
Lindert Entzündung und Schmerz	Holmes 1989	Geschwüre, Ekzeme, Hä- morrhoiden, schmerzende Hautulzera (inkl. maligne)	Eibisch, Rotklee, Mädesüß, Königskerze, Ziest, Bein- well, Pestwurz, Vogelmiere, Ringelblume

❗ Nicht während der Schwangerschaft verwen-
den, aufgrund Uterus-stimulierender und evtl.
teratogener Wirkung der enthaltenen Glyko-
side (Gynocardin). In eine Rezeptur eingebet-
tet ist die Langzeitanwendung kein Problem,
alleine sollte man die Anwendung allerdings
auf kurze Zeit beschränken (Holmes 1989).

4.5.13 Linde

Lat.: *Tilia cordata* (Winter-), *platyphyllos* (Sommer-),
engl.: linden

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: Flos.Tiliae

Historie

Lindenblüten (■ Abb. 4.14), bereits in der Antike
verwendet, gelten als eines der ältesten Heilmittel
(Rätsch 1998). In der griechischen Mythologie
wurde die Nymphe Philyra (dt.: Linde), die Mutter
von Cheiron, dem berühmten Heilkundigen der
Kentauren, in eine Linde verwandelt (Rätsch 1998).
Lange war die Linde ein zentraler Baum in Dörfern,
um deren Mitte viele Feste gefeiert wurden (Fischer-



■ Abb. 4.14 Linde, *Tilia cordata*

Rizzi 2002b). Sie galt mit ihren herzförmigen Blättern als Baum der Liebe. Auch in der germanischen Mythologie erscheint sie: Nachdem Siegfried den flügellosen Drachen, den Lindwurm, getötet hat, badete er in seinem Blut, um unsterblich zu werden. Ein herabfallendes Lindenblatt bedeckte eine Stelle zwischen den Schulterblättern, die dadurch vom Drachenblut nicht erreicht wurde, was ihm später zum Verhängnis wurde, als er dort vom Speer des Hagen tödlich getroffen wurde (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Blüten haben eine krampflösende, schweißtreibende und beruhigende Wirkung. Folgende Einsatzmöglichkeiten werden beschrieben: Span-

nungs- und Erkältungskopfschmerz, Schlaflosigkeit, Stress, Panikzustände, nervöse Tachykardie, Grippe, Erkältungskrankheiten, Hypertonus (vor allem mit emotionalem Hintergrund), Atherosklerose und äußerlich zur Behandlung von juckenden Hautkrankheiten (Chevallier 2000). Weiterhin wird die Anwendung bei Entzündungen der weiblichen Geschlechtsorgane erwähnt (Hiller u. Melzig 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 4.34 und ■ Tab. 4.35)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.34 Wirkqualität und Tropismus der Linde

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf, süß, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Neutral	Ross 2010	Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011
Adstringierend, trocken, stimulierend, verteilend, entspannend, beruhigend, auflösend, verdünnend	Holmes 1989	Blut, zentrales Nervensystem, Leber	Holmes 1989

■ Tab. 4.35 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Linde

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Hitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Akute Erkältung, Unruhe, Reizbarkeit, Influenza im Frühstadium, Erkältungen (v. a. bei nervösen Kindern)	Johanniskraut, Dost, Königskecke, Ziest, Fenchel, Mädesüß, Schlüsselblume, ODERmennig, Salbei, Holunder, Augentrost, Süßholz, Eibisch, Spitzwegerich u. a.
Lungen-Wind-Hitze	Holmes 1989	Pharyngitis, Laryngitis, trockener Husten, Durst, Reizbarkeit	Herzgespann, Mutterkraut, Huf-lattich, Raute, Königskecke, Alant, Salbei, Thuja, Thymian, Schafgarbe, Ysop, Goldrute, Eibisch, Mädesüß, Spitzwegerich, Gundermann, Pestwurz

■ Tab. 4.35 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim	Ploberger 2011	Bronchitis mit gelblichem Auswurf	Königskecke, Melisse, Ziest, Kamille, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Huflattich, Augentrost, Gundermann, Ackerweilchen, Brennessel
Eingezwängtes NierenQi mit nervalem Exzess	Holmes 1989	Nervöse Anspannung und Unruhe, agitierte Depression, abdominale Krämpfe, Blähungen, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit, Hysterie, Manie, Kopfschmerz, Migräne, Muskelverspannungen	Baldrian, Melisse, Hopfen, Borretsch, Eisenkraut, Kamille, Herzgespann, Johanniskraut, Passionsblume, Rosmarin, Salbei, Ziest
Beruhigt den HerzGeist, reguliert das HerzQi	Ross 2010; Ploberger 2011		Baldrian, Eisenkraut, Gingko, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Mistel, Rose, Weißdorn Taubnessel u. a.
Beruhigt aufsteigendes LeberYang	Ross 2010; Ploberger 2011		Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Melisse, Mutterkraut, Passionsblume, Pfefferminze, Poleiminze, Raute, Rose, Salbei, Ziest u. a.
Eingezwängtes HerzQi bei aufsteigendem LeberYang	Holmes 1989	Palpitationen, Kurzatmigkeit, Krämpfe im Bereich Brust/Herz, Kopfschmerz, Schwindel, Tinnitus, Hypertonus, neurogene Angina pectoris	Melisse, Kamille, Hopfen, Baldrian, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989	Abdominale Schmerzen, Kolik, Reizdarm, Verdauungsprobleme verschlimmert durch emotionale Anspannung	Eisenkraut, Johanniskraut, Herzgespann, Schöllkraut, Anis, Lavendel, Kamille, Hopfen, Rosmarin, Baldrian
Innerer Wind	Holmes 1989; Ploberger 2011	Zittern, Krämpfe, Schlaganfall, Epilepsie	Baldrian, Raute, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989	Hypercholesterinämie, Hyperlipidämie, Atherosklerose, Dysurie, Hyperviskosität des Blutes, Thrombose, Gallensteine, Harnsteine	Birke, Braunwurz, Brennessel, Eisenkraut, Fenchel, Goldrute, Klettenlabkraut, Liebstöckel, Löwenzahn, Odermennig, Petersilie, Quecke, Raute, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut, Vogelmier
Stoppt Blutung, Bluthitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Hämoptyse, Nasenbluten	Lungenkraut, Taubnessel, Ringelblume, Frauenmantel, Odermennig

4.5.14 Schlüsselblume

Lat.: *Primula veris*, engl.: cowslip

Verwendeter Teil: die Blüten, die Wurzel

Rezeptierform: Flos.Primulae, Rad.Primulae

Historie

Hildegard von Bingen nennt die Schlüsselblume (■ Abb. 4.15), die in den antiken Schriften nicht eindeutig beschrieben wird, „Hymelslozel“ (= Himmelschlüssel) (Marzell 2002). Die Pflanze „ist warm und hat ihre Kraft von der Sonne, sie soll bei Melancholie und Wahnvorstellungen ans Herz gebunden werden“ (Fischer-Rizzi 2002a, S. 307). Die Druiden brauten mit der Schlüsselblume und fünf anderen Pflanzen einen „Trank der Begeisterung“ (Fischer-Rizzi 2002a). Andere mittelalterliche Autoren verwendeten den Namen Schlagkraut (gegen Lähmungen und Schlaganfälle) (Marzell 2002). Verschiedene Geschichten ranken sich um den Zauberglauben, dass die Schlüsselblume den Zugang von Orten, an denen sich ein großer Schatz verbirgt, öffnen kann (Müller-Ebeling et al. 1999). Wenn man davon ausgeht, dass sie dabei unterstützen kann, das Herz zu öffnen, welch größere Schatzkammer könnte sie uns erschließen? Eine kosmetische Verwendung, um Falten zu glätten und fleckige Haut zu behandeln, erwähnt schon Shakespeare in „Sommernachtstraum“ (Grieve 1980). Und Storl erzählt über eine Anwendung bei Seiltänzern, um schwindelfrei zu machen, dabei genügt es, die Wurzel zu kauen oder die Blume bei sich zu tragen (Storl 2001).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt die Schlüsselblume bei Gicht, Kopfschmerzen, Migräne, Rheuma, Blasensteinen (Wurzel), Herzbeschwerden, Herzmuskelentzündung und Wassersucht (Treben 1987). Chevallier unterscheidet die Wirkung der Wurzel: harntreibend, gerinnungshemmend, antirheu-



■ Abb. 4.15 Schlüsselblume, *Primula veris*

matisch, auswurffördernd, was eine Anwendung bei chronischer Bronchitis ermöglicht. Die Blüten wirken beruhigend, krampflösend und entzündungshemmend und kommen bei Überaktivität, Schlaflosigkeit (vor allem bei Kindern), Asthma und allergischen Krankheiten zum Einsatz (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

(■ Tab. 4.36 und ■ Tab. 4.37)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 4.36 Wirkqualität und Tropismus der Schlüsselblume

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht süß, neutral	Holmes 1989***; Ploberger 2011*	Herz	Holmes 1989*; Ploberger 2011*
Scharf, trocken, restorierend	Holmes 1989***	Flüssigkeiten, Haut, Gelenke, Blase, Uterus	Holmes 1989**
Salzig, stimulierend, auflösend	Holmes 1989**	Perikard, Gefäßsystem, Nerven, Leber	Holmes 1989*
Entspannend, beruhigend	Holmes 1989*	Lunge	Holmes 1989***

* = Blüte; ** = Wurzel

Tab. 4.37 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Schlüsselblume

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Bi-Syndrom bei Wind- Feuchtigkeit-Kälte-Hitze	Holmes 1989	Rheumatoide Arthritis, akute/chronische rheu- matische Konditionen, Schmerzen in Muskeln und Gelenken	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut
Metabolische Toxikose	Holmes 1989**	Chronisches Rheuma, Hyperurikämie, Gicht, Migräne, Ekzeme, Harnsteine, Irritation im Harntrakt	Mädesüß, Walnuss, Schachtelhalm, Braunwurz, Klettenlabkraut, Löwen- zahn, Liebstöckel, Wermut, Quecke, Rosmarin, Wegwarte, große Klette, Rotklee, Mistel, Birke
Lungen-Schleim- Feuchtigkeit	Holmes 1989**	Husten mit reichlich weißli- chem Auswurf	Fenchel, Thymian, Alant, Ysop
Lungen-Schleim- Trockenheit	Holmes 1989**	Chronische Bronchitis, Keuchhusten, Reizhusten mit wenig, schwer abzu- hustendem Schleim	Eibisch, Lungenkraut, Salomon- siegel, Königskerze, Vogelmieri, Thymian, Süßholz
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989**	Dysmenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Salbei, Thuja
Lindert Entzündung, fördert Gewebe- regeneration	Holmes 1989**	Innere und äußere Verletzungen, Entzündung	Beinwell, Frauenmantel, Klettenlab- kraut, Rose, Ringelblume, Lavendel, Rotklee, Vogelmieri, Ruprechts- kraut, große Klette, Johanniskraut, Braunelle, Schachtelhalm, Salomon- siegel, Walnuss

* = Blüte; ** = Wurzel

Tab. 4.37 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes HerzQi	Holmes 1989*	Stress, Unruhe, Palpitationen, Reizbarkeit, neurokardiale Syndrome	Hopfen, Melisse, Baldrian, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
HerzYin-Mangel mit nervalem Exzess und aufsteigendem Leber-Yang	Holmes 1989*	Palpitationen, Migräne, Kopfschmerz, Schwindel, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit, Spannungskopfschmerz	Baldrian, Hopfen, Melisse, Passionsblume, Salbei, Weißdorn
Innerer Wind mit nervalem Exzess	Holmes 1989*; Ploberger 2011*	Tremor, Spasmen (v. a. in den Extremitäten), Krämpfe, infantile Krämpfe, Neuralgie, Neuritis, Keuchhusten, Bronchitis, Asthma, Schlaflosigkeit, Unruhe	Weißdorn, Raute, Königskerze (mild), Salbei, Hopfen, Baldrian, Mistel
Lungen-Wind-Hitze	Holmes 1989*; Ploberger 2011*	Fieber, Kopfschmerzen, Husten bei Stress, Erkältung, Influenza im Frühstadium	Dost, Mutterkraut, Huflattich, Brennessel, Königskerze, Ziest, Alant, Salbei, Holunder, Augentrost, Thymian, Schafgarbe, Ysop, Mädesüß, Linde, Spitzwegerich, Gundermann, Pestwurz
Feuchte Hitze im Kopf	Holmes 1989*; Ploberger 2011*	Verstopfte Nebenhöhlen, Sinusitis, Rhinitis, Frontalkopfschmerz	Goldrute, Lavendel, Holunder, Spitzwegerich
HerzQi-Mangel	Holmes 1989*; Ploberger 2011*	Perikarditis, kardiale Ödeme, Palpitationen, Müdigkeit, Druck auf der Brust	Alant, Anis, Baldrian, Herzgespann, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Weißdorn
Nerven-Gehirn-Schwäche	Holmes 1989*	Schwäche, Müdigkeit, lokale Paralyse, Taubheitsgefühl, Schwindel, Ohnmachtsneigung, Vertigo, Gehirnerschütterung	Melisse, Wegwarte, Brennessel, Rotklee, Weißdorn, Gingko, Löwenzahn, Salbei, Beinwell, Luzerne, Rosmarin
Bewegt das Qi im oberen Erwärmer	Ploberger 2011*		Ackerweilchen, Anis, Baldrian, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Lavendel, Melisse, Mistel, Schöllkraut, Steinklee, Thuja, Ziest

* = Blüte; ** = Wurzel

! Als uterines Stimulans ist die Wurzel in der Schwangerschaft verboten (Holmes 1989).

4.5.15 Ringelblume

Lat.: *Calendula officinalis*, engl.: marigold

Verwendeter Teil: die Blüten

Rezeptierform: Flos.Calendulae

Historie

Bereits im Mittelalter spielte die Pflanze eine wichtige Rolle in der Heilkunde, u. a. in der Krebstherapie. Die Ringelblume (■ Abb. 4.16), die von Hildegard von Bingen als „Ringula“ bezeichnet wurde, kam u. a. bei Syphilis und zur Bereitung von Liebes-
tränken zum Einsatz (Hiller u. Melzig 2006). Ob die antiken Ärzte die Pflanze kannten und beschrieben, kann man nicht mit Sicherheit sagen (Marzell 2002). Culpeper, der die Pflanzen den Planeten zuordnet, sieht die Ringelblume unter dem Einfluss der Sonne und dem Tierkreiszeichen Löwe: „Sie beruhigt das Herz und den Geist und treibt alle böartigen und krankhaften Qualitäten aus, die jenen schaden könnten“ (nach Grieve 1980, S. 518).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben erwähnt eine Fülle von Indikationen (Treben 1987): u. a. Altersflecken, Durchblutungsstörungen, Juckreiz, Krampfadern, Quetschung, Schmerzen, Wundbehandlung, Arthritis, Asthma, Diabethes, Hepatitis, Gallenkolik, krebsartige Geschwüre, Trigeminusneuralgie, Schizophrenie, Krebs (Schilddrüse, Unterleib, Magen, Lymphdrüsen, Knochen, Hoden, Haut, Leukämie). Che-



■ Abb. 4.16 Ringelblume, *Calendula officinalis*

vallier bestätigt indirekt die vielen Indikationen: „Die Ringelblume ist eine der bekanntesten und vielfältigsten Heilpflanzen in der westlichen Kräuterméizin“ (nach Chevallier 2000, S. 69). Wood bezeichnet diese „fröhliche Blume“ als „ein Stück Sonne, das auf die Erde gefallen ist“, und beschreibt die Wirkung als Wundmittel (fast immer verhindert die Pflanze die Eiterbildung), zur Behandlung des Lymphsystems (könnte dem chinesischen Konzept der „Netzgefäße“ entsprechen) und zur allgemeinen Stärkung des Immunsystems (Wood 2012, S. 243 ff).

Integration in das System der Chinesischen Méizin (■ Tab. 4.38 und ■ Tab. 4.39)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.38 Wirkqualität und Tropismus der Ringelblume

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Herz, Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Süß, salzig	Holmes 1989; Ploberger 2011	Magen, Darm, Oberfläche	Ross 2010
Kühl	Ross 2010	Uterus, Haut, Venen, Lymph- und Blutsystem, Lunge, ChongMai, RenMai	Holmes 1989
neutral	Ploberger 2011		
Scharf, neutral mit kühlendem Potential, trocken, beruhigend, entstauend, adstringierend, stimulierend, erweichend, auflösend	Holmes 1989		

Tab. 4.39 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Ringelblume

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, wirkt auf der Blutebene, pathogener Restfaktor	Holmes 1989; Ross 2010; Ramakers 2003	Geschwüre, Karbunkel, geschwollene Drüsen, niedriges Fieber, Hepatitis, Lymphangitis, Candidiasis, Peridontitis, Gingivitis, Stomatitis, Laryngitis, Otitis, Konjunktivitis, Mastitis, Influenza, virale Infekte	Spitzwegerich, krauser Ampfer, große Klette
Wind-Feuchtigkeit-Hitze in der Haut	Holmes 1989	Entzündliche Hautinfektionen, Ekzem, Akne, Herpes, Staphylokokkenbesiedlung	Spitzwegerich, krauser Ampfer, Ackerveilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Rotklee, Vogelmiere
Uterus-Blut-Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja
Venöse Blut-Stagnation, stoppt Blutung	Holmes 1989; Ploberger 2011	Varikosis, Hämorrhoiden, Phlebitis, Menorrhagie, Hämorrhagie, Zysten, Tumore, Krebs	Schafgarbe, Hirtentäschel, Taubnessel, Herzgespann, Frauenmantel
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Östrogenmangel, klimakterische Beschwerden, schwere Geburt, Plazentaretention, Rückbildungsstörungen	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mistel, Mutterkraut, Thuja, Poleiminze, Raute, Rose, Schafgarbe u. a.
Klärt Hitze in Magen und Darm	Ross 2010	Gastrointestinale Entzündungen und Ulzerationen	Eibisch, Kamille, Löwenzahn, Süßholz
LeberQi-Stagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leberstau mit Dyspepsie, Ikterus, Schmerz oder Spannungsgefühl im Epigastrium, Appetitlosigkeit, Kopfschmerz, Obstipation	Feldminze, Alant, Anis, Basilikum, Beifuß, Pomeranzenschale, Bergbohnenkraut, Braunwurz, Dost, Ingwer, Kamille, krauser Ampfer, Liebstöckel, Mädesüß, Melisse, Odermennig, Petersilie, Wermut, Tausendgüldenkraut u. a.
Feuchte Hitze im unteren Erwärmer	Ploberger 2011	Fluor vaginalis	Schachtelhalm, Goldrute, Königskerze, Taubnessel, Spitzwegerich, Enzian, Beinwell, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Birke, Alant, Walnuss, Hirtentäschel, Löwenzahn, große Klette, Odermennig

■ **Tab. 4.39** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Erkältung, Fieber, Masern, Scharlach	Johanniskraut, Dost, Mutterkraut, Huflattich, Brennnessel, Königskerze, Salbei, Holunder, Augen- trost, Thymian, Schafgarbe, Mädesüß, Linde, Spitzwe- gerich
HerzQi-Mangel, tonisiert das HerzYin	Holmes 1989; Ploberger 2011	Palpitationen, Herzschwä- che, Unruhe, Nachtschweiß	Baldrian, Schlüsselblume, Weißdorn
Fördert die Gewebe- regeneration	Holmes 1989; Ross 2010	Insektenstiche, Frostbeu- len, Gangrän, Warzen, Verbrennungen, schlecht heilende Wunden	Birke, große Klette, Kletten- labkraut, Rotklee, Kamille, Ackerveilchen, Vogel- knöterich, Spitzwegerich, Walnuss, Braunelle u. a.

❗ **Als uterus Stimulans in der Schwangerschaft vermeiden. Da es die Wundheilung beschleunigt, Vorsicht bei verunreinigten Wunden (könnten zu schnell zuheilen) (Holmes 1989).**

4.5.16 Gingko

Lat.: *Ginkgo biloba*, engl.: maidenhair tree

Verwendeter Teil: die Blätter

Rezeptierform: Fol.*Ginkgo biloba*

Historie

Der Gingko (■ Abb. 4.17) gilt als lebendes Fossil, seine Art bevölkerte schon vor ca. 190 Millionen Jahren die Erde. In China und Japan wurde er als Tempelbaum angebaut, verehrt und gepflegt und ist seit jeher Bestandteil der traditionellen Heilkunde in der Chinesischen Medizin (Chevallier 2000; Hiller u. Melzig 2006).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

In der traditionellen westlichen Pflanzenheilkunde findet man den Gingko nicht. Er wird erst seit kurzer Zeit in der Forschung untersucht. Dabei fand man eine kreislaufanregende, gerinnungshemmende und tonisierende Wirkung, die bei schlechter Gehirndurchblutung, Gedächtnis- und Konzen-



■ **Abb. 4.17** Gingko, *Ginkgo biloba*

trationsschwäche sowie bei psychischen Störungen zum Einsatz kommt. Durch die entzündungshemmende Wirkung ergibt sich eine Indikation bei Autoimmunerkrankungen, Multipler Sklerose oder auch Organtransplantationen (Chevallier 2000). Pahlow schreibt, dass seine Blätter Wirkstoffe enthalten, die wir in der heutigen Zeit dringend benötigen (Pahlow 2006). Gingko gehört heute zu den bekanntesten und am häufigsten eingenommenen Vertretern der Pflanzenheilkunde (Chevallier 2000).

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin
(Tab. 4.40 und Tab. 4.41)**

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 4.40 Wirkqualität und Tropismus des Gingko

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Süß, bitter, neutral	Holmes 1989; Ploberger 2011	Herz, Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011
Adstringierend, trocken, entstauend, entspannend, anhebend, restorierend, verdünnend	Holmes 1989	Kardiovaskuläres System, Nervensystem, Niere, DuMai	Holmes 1989

Tab. 4.41 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Gingko

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
HerzBlut-Stagnation	Holmes 1989	Koronare Herzerkrankung mit Angina pectoris, periphere arterielle Durch- blutungsstörungen mit Parästhesie und Schmerz, zerebrale Ischämie, Hypercholesterinämie, Thrombose	Engelwurz, Herzgespann, Lavendel, Schafgarbe, Schöllkraut, Weißdorn, Zimt
Beruhigt den HerzGeist	Ploberger 2011	Hypertonus	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Lavendel, Melisse, Linde, Mistel, Passionsblume, Weißdorn
NierenEssenz-Mangel (Gehirn- und Nerven- schwäche)	Holmes 1989	Alzheimerkrankheit, Parkinson, Chronic fatigue syndrome, Makuladegene- ration, prämatüre Senilität, Depression, Demenz, Min- derung der Hörleistung, Tinnitus	Melisse, Wegwarte, Brenn- nessel, Rotklee, Weißdorn, Löwenzahn, Salbei, Bein- well, Luzerne

■ **Tab. 4.41** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Venöse Blutstagnation	Holmes 1989; Ploberger 2011	Varikosis, Thromboph- lebitis, Lethargie, Krämpfe in der Nacht, Vertigo	Ringelblume, Schafgarbe, Hirtentäschel, Taubnessel, Frauenmantel
LungenQi-Stagnation	Holmes 1989	Asthma, Keuchen, chronische Bronchitis, spastischer Husten	Ackerveilchen, Anis, Dost, Engelwurz, Königskerze, Melisse, Raute, Rotklee, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ysop u. a.

❗ Als mittelstarkes Heilmittel sollte man **Ginkgo nicht alleine über mehrere Monate kontinuierlich einnehmen**. Schwindel, Kopfschmerz, Appetitlosigkeit und Verdauungsbeschwerden könnten als Nebenwirkungen auftreten (Holmes 1989). Allerdings benötigt es eine Weile, bis Wirkungen zu erwarten sind.

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Bai Guo: Ginkgo biloba (Samen) Wirkung: Keuchen stillend, Schleim kanalisierend, Feuchtigkeit ausleitend, feuchte Hitze ausleitend, Funktionskreis Niere stützend, Urin zurückhaltend

4.5.17 Ysop

Lat.: *Hyssopus officinalis*, engl.: hyssop
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: Herb.Hyssopi

Historie

Ysop (■ Abb. 4.18) wurde im antiken Griechenland zur Reinigung von heiligen Plätzen verwendet (Grieve 1980). Namensgeber der Pflanze war Hippokrates (ca. 460–375 v. Chr.), wonach Hyssopus abgeleitet wird von *ezop* (hebräisch = heiliges Kraut) (Chevallier 2000). Bei den Hebräern galt der Ysop als Symbol zur Reinigung von der Erbsünde (Beckmann u. Beckmann 2002). Im Mittelalter verwendete man Ysop als Wundermittel gegen Lepre, Pest und Epilepsie, als geweihtes Kraut sollte er zur



■ **Abb. 4.18** Ysop, *Hyssopus officinalis*

Zeit der Hexenverfolgungen Hexen vertreiben und Krankheiten heilen (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Laut Chevallier ist Ysop als Heilpflanze unterbewertet. Seine blutreinigende und tonisierende Wirkung

kommt zum Einsatz vor allem bei Bronchitis und Atemwegsinfektionen mit starker Schleimbildung. Auch die Verwendung bei Verdauungsstörungen, Blähungen, Völlegefühl und Koliken wird beschrieben (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin
(■ Tab. 4.42 und ■ Tab. 4.43)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 4.42 Wirkqualität und Tropismus des Ysops

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht scharf, bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Aromatisch, warm	Ross 2010; Ploberger 2011	Herz	Ross 2010
Süß, neutral, trocken, stimulierend, zerstreuend, restorierend, entspannend	Holmes 1989	Kreislauf, Uterus, Milz	Holmes 1989
Kühl	Ross 2010	Niere	Holmes 1989; Ploberger 2011

■ Tab. 4.43 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Ysops

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Kälte, klärt Lungen-Schleim	Holmes 1989; Ross 2010	Chronische Bronchitis, Emphysem, akuter/chronischer Husten (v. a. bei Kindern)	Alant, Anis, Basilikum, Dost, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Kümmel, Rosmarin, Thuja, Thymian
Klärt äußeren Wind, vertreibt Wind-Kälte	Ross 2010; Ploberger 2011	Leichtes Fieber bei Kindern und Erwachsenen, Erkältung, Influenza (v. a. auf dem Boden einer nervösen Anspannung)	Augentrost, Beifuß, Dost, Engelwurz, Ingwer, Pfefferminze, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Thymian, Zimt
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma, Keuchhusten, TBC, nervöser trockener Reizhusten, Keuchen, erschwertes Abhusten von hartem Schleim	Ackerveilchen, Alant, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Johanniskraut, Königskerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Rotklee, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ziest
Lungen-Wind-Kälte, feuchte Kälte in der Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011	Erkältung und Grippe im Frühstadium, Laryngitis, remittierendes Fieber	Augentrost, Beifuß, Dost, Engelwurz, Ingwer, Pestwurz, Salbei, Thuja, Thymian
Stimuliert und balanciert den Kreislauf	Holmes 1989	Hypo- und Hypertonus	Weißdorn, Herzgespann, Gingko, Schafgarbe

■ **Tab. 4.43** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchter Schleim im Darm/Milz, reguliert das DarmQi	Holmes 1989; Ross 2010	Verdauungsschwäche, Appetitlosigkeit, Spannung und Schmerz im Abdo- men, Flatulenz, Dyspepsie, Gastroenteritis, intestinale Parasiten, Koliken bei Kindern	Dost, Anis, Engelwurz, Himbeerblätter, Salbei, Gundermann, Thymian
Uterus-Kälte	Holmes 1989	Amenorrhoe, Dysmenor- rhoe, verzögerte Periode, Leukorrhoe	Basilikum, Dost, Engelwurz, Fenchel, Liebstöckel, Polei- minze, Raute
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989	Kopfschmerz, Ekzeme, Harnwegsinfekte, Harn- steine, Psoriasis	Birke, Braunwurz, Brenn- nessel, Fenchel, Eisenkraut, Goldrute, Hirtentäschel, Johanniskraut, Liebstöckel, u. a.
NierenYang-Mangel, -Qi-Mangel, MilzYang- Mangel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schwäche, Kummer, Melancholie, chronische Müdigkeit	Engelwurz, Rosmarin, Thy- mian, Anis, Alant, Zimt u. a.
LungenQi-Mangel, öffnet den Thorax	Holmes 1989; Ploberger 2011	Flache Atmung, Kurzat- migkeit	Ackerveilchen, Schöllkraut, Melisse
Schwäche von Gehirn und Nerven	Holmes 1989	Nervöse Erschöpfung, Neurasthenie (nach Krank- heit, Stress), Depression, Kummer, Autoimmuner- krankungen	Melisse, Lavendel, Weg- warte, Rotklee, Weißdorn, Gingko, Salbei, Luzerne, Ziest
Beruhigt den HerzGeist	Ross 2010	Nervöse Anspannung bei Kindern	Baldrian, Eibisch, Johanniskraut, Kamille, Königskerze, Lavendel, Linde, Melisse, Passionsblume, Rose, Taubnessel, Weißdorn
Lindert Infekte, fördert die Geweberegeneration	Holmes 1989		Melisse, große Klette, Walnuss, Salbei, Spitzwegerich

❗ **Vorsicht mit dem ätherischen Öl, da es ein giftiges Keton enthält (Pinocampen). Ysop nicht in der Schwangerschaft wegen Uterus-stimulierender Wirkung verwenden.**

4.6 Patientenfälle

4.6.1 Fall 29

Die 54-jährige Patientin stellt sich im März 2014 mit folgenden Beschwerden in der Praxis vor: Seit dem 50. Geburtstag (Wechseljahre, Tod der Mutter) bestehen extreme Hitzewallungen, nachts extrem durchgeschwitzt, extreme Durchschlafstörung, Aufwachen 2.30–3.00 Uhr oder 5.00 Uhr, Blutdruckprobleme (Hypertonus, diastolischer Wert 110/120, Be-

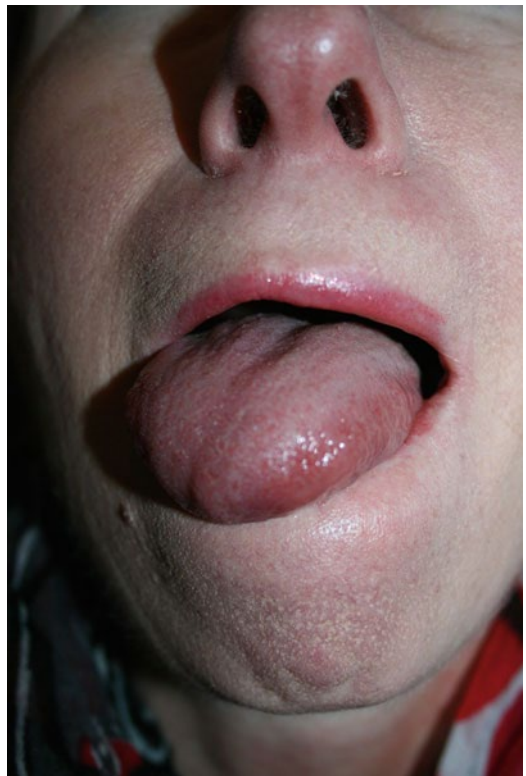
tablocker nicht vertragen, Sartane nicht vertragen). Seit 1996 ist eine thrombophile Diathese aufgrund einer Gen-Mutation bekannt (erhöhter Nüchtern-Homocystein-Spiegel, fraglicher Protein-S-Mangel). Aufgrund dieser Erkrankung kam es 1992 zu einer tiefen Beinvenenthrombose rechts, 1996 zum Verschluss der Zentralvene im linken Auge mit mehreren Rezidiven, daraufhin 1997 über fünf Monate Antikoagulation mit Phenprocoumon. 2001 Rezidive des Zentralvenenverschlusses mit schwerer Retinopathie, daraufhin erneut Antikoagulation. Nachdem es im Verlauf zu Blutungskomplikationen gekommen war, wurde die Antikoagulation 2010 beendet.

Zunge Rot, fast bläulich, weicht deutlich ab nach rechts, Spitze eingerollt, Ränder ohne Belag, Mitte trocken (■ Abb. 4.19)

Puls Schnell!!!, linke Seite nach erstem Eindruck kaum tastbar, Herzpuls ganz schwach, Milzpuls leer, linker Nierenpuls schwach, rechter Nierenpuls nicht tastbar

Diagnose HerzQi- und -Blut-Mangel, NierenYang-Mangel, innerer Wind, LeberHitze, MilzQi-Schwäche, Blutstase

Die Rezeptur findet sich in ■ Tab. 4.44.



■ Abb. 4.19 Zunge Fall 29-1

■ Tab. 4.44 Rezeptur Fall 29

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das Herz- und NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert und bewegt das MilzQi, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert das LungenQi, tonisiert das HerzBlut, bewegt das Blut
Rhiz. Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Tonisiert und bewegt das HerzQi
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, wärmt alle Meridiane
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang mit nervösem Exzess, bewegt das LungenQi, kühlt HerzFeuer und beruhigt den Geist, tonisiert die Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut

■ Tab. 4.44 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, tonisiert und stabilisiert das HerzQi und beruhigt den Geist, bewegt das HerzBlut
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist und kühlt HerzHitze, beruhigt inneren Wind, tonisiert das Herz- und NierenYin, tonisiert das HerzQi und Yang, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das MilzQi, beruhigt LeberYang und LeberHitze, bewegt das LeberQi
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den HerzGeist, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert die NierenEssenz
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Bewegt das Blut im venösen System und wirkt Blutstase entgegen, bewegt und tonisiert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und das Blut
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, bewegt das LeberQi
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das HerzQi bei Exzess, beruhigt aufsteigendes LeberYang mit HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, beruhigt LeberWind, tonisiert das HerzYang
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das LeberQi, bewegt und tonisiert das NierenQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang und inneren Wind, beruhigt den HerzGeist, tonisiert das MilzQi und -Yang
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Bewegt das NierenQi bei nervalem Exzess, beruhigt den HerzGeist und reguliert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, beruhigt inneren Wind
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert und bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das MilzQi, tonisiert das LeberYin, bewegt venöse Blutstase
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Bewegt und tonisiert das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das LeberBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang und Wind, tonisiert das NierenYang
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das HerzQi, beruhigt inneren Wind bei nervösem Exzess, beruhigt aufsteigendes LeberYang und LeberHitze, beruhigt den HerzGeist und klärt HerzHitze, tonisiert Herz- und NierenYin bei Herz- und NierenFeuer

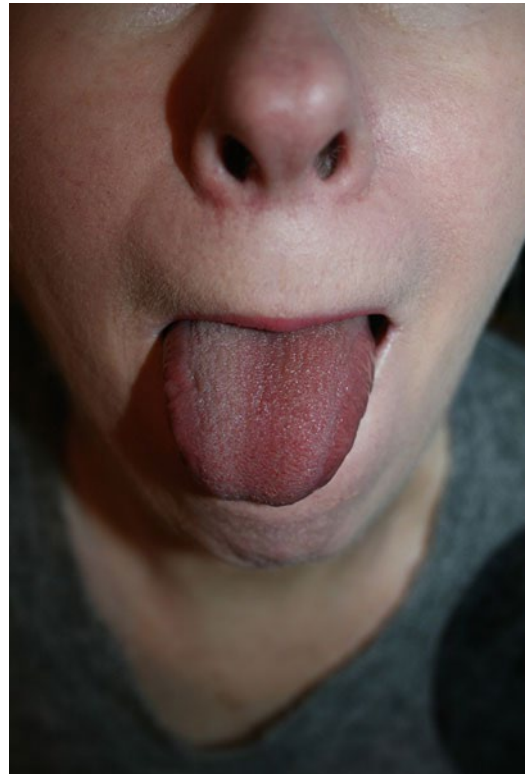
■ Tab. 4.44 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Herb.Capsellae bursap.	Hirtentäschel	Capsella bursapastoris	Belebt das Blut, bewegt venöse Blutstase, tonisiert das HerzQi
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Milz- und HerzQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert und bewegt das HerzQi, stabilisiert, beruhigt und stärkt den HerzGeist, klärt HerzSchleim, kühlt HerzFeuer, bewegt das HerzBlut, tonisiert das HerzBlut und das MilzQi, tonisiert das Herz- und NierenYin, beruhigt inneren Wind

Verlauf und Diskussion

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein gemahlen und in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin 5 pro Tag einnimmt, was einer Gesamttagesdosis von 1 g entspricht. Begleitend wird sie mit Akupunktur behandelt. Nach zwei Wochen sagt sie: „Es geht weitaus besser, kann auch durchschlafen, ich friere, und darüber bin ich glücklich, habe das Gefühl, ich bin etwas ruhiger, kann mich entspannen, bin aber auch aggressiver.“ Auffällig war, dass es kurz nach Beginn der Behandlung zu einem Ausbruch einer „alten“ Herpesinfektion im Gesicht kam. Nach weiteren vier Wochen sind die Hitzewallungen und das Schwitzen um 80 % besser. Zehn Wochen später zeigt die Zunge bei einem Kontrollbild kaum noch Abweichung (■ Abb. 4.20).

Im weiteren Verlauf kommt es zu verschiedenen Ereignissen, die sie immer wieder aus der Balance werfen (akutes Abdomen ohne „fassbaren Befund“, Bandscheibenprolaps in der unteren BWS, extreme Blutdruckinstabilität). Die Beschwerden, aufgrund derer sie ursprünglich in die Praxis kam, bleiben weiterhin weg. Auch kommt es zu Auseinandersetzungen in der Familie, im Beruf und mit Ärzten, wo sie jeweils stark ihren Standpunkt vertreten kann. Sie sagt, sie habe „richtig Ellbogen bekommen“. Ein Ziel der weiteren Behandlung ist es, die durch Catapressan verursachten Nebenwirkungen (Nieren-Lungen-Yin-Belastung) etwas auszugleichen, da sie den Blutdruck jetzt medikamentös gut eingestellt hat.



■ Abb. 4.20 Zunge Fall 29-2

■ Tab. 4.45 Rezeptur Fall 67

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Beruhigt den Herzgeist, bewegt das LungenQi und senkt es ab, tonisiert das Qi, tonisiert die Nerven
Herb.Hyssopi	Ysop	Hyssopus officinalis	Beruhigt den HerzGeist, öffnet den Thorax
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, bewegt das Lungen- und HerzQi und beruhigt den HerzGeist
Herb.Chelidonii	Schöllkraut	Chelidonium majus	Bewegt Lungen-, Herz- und LeberQi
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Bewegt das Herz- und LungenQi, tonisiert die Nerven
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Bewegt das LeberQi, beruhigt den HerzGeist
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das Lungen-, Herz- und LeberQi, tonisiert das Herz- und LungenQi
Herb.Origani	Dost	Origanum vulgare	Bewegt das LeberQi, bewegt das LungenQi und senkt es ab
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Bewegt das Leber- und GallenblasenQi, tonisiert das Lungen- und HerzQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, senkt das LungenQi ab
Herb.Passiflorae	Passionsblume	Passiflora incarnata	Beruhigt den HerzGeist und bewegt das LeberQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Beruhigt den HerzGeist, bewegt das Lungen-, Herz- und LeberQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Beruhigt den HerzGeist, bewegt das Herz- und LeberQi
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das Lungen-, Herz- und LeberQi, tonisiert die Nerven

4.6.2 Fall 67

Im folgenden Fall möchte ich gerne zeigen, wie sich eine sehr schwere seelische Anspannung mit Wirkung auf den HerzGeist unterstützend mit Kräutern behandeln lässt.

Die Patientin ist schon seit Jahren in Behandlung wegen verschiedener Beschwerden, an der Wurzel liegen eine NierenYang- und MilzQi-Schwäche. Im Verlauf hatte sie eine schwere Zeit hinter sich, in der sie ihre Mutter „auf ihrem letzten Weg“ begleitet hat. Schließlich ist sie verstorben. In der akuten Situation sieht man deutlich an der Zunge, dass die HerzEnergie gelitten hat – die Zungenspitze ist geschwollen und gerötet. Ihre Beschwerden sind Tinnitus, Palpitationen, Blutdruckinstabilität, Schlafstörungen mit Erwachen frühmorgens, Schmerzen im Leberbett, sehr schwer

am Morgen („morgens nicht zu schaffen“) sowie Schmerzen in den Knien.

Diagnose LungenQi-Stagnation, HerzQi-Stagnation, unruhiger HerzGeist, Leber- und GallenblasenQi-Stagnation

Die Rezeptur ist in ■ Tab. 4.45 ersichtlich.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, von dem die Patientin täglich einen halben Liter trinkt (Dosierung: 2 Essl./500 ml). Vier Wochen später berichtet die Patientin: „Es geht besser, alles ist leichter geworden.“ Bei diesem Fall wird deutlich, wie die Kräuter eine Stütze bilden können, um dem Menschen in einer Situation, die schwer ist und aus der es keinen Ausweg gibt, zu helfen,

hindurchzugehen. Man möchte dem Patienten, wie ja auch sich selbst das Leid oft ersparen, das bei der Bewältigung von bestimmten Lebenssituationen entsteht, was aber nicht möglich ist. Mit den Kräutern können wir jedoch etwas an die Hand geben, das vielleicht ein möglichst „unbeschadetes Hindurchgehen“ erlaubt.

4

4.6.3 Fall 104

Im folgenden Fall möchte ich zeigen, dass es zunächst einmal einer gewissen „Grundstärke“ bedarf, bevor sich eine Pathologie als Füllmuster auf der Zunge zeigen kann, und welche energetischen Zusammenhänge in der Chinesischen Medizin zwischen Großmutter, Mutter und Kind bestehen, dass es notwendig sein kann, erst die Großmutter zu behandeln, bevor sich am Kind etwas verändern kann.

Die 45-jährige Patientin stellt sich im Mai 2014 in der Praxis vor. „Weil ich so dermaßen schlapp und müde bin, und auch angeregt, kann immer weniger aushalten.“ Der Schlaf ist schlecht, Kopfschmerzen, der ganze Rücken tut weh, Schmerzen in den Knien, rezidivierende Halsschmerzen, Dysmenorrhoe, „Frustappetit“, seit vielen Jahren starke private Stressbelastung, auch im Beruf ging sie durch eine extrem frustrierende Zeit.

Zunge Farbe leicht blass, trocken, vor allem in der Mitte, Zahneindrücke, Ränder ohne Belag (■ Abb. 4.21)

Puls Niere rechts leer, Leber etwas saitenförmig, Milz, Herz und Lunge fein, Niere links in Ordnung

Diagnose NierenYang-Schwäche, Herz- und LeberBlut-Mangel, MilzQi-Schwäche, LeberQi-Stagnation

Eine Rezeptur ist in ■ Tab. 4.46 ersichtlich.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und fein gemahlen in Kapseln abgefüllt, wovon die Patientin 5 pro Tag einnimmt, das entspricht einer Gesamtdosis von 1 g. Zunächst passiert nicht viel, sie klagt weiterhin über extreme Schläppheit und



■ Abb. 4.21 Zunge Fall 104-1

mangelnden Antrieb: „Keine Schritte sind möglich, kein Weg ist sichtbar, im Kreisverkehr festgefahren.“ Fünf Monate später sind die Kopfschmerzen „so gut wie weg“, „der Kampfgeist wird stärker“. Wir variieren die Rezeptur leicht, auch die Schläppheit wird langsam besser. Nach wie vor ist der rechte Nierenpuls leer, und auch das Zungenbild ist unverändert. Zehn Monate später beginnen wir zusätzlich mit Akupunktur zu arbeiten. Zum ersten Mal hat sie das Gefühl, „dass es aufwärts geht, dass ich mehr Power habe“, die Schmerzen im Körper sind deutlich besser geworden. Drei weitere Monate später beginnt sich der rechte Nierenpuls zu regenerieren und wird deutlich tastbar. Weiterhin spürt sie einen „Aufwärtstrend“, der allerdings noch nicht stabil ist. Vier Wochen später zeigt sich dann folgendes Zungenbild: tiefe Furche am seitlichen Rand (vor allem rechts), Farbe fast normal, Zungenspitze gerötet, Zahneindrücke, in der Mitte dicker, etwas gelblicher Belag (■ Abb. 4.22).

■ Tab. 4.46 Rezeptur 1 für Fall 104

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das HerzBlut und das MilzQi
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Tonisiert das Blut und das Qi, tonisiert das MilzQi
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert HerzBlut und MilzQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das Blut und das MilzQi
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das MilzQi und das Qi im Allgemeinen, bewegt das LeberQi
Rad.Petroselini	Petersilie	Petroselinum crispum	Tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, reguliert die Leber, tonisiert das Blut
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Tonisiert das HerzBlut, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und das Blut
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang
Herb.Centauri	Tausendgüldenkraut	Centaurium erythrea	Tonisiert das MilzQi, restoriert das Herz, lindert Schmerz, bewegt das LeberQi
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das Blut, bewegt das LeberQi,
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Tonisiert und bewegt das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenYang, tonisiert das MilzQi und das Blut, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das HerzBlut
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Stabilisiert, tonisiert und bewegt das HerzQi
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das LeberQi, tonisiert Gehirn und Nerven
Herb.Meliloti	Steinklee	Melilotus officinalis	Lindert Schmerz, belebt das Blut- und Lymphsystem
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das LeberQi, tonisiert Gehirn und Nerven



■ Abb. 4.22 Zunge Fall 104-2

Weiterhin ist der rechte Nierenpuls deutlich tastbar. Im Augenblick ist sie als alleinerziehende Mutter mit ihrer 4-jährigen Tochter sehr ungeduldig, es ergeben sich häufig Konflikte, bei denen sie ihrem Kind gegenüber „die Fassung verliert“. Dadurch dass die Niere (Großmutter) sich erholt und zu Kräften kommt, wird die unterliegende Pathologie der Leber (Mutter) deutlich. Es ist eine LeberQi-Stagnation bei der Patientin vorhanden, die für eine frustrierte, enttäuschte, wütende Grundstimmung sorgt. Auch hat sie eine Psychotherapie begonnen. Der nächste Schritt besteht nun darin, den HerzGeist (Kind), der unter der wütenden, frustrierten Mutter (Leber) leidet, zu befreien, damit sie den Herausforderungen ihres Lebens mit mehr Zuversicht und Freude begegnen kann bzw. anfängt, ihr Leben nach ihren Vorstellungen zu gestalten. Man sieht an diesem Fall auch, wie lange Entwicklungen benötigen, um dauerhaft Veränderungen einzuleiten, bzw. dass man natürlich selten mit der Kräutertherapie allein ausreichende Möglichkeiten hat, sondern dass es nötig ist, in der Behandlung andere Ebenen/Disziplinen mit einzubeziehen.

Aktuelle Diagnose HerzHitze, unruhiger HerzGeist, LeberQi-Stagnation, MilzQi-Schwäche, Schleim

Die zweite Rezeptur geht aus ■ Tab. 4.47 hervor.

■ Tab. 4.47 Rezeptur 2 für Fall 104

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Stabilisiert, beruhigt und stärkt den HerzGeist, kühlt HerzFeuer, tonisiert das HerzBlut und das MilzQi, bewegt das HerzQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist und kühlt HerzHitze, tonisiert HerzBlut und MilzQi, beruhigt LeberYang, bewegt das LeberQi
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, beruhigt aufsteigendes LeberYang und bewegt das LeberQi, klärt HerzHitze und beruhigt den Geist
Flos.Matricariae	Kamille	Matricaria chamomilla	Beruhigt aufsteigendes LeberYang, reguliert die Leber, bewegt das LeberQi, beruhigt den Geist, kühlt HerzFeuer
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das HerzQi bei Exzess, beruhigt aufsteigendes Yang und kühlt HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist, bewegt das LeberQi

■ Tab. 4.47 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Bewegt das LeberQi, tonisiert und reguliert die Leber
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, kühlt HerzFeuer und beruhigt den HerzGeist, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und das HerzBlut
Herb.Passiflorae	Passionsblume	Passiflora incarnata	YangExzess, beruhigt den HerzGeist, wirkt HerzFeuer entgegen, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das LeberQi
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das LeberQi, beruhigt LeberYang, beruhigt den HerzGeist, reguliert die Milz, transformiert Schleim und Feuchtigkeit, tonisiert das MilzQi
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Beruhigt den HerzGeist, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert das Blut und das Qi, tonisiert das MilzQi
Herb.Meliloti	Steinklee	Melilotus officinalis	Bewegt das HerzQi, besänftigt aufsteigendes LeberYang, kühlt HerzFeuer
Herb.Centauri	Tausendgüldenkraut	Centaurium erythraea	Tonisiert das MilzQi, restoriert das Herz, bewegt das LeberQi
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt und tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den Geist, aufsteigendes LeberYang
Herb.Artemisiae abs.	Wermut	Artemisia absinthum	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das NierenYang
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, stabilisiert das HerzQi und beruhigt den HerzGeist
Herb.Hyperici	Johanniskraut	Hypericum perforatum	Tonisiert und reguliert das Herz- und NierenQi, beruhigt den HerzGeist, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche
Herb.Visci	Mistel	Viscum album	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang und kühlt HerzFeuer, beruhigt den HerzGeist, bewegt das LeberQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Beruhigt den Geist, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Hyssopi	Ysop	Hyssopus officinalis	Tonisiert das Qi, öffnet den Thorax und beruhigt den HerzGeist

Diskussion und Verlauf

Auch diesmal werden die Kräuter zu gleichen Teilen verschrieben, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Die Patientin nimmt 5 pro Tag, was ei-

ner Gesamtdosis von 1 g entspricht. Leider kann ich über den weiteren Verlauf noch nichts sagen, da wir mit der neuen Rezeptur gerade begonnen haben.

Literatur

- Beckmann D, Beckmann B (2002) Das geheime Wissen der Kräut-
terhexen. dtv, München
- Chevallier A (2000) Die BLV Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV,
München
- Fischer-Rizzi S (1986) Blätter von Bäumen. Hugendubel, Mün-
chen
- Fischer-Rizzi S (2002a) Medizin der Erde. Heyne, München
- Fischer-Rizzi S (2002b) Himmlische Düfte. AT Verlag, Aarau
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hammer L (2000) Psychologie und Chinesische Medizin. Joy,
Oy-Mittelberg
- Hempfen C-H, Fischer T (2001) Leitfaden Chinesische Phytithe-
rapie. Urban & Fischer, München
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Arzneipflanzen und Dro-
gen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow
Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Lingg A (2010) Das Heilpflanzenjahr. Kosmos, Stuttgart
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin.
VGM, Kötzing
- Maciocia G (2009) The Psyche in Chinese Medicine. Churchill
Livingstone, Elsevier
- Marzell H (2002) Geschichte und Volkskunde der deutschen
Heilpflanzen. Reichl, St. Goar
- Müller-Ebeling C, Rättsch C, Storl W-D (1999) Hexenmedizin. AT
Verlag, Aarau
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild,
Augsburg
- Ploberger (2011) Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus
Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA,
Schiedlberg
- Rättsch C (1998) Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechen-
land und Rom. Diederichs, München
- Ramakers F (2003) TCM & Westliche Kräuter. Praxisworkshop,
Weissensee
- Ross J (2003) Zang Fu. MLV mbH, Uelzen
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM,
Bad Kötzing
- Roth L, Daunderer M, Kormann K (1994) Giftpflanzen-Pflanzen-
gifte. Nikol Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Hamburg
- Scherf (2003) Zauberpflanzen Hexenkräuter. BLV, München
- Storl W-D (1996) Heilkräuter und Zauberpflanzen zwischen
Haustür und Gartentor. AT, Aarau
- Storl W-D (2001) Pflanzen der Kelten. AT Verlag, Aarau
- Treben M (1987) Heilkräuter aus dem Garten Gottes. Bertels-
mann, Gütersloh
- Wood M (2012) Die Weisheit der Pflanzen. AT Verlag, Aarau

Funktionskreis Leber/ Gallenblase

Birgit Baur-Müller

- 5.1 Die Aufgaben der Leber – 293**
- 5.2 Die Funktionen der Gallenblase – 294**
- 5.3 Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Holz – 294**
- 5.4 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für die Wandlungsphase Holz – 295**
 - 5.4.1 LeberQi-Stagnation – 295
 - 5.4.2 LeberBlut-Stagnation – 297
 - 5.4.3 Emporloderndes LeberFeuer – 297
 - 5.4.4 Innerer LeberWind – 297
 - 5.4.5 Aufsteigendes LeberYang – 299
 - 5.4.6 LeberBlut-Mangel – 299
 - 5.4.7 Nässe-Hitze in Leber und Gallenblase – 301
 - 5.4.8 Kälte-Stagnation in der Leber-Leitbahn – 302
 - 5.4.9 Leber attackiert die Milz – 302
 - 5.4.10 Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche – 302
 - 5.4.11 Tonisiert das LeberQi – 302
 - 5.4.12 Nässe-Hitze in der Gallenblase – 302
 - 5.4.13 GallenblasenQi-Stagnation – 304
 - 5.4.14 GallenblasenQi-Mangel – 304
 - 5.4.15 GallenblasenYang-Exzess – 304
- 5.5 Pflanzenporträts – 304**
 - 5.5.1 Eisenkraut – 304
 - 5.5.2 Löwenzahn – 309
 - 5.5.3 Frauenmantel – 313
 - 5.5.4 Wermut – 315
 - 5.5.5 Salbei – 318

- 5.5.6 Schöllkraut – 322
- 5.5.7 Odermennig – 324
- 5.5.8 Augentrost – 327
- 5.5.9 Poleiminze – 329
- 5.5.10 Pfefferminze, Feldminze – 331
- 5.5.11 Mutterkraut – 334
- 5.5.12 Krauser Ampfer – 336
- 5.5.13 Pestwurz – 338
- 5.5.14 Kardendistel, Weberkarde, Wilde Distel – 341

5.6 Patientenfälle – 343

- 5.6.1 Fall 23 – 343
- 5.6.2 Fall 16 – 347

Literatur – 349

- » Die Leber ist wie ein Armeegeneral, der eine Strategie vorgibt. (Maciocia 1997, S. 81)

Um die Armee (unser körperliches und psychisches Sein) mit den richtigen Handlungen in die richtige Richtung zu bewegen, um ein erfülltes und glückliches Leben zu schaffen, hat der General (Leber) verschiedene Werkzeuge (Aufgaben).

5.1 Die Aufgaben der Leber

■ Die Leber gewährt den geschmeidigen Fluss von Qi im gesamten Organismus, für alle Prozesse und Funktionen, die im Körper ablaufen

Der normale Fluss der LeberEnergie geht nach oben und in alle Richtungen (Maciocia 1997). Das LeberQi bewegt sich also expansiv, ausdehnend, wie das Holz und die Pflanzen im Frühling zu wachsen beginnen. Der harmonische LeberQi-Fluss hat einen zentralen Einfluss auf den emotionalen Zustand eines Menschen. Fließt das LeberQi frei, fühlt sich der Mensch glücklich in seinem Leben. Wird die Zirkulation hingegen blockiert oder unterdrückt, kommt es zu Frustration, Depression, unterdrücktem Zorn sowie physischen Beschwerden wie z. B. Schmerzen im Hypochondrium, Globusgefühl oder PMS (Maciocia 1997). Abhängig ist dieser freie Fluss u. a. von genügend LeberBlut, da das LeberQi ansonsten wie ein Auto auf schlecht geteilter, von Schlaglöchern durchzogener Straße „fährt“. Weiterhin unterstützt das frei fließende LeberQi die Milz und den Magen bei der Verdauung. „Attackiert“ das stagnierte LeberQi den Magen, kommt es zu einer Unterbrechung des MagenQi-Flusses und Beschwerden wie Aufstoßen, saurer Reflux, Übelkeit oder Erbrechen. Wird die Milz „attackiert“, wird ihre Funktion, die Nahrung umzuwandeln und zu transportieren, gestört, und es kann z. B. zu Durchfall kommen (ebd.). Außerdem ist die Sekretion und Ausscheidung der Gallenflüssigkeit abhängig vom freien Fluss des LeberQi. Bei Stagnation sind Ikterus, Gallenabflussstörungen und bitterer Mundgeschmack mögliche Folgen (ebd.). Befindet sich die Leber insgesamt in Disharmonie, betrifft das sowohl die Körperfunktionen

des Menschen, die ungleichmäßig und unharmisch verlaufen, als auch seine Verhaltensweisen (Ross 2003).

■ Die Leber speichert das Blut

Wenn der Mensch sich körperlich bewegt, fließt das Blut zu den Muskeln, nährt und befeuchtet sie. Ruht er, kann es zur Leber zurückfließen, und Regeneration findet statt (Maciocia 1997). Zur richtigen Zeit am richtigen Ort genügend Blut (stoffliche Energie) zur Verfügung zu haben, darüber regiert eine gesunde Leber. Ist diese Funktion gestört, leider der Mensch unter Erschöpfung (ebd.). Im weiblichen Organismus hat die Leber einen wichtigen Einfluss auf den Uterus, auf das Menstruationsblut. Ist genügend LeberBlut vorhanden und fließt das LeberQi frei, ist die Menstruation problemlos. Gibt es zu wenig LeberBlut, kommt es zu Oligo- oder Amenorrhoe – ist das LeberBlut in Hitze, kann eine Menorrhagie entstehen. Leidet die Frau unter LeberQi-Stagnation, kann das die Entstehung von Dysmenorrhoe und PMS nach sich ziehen (ebd.).

■ Die Leber kontrolliert die Sehnen, manifestiert sich in den Nägeln und öffnet sich in die Augen

Für diese Funktion ist es vor allem wichtig, dass die Leber über genügend Blut verfügt, um die Sehnen und Augen befeuchten zu können und die Nägel zu nähren (ebd.). Die Sehnen entsprechen dem beweglichen Aspekt des Muskelsystems, gut genährte Sehnen ermöglichen geschmeidige Bewegungen. Sind die Sehnen nicht ausreichend versorgt, kann es zu Spasmen, Kontraktionen, Kraftverlust usw. kommen. Ein weiterer Aspekt, wenn das LeberBlut im Körper geschwächt ist, ist die Entstehung von „innerem Wind“, der ebenfalls zu Kontraktionen und Störungen in der Bewegungsfunktion der Sehnen führen kann. Was von der Nahrung der Sehnen „übrigbleibt“, kann in die Nägel fließen und sie im Idealfall elastisch und stabil werden lassen. Neben der NierenEssenz (nährt die Augen) und dem HerzShen („Die Augen spiegeln den Zustand des Herzens wider, das den Geist beherbergt“) beeinflusst und befeuchtet das LeberBlut die Augen (ebd.).

5.2 Die Funktionen der Gallenblase

Da die Gallenblase eine verfeinerte Substanz speichert (Gallenflüssigkeit), ähnelt sie eigentlich mehr einem Yin-Organ. Außerdem steht sie im Gegensatz zu den anderen Yang-Organen nicht direkt mit der Außenwelt in Verbindung (Maciocia 1997). Das macht sie zu einem zusätzlichen/außerordentlichen Organ (Ross 2003).

■ Die Gallenblase speichert Galle und scheidet sie aus

Die Ausscheidungsfunktion der Gallenflüssigkeit wird vom LeberQi reguliert. Dadurch stehen Leber und Gallenblase in sehr engem, kaum trennbarem Kontakt (ebd.).

■ Die Gallenblase kontrolliert die Sehnen

Die Sehnen erhalten Blut von der Leber und Qi von der Gallenblase. Der Meisterpunkt der Sehnen ist GB 34 (Maciocia 1997).

■ Die Gallenblase ist zuständig für Entscheidungen

Dazu mehr im Anschluss.

5.3 Physiologie der geistigen Aspekte der Wandlungsphase Holz

■ Die Gallenblase als Entscheidungsträger zwischen LeberYin und LeberYang

Enorme Kräfte symbolisieren die Wandlungsphase Holz, die Kräfte des Frühlings, die nach der Ruhe des Winters erwachen und nach Entfaltung streben. Unter der Regie der LeberEnergie sind alle Prozesse des Körpers in einem sanften Fluss. Jede Bewegung hat einen aktiven, ausführenden Teil (LeberYang) und einen passiven, abwartenden Anteil (LeberYin). Die Gallenblase hat die Funktion, zu entscheiden, wann welche Bewegung angebracht ist. Funktionalisieren alle drei Systeme optimal, kann der Mensch sich entsprechend seiner Möglichkeiten und Ziele, die zur Entfaltung seines Seins nötig sind, fließend durch sein Leben bewegen und erlebt dadurch Erfüllung und Glück (Hammer 2000). Die moderne, unberechenbare, sich ständig verändernde Lebens-

weise mit einer Fülle von Entscheidungsmöglichkeiten (oder Zwängen), stellt hohe Ansprüche an die Leber- und GallenblasenEnergie. Außerdem ist der Mensch in der Regel in permanenter Anspannung, sowohl körperlich als auch emotional, sodass die nötige Ruhe und Klarheit fehlt, um in Verbindung mit der eigenen inneren Intuition, sinnvolle und „richtige“ Entscheidungen zu treffen. Hier spielen meditative Verfahren eine wichtige Rolle, da der moderne Mensch es oft mühsam wieder lernen muss, zur Ruhe zu kommen und seinen Körper, der ja unser wichtigster Verbündeter ist, wahrzunehmen.

■ Die LeberSeele HUN

Nach antiken chinesischen Vorstellungen zieht die Wanderseele HUN am dritten Tag nach der Geburt in den Körper ein, überlebt den physischen Tod und kehrt zum „Himmel“ zurück (Maciocia 2009). In der Wanderseele HUN wohnen u.a. die dunklen Anteile unserer Psyche, die über eine unabhängige Existenz verfügen (ebd.). Die Wanderseele muss „wandern“, um Ideen, Träume und Pläne zu entwickeln, damit Kreativität und Inspiration entstehen können. Auch muss sie sich, damit der Mensch ein gesundes soziales Leben führen kann, mit den HUN der Mitmenschen verbinden können. Damit diese Wanderungen nicht ins Unendliche führen, ins Chaos, benötigt sie das Blut und Yin der Leber, um vor allem auch nachts ein Ruhelager zu haben – ähnlich wie der HerzGeist Shen das HerzBlut braucht. Die Ideen, die sie von diesen Wanderungen mitbringt, werden dann dem HerzGeist Shen vorgetragen und auf Realisierbarkeit überprüft. Ist diese Kommunikation gestört, verliert sich dieser Mensch in Ideen und unerfüllbaren (Tag-)Träumen und sieht sich mit der Frustration konfrontiert, dass die zielgerichtete, realitätsbezogene Umsetzung seiner Vorstellungen nicht möglich ist. Im anderen Extrem, wenn die Wanderseele sich nicht genug bewegt, fehlt es dem Menschen an Ideen und Inspirationen, was allerdings für ein erfüllendes Leben unabdingbar ist. Verbindet man moderne Psychologie und Chinesische Medizin, dann kann man sagen, dass diese Wanderungen ins kollektive Unbewusste stattfinden, dass die Wanderseele den HerzGeist mit dem kollektiven Unbewussten verbindet, dem großen Pool an Inspiration und Weisheit (ebd.).

■ **Unzufriedenheit und Feindseligkeit**
als Zeichen unterdrückter LeberEnergie

Unterdrückte LeberEnergie fühlt sich für feinfüh-
lige Mitmenschen unangenehm an. Für uns Prak-
tiker sind es jene Patienten, die immer unzufrieden
bleiben, wenn es nicht gelingt, das Qi ins fließen zu
bringen, denen man anbieten kann, was man will,
es bessert sich nichts. Obwohl sie bemüht sind,
nett und freundlich zu sein, spürt man eine unter-
schwellige Aggression und fühlt sich schnell verant-
wortlich für deren Situation. Sie sind uns wichtige
Lehrer im Hinblick auf Mitgefühl und Empathie,
denn diese Unzufriedenheit und Feindseligkeit, die
wir im Kontakt mit ihnen spüren, tragen sie perma-
nent mit sich umher. Für uns ist es in diesen Situa-
tionen wichtig, einen starken HerzGeist zu haben,
der stets gelassen, aber auch klar und manchmal
unerbittlich dieser streitsüchtigen Wanderseele
gegenübertritt. Für diese Patienten kann eine pas-
sende Kräuterrezeptur eine starke Erholung bieten,
da sie es sind, wenn sich deren Wanderseele nicht
dagegen wehrt, die sich am meisten nach innerem
Frieden sehnen.

**5.4 Musterdifferenzierung
mit Kräutervorschlägen
für die Wandlungsphase Holz**

Die Mustereinteilung mit Symptombeschreibung
und Vorschlägen für Akupunktur orientiert sich an
Maciocias „Grundlagen der Chinesischen Medizin
(Maciocia 1997), modifiziert durch meine persön-
lichen Erfahrungen.

5.4.1 LeberQi-Stagnation

Symptome Schmerzhaftes Druck- oder Span-
nungsgefühl im Hypochondrium/Thorax, Schmerz
unterhalb des Rippenbogens, Seufzen, Schluckauf,
Melancholie, Depression, sprunghafte Emotionen,
Übelkeit, Erbrechen, schlechter Appetit, saurer
Reflux, Spannungsgefühl im Bauch, Globusgefühl,
Dysmenorrhoe, PMS

Zunge Häufig, v. a. am Anfang normal, in chroni-
schen Fällen entwickeln sich tiefe Kerben an den
Rändern

Akupunktur Le3, GB34, Le13, Le 14, 3E5, Pe6,
Du20, Di4

Die Kräuter für die Behandlung sind in ■ Tab. 5.1
aufgeführt.

Ich möchte diese große Gruppe gliedern durch
eine Unterscheidung dessen, in welchem Erwärmer-
bereich die einzelnen Kräuter vor allem das LeberQi
bewegen.

Oberer Erwärmer (vor allem Herz/Lunge) Anis, Bal-
drian, Hopfen, Ingwer, Lavendel, Melisse, Mistel,
Schöllkraut, Ziest

**Mittlerer Erwärmer (vor allem Magen/Gallenblase/
Milz)** Alant, Kamille, Pfefferminze, Rose, Schaf-
garbe, Tausendgüldenkraut

**Unterer Erwärmer (vor allem Darm/Blase/Niere/
Uterus)** Beifuß, Goldrute, Johanniskraut, Peter-
silie, Schafgarbe

■ **Tab. 5.1** Kräuter für die Behandlung von LeberQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Ackerminze	Holmes 1989	Mentha arvensis	Herb.Menthae arv.
Alant	Holmes 1989; Ploberger 2011	Inula helenium	Rad.Helenii
Anis	Ploberger 2011	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Baldrian	Holmes 1989; Ploberger 2011	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Basilikum	Ploberger 2011	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Beifuß	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Bergbohlenkraut	Ploberger 2011	Satureia montana	Herb.Satureiae mont.

■ Tab. 5.1 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Birke	Ploberger 2011	<i>Betula pendula</i>	Fol.Betulae
Dost	Ploberger 2011	<i>Oreganum vulgare</i>	Herb.Oregani
Eisenkraut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Verbena officinalis</i>	Herb.Verbenae
Frauenmantel	Holmes 1989	<i>Alchemilla vulgaris</i>	Herb.Alchemillae
Goldrute	Ploberger 2011	<i>Solidago virgaurea</i>	Herb.Solidaginis
Hopfen	Ploberger 2011	<i>Humulus lupulus</i>	Strob.Lupuli
Ingwer	Ross 2010	<i>Zingiber officinalis</i>	Rhiz.Zingiberis
Johanniskraut	Ploberger 2011	<i>Hypericum perforatum</i>	Herb.Hyperici
Kamille	Ploberger 2011	<i>Matricaria chamomilla</i>	Flos.Matricariae
Klettenlabkraut	Holmes 1989	<i>Galium aparine</i>	Herb.Galii aparine
Knotige Braunwurz	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Scrophularia nodosa</i>	Herb.Scrophulariae
Krauser Ampfer	Holmes 1989	<i>Rumex crispus</i>	Rad. Rumicis crispi
Lavendel	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Lavandula officinalis</i>	Flos.Lavandulae
Liebstockel	Holmes 1989	<i>Levisticum officinalis</i>	Rad.Levisitci
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Taraxacum officinalis</i>	Rad.Taraxaci
Luzerne	Ploberger 2011	<i>Medicago sativa</i>	Herb.Medicaginis
Mädesüß	Ploberger 2011	<i>Filipendula ulmaria</i>	Herb.Spireae
Melisse	Ploberger 2011	<i>Melissa officinalis</i>	Fol.Melissae
Mistel	Ploberger 2011	<i>Viscum album</i>	Herb.Visci
Mutterkraut	Ploberger 2011	<i>Tanacetum parthenium</i>	Herb.Chrysanthemi parth.
Odermennig	Holmes 1989	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Herb.Agrimoniae
Passionsblume	Ploberger 2011	<i>Passiflora incarnata</i>	Herb.Passiflorae
Petersilie	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Petroselinum crispum</i>	Rad.Petroselini
Pfefferminze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Mentha x piperita</i>	Herb.Menthae x pip.
Pomeranzenschale	Ploberger 2011	<i>Citrus aurantium</i>	Pericarpium aurantii
Raute	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Ruta graveolens</i>	Herb.Rutae
Ringelblume	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Calendula officinalis</i>	Flos.Calendulae
Rose	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Rosa gallica</i>	Flos.Rosae
Rosmarin	Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Fol.Rosmarini
Ruprechtskraut	Ploberger 2011	<i>Geranium robertianum</i>	Herb.Geranii rob.
Salbei	Ross 2010	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Schafgarbe	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Schöllkraut	Holmes 1989; Ross 2010	<i>Chelidonium majus</i>	Herb.Chelidonii

■ Tab. 5.1 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Tausendgülden- kraut	Ploberger 2011	Centaurium erythrea	Herb.Centaurii
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Wermut	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ Tab. 5.2 Kräuter für die Behandlung von LeberBlut-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Frauenmantel	Holmes 1989	Alchemilla vulgaris	Herb.Alchemillae
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Löwenzahn	Holmes 1989	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci

5.4.2 LeberBlut-Stagnation

Symptome Hämatemesis, Epistaxis, Dysmenorrhoe, Schmerzen im Abdomen, „Knoten“ im Bauch, Schmerz ist an eine Stelle fixiert, bohrend oder stehend

Zunge Purpur, bläulich, violette Punkt, vor allem an den Rändern, gestaute Unterzungenvenen

Akupunktur GB 34, Le3, Bl18, Bl17, Mi10, Ren6, Le13, Le14

Die Kräuter für die Behandlung sind in ■ Tab. 5.2 aufgeführt.

Zunge Rot, noch röter an den Rändern, gelber, trockener Belag

Akupunktur Le2, Le3, GB20, Tai Yang, Gb13, Mi6

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.3 aufgeführt.

Sollte die Symptomatik kombiniert sein mit HerzFeuer, dann eignen sich aus der Gruppe besonders Baldrian, Hopfen, Kamille, Passionsblume, Rose oder Salbei. Bei Kombination mit MagenFeuer könnte man Baldrian, Enzian, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß oder Rose verwenden. Hopfen stärkt gleichzeitig auch das NierenYin bei emporloderndem LeereFeuer.

5.4.3 Emporloderndes LeberFeuer

Symptome Reizbarkeit, Neigung zu Zornausbrüchen, Tinnitus, Schwerhörigkeit, temporale Kopfschmerzen, Schwindel, rotes Gesicht, rote Augen, Durst, bitterer Mundgeschmack, durch Träume gestörter Schlaf, Obstipation mit trockenem Stuhl, dunkelgelber Harn, Epistaxis, Hämatemesis, Hämoptysis.

5.4.4 Innerer LeberWind

Diese Muster sind natürlich Situationen, die eine notfallmedizinische Intervention erfordern, und ich empfehle, keine Zeit zu verlieren und augenblicklich einen Notarzt hinzuzuziehen. Dennoch hat man die Möglichkeit, in der Zwischenzeit zu intervenieren bzw. im weiteren Verlauf unterstützend mitzuwirken bzw. durch die präventiven diagnostischen Möglichkeiten der Chinesischen Medizin schwere Verläufe und Komplikationen abzumildern.

■ Tab. 5.3 Kräuter für die Behandlung von emporloderndem LeberFeuer

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Ross 2010	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Enzian	Holmes 1989	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Frauenmantel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Alchemilla vulgaris	Herb.Alchemillae
Hopfen	Ross 2010	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Kamille	Ross 2010	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Mädesüß	Ploberger 2011	Filipendula ulmaria	Herb.Spireae
Mutterkraut	Ross 2010	Tanacetum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Passionsblume	Ploberger 2011	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Poleiminze	Holmes 1989	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Rose	Holmes 1989	Rosa gallica	Flos.Rosae
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae

Extreme Hitze, die zu innerem Wind führt

Symptome Hohes Fieber, Konvulsionen, Nackensteife, Tremor der Extremitäten, Opisthotonus, in schweren Fällen Koma

Zunge Tiefrot, steif, entweder dicker, gelber Belag, oder kein Belag, wenn die Hitze in die Blut/Organ-Schicht eingedrungen ist

Akupunktur Le2, Le3, Shi Xuan-Punkte (auf den Fingerspitzen), Dū3 (vertreibt inneren Wind aus dem Du Mai), Du20, Du16, GB20

Aufsteigendes LeberYang führt zu LeberWind

Symptome Plötzlicher Bewusstseinsverlust, Krämpfe, Fazialisparese, Hemiplegie, Aphasie, Schwindel, Ursache ist oft chronischer LeberYin-Mangel

Zunge Rot, Belag los, zur Seite abweichend

Akupunktur Du20, Tai Yang, le3, Du16, GB20, Le8, Ni3, Mi6

LeberWind bei primärem LeberBlut-Mangel

Symptome Taubheitsgefühl in den Extremitäten, Tic, Wackeln des Kopfes, Tremor

Zunge Blass, zur Seite abweichend

Akupunktur Le8, Le3, Mi6, Ni3, Bl17, Bl20, Di4, GB20, Du16, Du20

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.4 aufgeführt.

Besonders geeignet für Gruppe 1 („Extreme Hitze“, z. B. Fieberkrämpfe) sind Dost, Mutterkraut, Raute, Salbei, Schlüsselblume. Besonders geeignet für Gruppe 2 („Aufsteigendes LeberYang“, z. B. extreme Migräneattacken mit Imitation eines Apoplex) sind Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Salbei, Schlüsselblume. Besonders geeignet für Gruppe 3 („LeberBlut-Mangel“, z. B. Wei-Syndrome wie z. B. Morbus Parkinson) sind Beifuß und Salbei.

■ **Tab. 5.4** Kräuter für die Behandlung von LeberWind

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Ross 2010	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Baldrian	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Valeriana officinalis	Rad.Valerinae
Dost	Ploberger 2011	Oreganum vulgare	Herb.Oregani
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Lavendel	Ross 2010; Ploberger 2011	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Mutterkraut	Ploberger 2011	Tanacetum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Passionsblume	Holmes 1989; Ploberger 2011	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Poleiminze	Holmes 1989	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Raute	Holmes 1989; Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Salbei	Holmes 1989; Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Flos.Primulae
Wermut	Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

5.4.5 Aufsteigendes LeberYang

Symptome Schläfenkopfschmerz, Schwindel, Tinnitus, Schwerhörigkeit, trockener Mund und Hals, Schlafstörungen, Reizbarkeit, Patient fühlt sich zum „Zerplatzen“, schreit aus Wut

Zungen Rot, vor allem an den Rändern

Akupunktur Le3, 3E5, Mi6, Ni3, Gb34, Tai Yang, Gb20

Die Kräuter für die Behandlung sind in ■ Tab. 5.5 aufgeführt.

Hier kann man versuchen, gleichzeitig über den Kontrollzyklus zu arbeiten und Kräuter auszuwählen (wenn der Patient gleichzeitig das Muster bietet), die die Lunge stärken, das wären aus dieser Gruppe Rosmarin und Schafgarbe. Oder man stärkt bei einer Schwäche der Niere (die Mutter der Leber) gleichzeitig das NierenYin, die Essenz bzw. das Qi. Mögliche Kräuter wären Baldrian, Hopfen, Mistel

(Yin-stärkend) sowie Ziest, Melisse, Eisenkraut (Essenz stärkend) und Raute, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe (Qi-stärkend). Wenn der Patient gleichzeitig LeberBlut-Mangel-Symptome zeigt, dann könnte man mit Löwenzahn oder Salbei arbeiten.

5.4.6 LeberBlut-Mangel

Symptome Schwindel, taube Extremitäten, Schlafstörungen, unscharfes Sehen, Mouches volantes, Hypo- oder Amenorrhoe, stumpf-blasser Teint, blasse Lippen, Muskelschwäche, trockene, brüchige Nägel

Zunge Blass, vor allem an den Rändern, im Extremfall sind die Ränder orange, trocken

Akupunktur Bl18, Bl20, Bl17, Le8, Mi6, Ma36, Ren4

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.6 aufgeführt.

■ Tab. 5.5 Kräuter für die Behandlung von aufsteigendem LeberYang

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	Ross 2010	Valeriana officinalis	Rad.Valerianae
Braunelle	Holmes 1989	Prunella vulgaris	Flos.Prunellae
Eisenkraut	Holmes 1989; Ross 2010	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Herzgespann	Holmes 1989	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hopfen	Holmes 1989; Ross 2010	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Lavendel	Ross 2010; Ploberger 2011	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Linde	Holmes 1989; Ross 2010	Tilia cordata	Flos.Tiliae
Löwenzahn	Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Melisse	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Mutterkraut	Ross 2010	Tanacetum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Passionsblume	Ross 2010; Ploberger 2011	Passiflora incarnata	Herb.Passiflorae
Pfefferminze	Holmes 1989	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip.
Poleiminze	Ross 2010	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Raute	Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rose	Ploberger 2011	Rosa gallica	Flos.Rosae
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schafgarbe	Holmes 1989; Ploberger 2011	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Flos.Primulae
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

■ Tab. 5.6 Kräuter für die Behandlung von LeberBlut-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Holmes 1989	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Brennnessel	Holmes 1989; Ploberger 2011	Urtica dioica	Herb.Urticae
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Löwenzahn	Holmes 1989	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci

■ Tab. 5.6 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Luzerne	Holmes 1989	Medicago sativa	Herb.Medicaginis
Petersilie	Holmes 1989	Petroselinum crispum	Rad.Petroselini
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Vogelmiere	Holmes 1989	Stellaria media	Herb.Stellariae
Walnuss	Holmes 1989	Juglans regia	Fol.Juglandis
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii

LeberBlut-Mangel ist immer kombiniert mit MilzQi-Mangel, da die Milz das Blut produziert. Aus obiger Gruppe tonisieren folgende Kräuter sowohl das MilzQi als auch das Blut im Allgemeinen: Beifuß, Petersilie, Salbei, Taubnessel, Vogelmiere und Walnuss. Das Herz reagiert ebenfalls empfindlich auf BlutMangel, sollten hier ebenfalls Symptome vorhanden sein, eignen sich vor allem Salbei und Taubnessel.

5.4.7 Nässe-Hitze in Leber und Gallenblase

Symptome Fieber, spärlicher, dunkler Urin, Völle und Schmerz im Thorax und Hypochondrium, Ikterus, bitterer Mundgeschmack, Übelkeit, Er-

brechen, Appetitverlust, Distension im Abdomen, Fluor vaginalis, Schmerz, Schwellung und Rötung des Skrotums, Pruritus vaginalis (Hitze der Leber und Milz-Schwäche, 3Erwärmer-Beteiligung, Nässe sinkt nach unten).

Zunge Rot, klebriger gelber Belag

Akupunktur Le14, Gb24, Gb34, Bl18, Bl19, Du9 (beseitigt Nässe aus dem GB-Meridian), Ren12, Mi9 (beseitigt Nässe aus dem unteren Erwärmer), Mi6, Mi3, Di11, Le2

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.7 aufgeführt.

■ Tab. 5.7 Kräuter für die Behandlung von Nässe-Hitze in Leber und Gallenblase

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Augentrost	Ploberger 2011	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Enzian	Holmes 1989; Ploberger 2011	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Klettenlabkraut	Holmes 1989	Galium aparine	Herb.Galii aparine
Krauser Ampfer	Holmes 1989; Ross 2010	Rumex crispus	Rad.Rumucis crispi
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Odermennig	Ploberger 2011	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae

■ Tab. 5.7 (Fortsetzung)

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Schöllkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989; Ploberger 2011	Centaurium erythraea	Herb.Centaurei
Wegwarte	Holmes 1989	Cichorium intybus	Rad.Cichorii
Wermut	Holmes 1989; Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

5

5.4.8 Kälte-Stagnation in der Leber-Leitbahn

Symptome Völle und Distension des Unterbauchs, Schmerzen die zum Skrotum ausstrahlen, Zerrung/Zusammenziehen des Hodens, Schrumpfen der Vagina, Besserung durch Wärme

Zunge Blass, nass, weißer Belag

Akupunktur Ren3, Le5, Le1, Mi6, Moxa

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.8 aufgeführt.

5.4.9 Leber attackiert die Milz

Symptome Reizbarkeit, Schmerz und Distension im Abdomen, Wechsel von Obstipation und Diarrhoe, Stuhl manchmal trocken und schafskotartig, dann wieder weich, Flatulenz, Müdigkeit

Zunge Gerötete Ränder, sonst eher blass

Akupunktur Le14, Le13, Gb34, Le3, Ren6, Ren12, Ma36, Mi6

Die Kräuter sind in ■ Tab. 5.9 aufgeführt.

5.4.10 Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche

Dieses Muster erscheint bei Ploberger, ohne spezielle Erklärung. Meiner Ansicht nach unterstützen die folgenden Kräuter dabei, die Anteile in uns, die dem Bewusstsein verborgen sind, was oft mit großem Kraftaufwand und Energieverbrauch verbunden ist, auf sanfte Weise bewusst zu machen, da HUN dem Teil unserer Psyche entspricht, der in enger Verbindung mit dem Unbewussten steht, den dunklen Aspekten unserer psychischen Existenz. Mit Hilfe dieser Kräuter können sie integriert werden, was zu großen Veränderungen im Leben führen kann (■ Tab. 5.10).

5.4.11 Tonisiert das LeberQi

In ■ Tab. 5.11 sind Kräuter angeführt, die dabei helfen können, das LeberQi zu tonisieren.

5.4.12 Nässe-Hitze in der Gallenblase

Symptome Schmerz und Spannung im Abdomen und Hypochondrium, Übelkeit, Erbrechen, Unfähigkeit zur Fettverdauung, Ikterus, dunkelgelber, spärlicher Urin, Durst ohne Verlangen zu trinken, bitterer Mundgeschmack

Zunge Dicker, klebriger, gelber Belag, auch einseitig

Akupunktur GB24, Le14, Ren12, GB34, Du9, Bl19, Bl18, Bl20, Di11, 3E5

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.12 aufgeführt.

■ **Tab. 5.8** Kräuter für die Behandlung von Kälte-Stagnation in der Leber-Leitbahn

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Ploberger 2011	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Fenchel	Ross 2010	Foeniculum vulgaris	Fruct.Foeniculi
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Liebstöckel	Ploberger 2011	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Rosmarin	Holmes 1989	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Schöllkraut	Holmes 1989	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Zimt	Ross 2010	Cinnamomum verum	Cort.Cinnamomi

■ **Tab. 5.9** Kräuter für die Behandlung wenn Leber die Milz attackiert

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Augentrost	Ploberger 2011	Euphrasia rostkoviana	Herb.Euphrasiae
Eisenkraut	Ross 2010	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Feldminze	Holmes 1989	Mentha arvensis	Herb.Menthae arv.
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Pfefferminze	Ross 2010; Ploberger 2011	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip
Pomeranzenschale	Holmes 1989	Citrus aurantium	Peric.Aurantii
Raute	Ross 2010	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Schöllkraut	Ross 2010	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii

■ **Tab. 5.10** Kräuter um den Inhalt des HUN an die Oberfläche zu bringen

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Eisenkraut	Ploberger 2011	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Johanniskraut	Ploberger 2011	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici

■ **Tab. 5.11** Kräuter um das LeberQi zu tonisieren

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini

■ Tab. 5.12 Kräuter zur Behandlung von Nässe-Hitze in der Gallenblase

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Enzian	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Gentiana lutea</i>	Rad.Gentianae
Krauser Ampfer	Ross 2010	<i>Rumex crispus</i>	Rad.Rumicis crispi
Lavendel	Holmes 1989	<i>Lavandula officinalis</i>	Flos.Lavandulae
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	<i>Taraxacum officinalis</i>	Rad.Taraxaci
Odermennig	Holmes 1989; Ploberger 2011	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Herb.Agrimoniae
Rose	Holmes 1989	<i>Rosa gallica</i>	Flos.Rosae
Schöllkraut	Holmes 1989	<i>Chelidonium majus</i>	Herb.Chelidonii
Wegwarte	Holmes 1989	<i>Cichorium intybus</i>	Rad.Cichorii
Wermut	Ross 2010	<i>Artemisia absinthum</i>	Herb.Artemisiae abs.

5.4.13 GallenblasenQi-Stagnation

Symptome Subkostale, epigastrische Schmerzen und Völlegefühl, langsame, schmerzhaft Verdauung, Appetitlosigkeit

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.13 aufgeführt.

5.4.14 GallenblasenQi-Mangel

Symptome Mutlos, ängstlich, nervös, Fehlen von Eigeninitiative, Schwindel, Seufzen, Entscheidungsschwäche

Akupunktur Moxa an GB40

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.14 aufgeführt.

5.4.15 GallenblasenYang-Exzess

Symptome Magenbeschwerden gleich nach dem Essen, akuter Magenschmerz mit Schmerz unter dem rechten Rippenbogen, Schmerz unter dem rechten Schulterblatt, Magenspannen

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 5.15 aufgeführt.

5.5 Pflanzenporträts

5.5.1 Eisenkraut

Lat.: *Verbena officinalis*, engl.: vervain

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Verbenae

Historie

Über das Eisenkraut (■ Abb. 5.1) gibt es viele Geschichten. Es gilt als das heilige Kraut der Isis, der klugen, ausdauernden, wissenden und weisen ägyptischen Göttin (Müller-Ebeling 1999). Es symbolisierte in der Antike die Kriegsmacht Roms, auch waren Gesandte für Verhandlungen mit Gegnern mit Eisenkrautweigen ausgestattet, um das diplomatische Geschick zu unterstützen und gute Ergebnisse zu ermöglichen (Beckmann u. Beckmann 2002). Die Pflanze galt als heilige Pflanze, wurde auch als „Tränen der Isis/Juno“ bezeichnet und für das Reinigen der Altäre des Jupiter verwendet (Rätsch 1998). Im Mittelalter gab es reichlich Beschreibungen über die magische Anwendung der Pflanze, so konnte sie schöne Träume bewirken, den Geist erfrischen, die Felder vor Unwettern schützen, die Menschen vor Krankheiten und Gespenstern bewahren und vieles mehr (Scherf 2003).

■ **Tab. 5.13** Kräuter zur Behandlung von GallenblasenQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Holmes 1989	Inula helenium	Rad.Helenii
Birke	Holmes 1989	Betula pendula	Fol.Betulae
Enzian	Holmes 1989	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Kümmel	Holmes 1989	Carum carvi	Fruct.Carvi
Lavendel	Holmes 1989	Lavandula officinalis	Flos.Lavandulae
Löwenzahn	Holmes 1989; Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Pfefferminze	Holmes 1989	Mentha x piperita	Herb.Menthae x pip.
Pomeranzenschale	Holmes 1989	Citrus auranthium	Peric.Aurantii
Rose	Holmes 1989	Rosa gallica	Flos.Rosae
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Alchemillae
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989	Centaurium erythraea	Herb.Centauri

■ **Tab. 5.14** Kräuter für die Behandlung von GallenblasenQi-Mangel

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Eisenkraut	Ross 2010	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Enzian	Ross 2010	Gentiana lutea	Rad.Gentianae
Große Klette	Holmes 1989	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Löwenzahn	Ross 2010	Taraxacum officinalis	Rad.Taraxaci
Odermennig	Ross 2010	Agrimonia eupatoria	Herb.Agrimoniae
Rosmarin	Ross 2010	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Salbei	Ross 2010	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Wermut	Ross 2010	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.

■ **Tab. 5.15** Kräuter für die Behandlung von GallenblasenYang-Exzess

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Schöllkraut	Ross 2010	Chelidonium majus	Herb.Chelidonii
Tausendgüldenkraut	Ross 2010	Centaurium erythraea	Herb.Centauri



■ Abb. 5.1 Eisenkraut, *Verbena officinalis*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Eisenkraut beeinflusst das parasympathische Nervensystem und wirkt stärkend bei starker, nervöser Anspannung. Es tonisiert die Verdauung und regt

die Gebärmutter an. Weiterhin wird es eingesetzt bei leichter Depression, in der Rekonvaleszenz, bei Kopfschmerz und Migräne, Ikterus, Gallensteinleiden, Asthma, Schlaflosigkeit, PMS, Grippe, Fieber, zur Unterstützung bei der Geburt und Förderung der Milchbildung (Chevallier 2000). Wood zitiert Edward Bach, den Begründer der Bachblütentherapie:

» Der typische Eisenkraut-Patient nimmt dem Leben gegenüber eine intensive Haltung ein. Er oder sie besitzt einen starken Willen, ist enthusiastisch und im Allgemeinen unfähig, sich zu entspannen. Das treibt die Person sowohl seelisch-geistig wie auch körperlich in die Überanstrengung. (Bach, zit. nach Wood 2012, S. 628)

Für mich ist das eine hervorragende Beschreibung der Voraussetzungen, in eine Burn-out-Verfassung zu geraten, und ich halte das Eisenkraut für eine der besten Pflanzen, um einem aus dieser Sackgasse wieder herauszuhelfen.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.16 und ■ Tab. 5.17)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.16 Wirkqualität und Tropismus des Eisenkrauts

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003
Leicht scharf	Holmes 1989; Ramakers 2003	Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003
Leicht adstringierend	Ploberger 2011	Niere	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011; Ramakers 2003
Kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Blase	Holmes 1989

■ **Tab. 5.16** (Fortsetzung)

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Neutral	Holmes 1989; Ross 2010	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Stimulierend, Zerstreuend, Entspannend, Restorierend, Auflösend	Holmes 1989	Darm Uterus Haut Nerven Immunsystem	Holmes 1989
		ChongMai, RenMai	Holmes 1989; Ramakers 2003

■ **Tab. 5.17** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Eisenkrauts

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Äußere WindHitze, LungenWindHitze, befreit die Oberfläche	Holmes 1989; Ploberger 2011	Fieber, Unruhe, Husten, Erkältung, Grippe, Pneumonie, Keuchhusten, Malaria (wiederkehrendes Fieber im ShaoYang)	Dost, Mutterkraut, Brenn- nessel, Königskerze, Ziest, Alant, Salbei, Holunder, Augentrost, Schafgarbe, Mädesüß, Linde u. a.
Eingezwängtes Qi bei Schwächezuständen	Holmes 1989	Nervöse Anspannung, Stress, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Neuralgie, Fibromyalgie, Hysterie, Fieberkrämpfe	Melisse, Kamille, Lavendel, Ziest, Johanniskraut, Passionsblume, Hopfen, Salbei
Tonisiert das Qi	Ross 2010	Erschöpfung, Chronic fatigue syndrome	Alant, Engelwurz, Thymian, Salbei, Süßholz, Enzian, Zimt
Tonisiert und bewegt das LeberQi	Ross 2010; Ploberger 2011	Depression, Erschöpfung	Baldrian, Beifuß, knotige Braunwurz, Frauenmantel, Johanniskraut, krauser Ampfer, Liebstöckel, Löwenzahn, Odermennig, Petersilie, Raute, Salbei, Schafgarbe, Wegwarte, Tausendgüldenkraut, Wermut u. a.
Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche	Ploberger 2011		Johanniskraut
Beruhigt den HerzGeist	Ploberger 2011		Lavendel, Baldrian, Eibisch, Ginkgo, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Linde, Melisse, Passionsblume

■ Tab. 5.17 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Aufsteigendes LeberYang	Holmes 1989; Ross 2010	Schwindel, Tinnitus, Kopfschmerz, Migräne, nervöse Anspannung und Erschöpfung	Baldrian, Braunelle, Herz- gespann, Hopfen, Kamille, Ingwer, Lavendel, Linden- blüte, Löwenzahn, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Pas- sionsblume, Pfefferminze, Poleiminze, Raute, Rose, Rosmarin, Salbei, Schaf- garbe, Schlüsselblume, Steinklee, Ziest
Eingezwängtes Qi im Darm	Holmes 1989	Nervöser Reizdarm, Kolik	Linde, Basilikum, Johannisk- kraut, Herzgespann, Anis, Lavendel, Kamille, Hopfen, Baldrian u. a.
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Engelwurz, Hopfen, Ingwer, Johan- niskraut, Passionsblume, Kamille, Königskerze, Lavendel, Melisse, Raute, Salbei, Schöllkraut, Thuja, Thymian, Ysop, Ziest
Eingezwängtes UterusQi	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, unregelmä- ßige Zyklen	Beifuß, Herzgespann, Him- beerblätter, Johanniskraut, Melisse, Mutterkraut, Polei- minze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe, Thuja u. a.
NierenQi-Stagnation mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Ekzeme, stinkender Urin, Gischt, Rheuma, Harn- steine, Nephritis, Ödeme, schlechtes Sehvermögen	Quecke, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute, Petersilie, Vogel- miere, Salomonsiegel
Leber- und MagenQi- Stagnation	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Verdau- ungsschwäche, geblähtes Epigastrium, Schmerz unter dem rechten Rippenbogen, Dyspepsie, Ikterus	Alant, Anis, Baldrian, Ingwer, Kamille, Lieb- stöckel, Melisse, Pfeffer- minze, Raute
UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	Amenorrhoe, drohende Fehlgeburt, Geburtsstill- stand, Wehenschwäche, unzureichende Laktation	Himbeerblätter, Beifuß, Rose, Frauenmantel, Lieb- stöckel, Taubnessel, Mistel
NierenEssenz-Mangel	Holmes 1989	Schwäche, Verwirrung, Depression, mentale Abwe- senheit	Lavendel, Johanniskraut, Melisse, Wegarte, Walnuss, Ziest u. a.

■ Tab. 5.17 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Leitet feuchte Hitze aus	Ploberger 2011		Enzian, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Löwenzahn, Odermennig, Wegwarte, Wermut
Stimuliert das WeiQi	Holmes 1989	Prophylaktisch bei Epidemien	Thymian, Raute, Schafgarbe, Sonnenhut, Salbei, Thuja
Vertreibt Parasiten, neutralisiert Gifte, fördert die Geweberegeneration	Holmes 1989	Malaria, Schistosomiasis, Insektenstiche und -bisse, Geschwüre im Mund- und Genitalbereich, Peridontitis	Sonnenhut, Schafgarbe, Thuja
Zwingt den ChongMai nach oben	Ramakers 2003		
Aktiviert den 3Erwärmer	Ramakers 2003		
Bi-Syndrom	Ramakers 2003		Engelwurz, Dost, Alant, Mädesüß, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Lavendel, Mistel (v. a. Wind/Schleim), Schlüsselblume, Schöllkraut, Mutterkraut

! Wegen wehenanregender Wirkung vorsichtig in der Schwangerschaft, auch wenn die paradoxe Indikation der drohenden Fehlgeburt erwähnt ist (Holmes 1989; Ramakers 2003). Anwendung in der Schwangerschaft verboten (Hempfen u. Fischer 2001).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Ma Bian Cao, Verbena officinalis Wirkung: Blut bewegend, stoffliche Verhärtungen zerschlagend und lösend, Blut kühlend, feuchte Hitze ausleitend, Stauung zerstreudend, Blutstase lösend.

5.5.2 Löwenzahn

Lat.: *Taraxacum officinalis*, engl.: dandelion

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad.Taraxaci



■ Abb. 5.2 Löwenzahn, *Taraxacum officinalis*

Historie

Bei den antiken Schriftstellern kann man den Löwenzahn (■ Abb. 5.2) nicht eindeutig identifizieren, auch Hildegard von Bingen erwähnt ihn nicht (Marzell 2002). Eine bedeutende Rolle spielt er allerdings bei der biodynamischen Landwirtschaft, wo er die Zusammenarbeit von Kieselsäure und Kalium er-

möglicht (Storl 1996). Der Begründer der Makrobiotik, der Japaner Georg Oshawa, war von der Vitalität und Heilkraft dieser Pflanze begeistert und verglich sie sogar mit dem Ginseng: „Wo diese herrliche Pflanze wächst, braucht man keinen Ginseng einzuführen.“ (nach Storl 1996, S. 165)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

In der modernen westlichen Phytotherapie ist der Löwenzahn eine der bekanntesten Heilpflanzen, die fast jedem geläufig ist. Maria Treben empfiehlt ihn bei Akne, Ekzem, zur Blutreinigung, bei Gicht, Juckreiz, Rheuma, Diabetes, zur Blutverdünnung, Drüenschwellung, Gallenleiden, Gallensteinen, Ikterus, Lebererkrankung, Milzerkrankung, Stoffwechselkrankheiten (Treben 1997). Die harntreibende Wirkung, die wegen des hohen Kaliumgehalts der Pflanze vor Verlusten dieses Minerals schützt, dient zur Blutdrucksenkung (Chevallier 2000). Eine große Bedeutung kommt dem Löwenzahn bei der

Ausschwemmung von Giftstoffen zu, sodass man ihn immer bei entgiftenden Prozessen als Helfer einsetzen sollte (ebd.). Wood liefert eine interessante Wirkungsbeschreibung, wo wir das Konzept des „pathogenen Restfaktors“ wiedererkennen:

» Taraxacum kann als spezifisches Mittel für Patienten angesehen werden, die an den Symptomen einer schwachen Hitze leiden, die sich schleichend innen im Körper in den Gesichtsknochen und im Kopf im Bereich der Nebenhöhlen, der Ohren, der Augen und des Halses festgesetzt hat. (Wood 2012, S. 590)

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 5.18 und Tab. 5.19)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 5.18 Wirkqualität und Tropismus des Löwenzahns

Wirkqualitäten	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Süß	Holmes 1989; Ploberger 2011	Gallenblase	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht salzig	Holmes 1989	Milz	Holmes 1989
Kühl	Ross 2010	Pankreas	Holmes 1989
Kalt	Holmes 1989; Ross; Ploberger 2011	Magen	Ross 2010; Ploberger 2011
Trocken	Holmes 1989	Darm	Holmes 1989; Ross 2010
Erweichend	Holmes 1989	Niere	Holmes 1989; Ross 2010
Auflösend	Holmes 1989	Blase	Holmes 1989; Ross 2010
Restorierend	Holmes 1989	Blut	Holmes 1989
Entstauend	Holmes 1989		
Beruhigend	Holmes 1989		
Absenkend	Holmes 1989		

Tab. 5.19 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Löwenzahns

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Mikrobielle Toxikose mit feuchter Hitze	Holmes 1989; Ploberger 2011	Neigung zu Entzündungen, Nahrungsmittelallergien	Krauser Ampfer, Spitzweigerich, große Klette, Melisse, Lavendel, Ringelblume, Löwenzahn, Sonnenhut
Beruhigt aufsteigendes LeberYang	Ploberger 2011		Baldrian, Braunelle, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Ingwer, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Passionsblume, Pfefferminze, Poleiminze, Raute, Rose, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Schlüsselblume, Steinklee, Ziest
Leber- und GallenblasenQi-Stagnation mit feuchter Hitze	Holmes 1989; Ross 2010	Schmerz im rechten Hypochondrium, Verdauungsschwäche, Verstopfung, Appetitlosigkeit, Ikterus, Hepatitis	Lavendel, Rose
Leber- und GallenblasenFeuer, klärt LeberHitze	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Fieber, Kopfschmerz, Übelkeit, bitterer Mundgeschmack, Schmerz in der rechten Flanke, Cholezystitis, Cholangitis, Gallenkolik, Reizbarkeit, Hypertonus	Frauenmantel, Hopfen, Mädesüß
Tonisiert und bewegt das Qi von Leber und Gallenblase	Holmes 2010		Rosmarin
Tonisiert und bewegt das Qi in Magen und Darm	Ross 2010	Gastritis, Gastroenteritis, Kolik	Eibisch, Enzian, Kamille, Rose, Süßholz
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Müdigkeit	Alant, Anis, Beifuß, Enzian, Engelwurz, Luzerne, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut, Vogelmiere, Weißdorn u. a.
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, klärt HitzeToxin, klärt pathogenen Restfaktor	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Geschwüre, Abszesse, Fieber, eitrige Infekte (inkl. Akne, Tonsillitis, Pharyngitis, Mastitis, Appendizitis, Herpes, Lymphangitis, Harnwegsinfekt)	Sonnenhut, große Klette, Thuja, Brennnessel, Ringelblume, Lungenkraut

■ Tab. 5.19 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Wirkung	Literatur	Westliche Indikation/ Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Flüssigkeitsandrang in Leber und Niere	Holmes 1989	Generalisierte Ödeme, Übelkeit, Müdigkeit, Dysurie, Oligurie, Polyurie, Arthritis, Rheuma, Gicht, Hyperurikämie, Leber- zirrhose, Atherosklerose, Gallen- und Harnsteine, Hy- perlipidämie, Hypertonus	Quecke, knotige Braun- wurz, Mädesüß, Petersilie, Liebstöckel, Wegwarte, Goldrute, Brennnessel, Wermut, Birke
Feuchtigkeit in der Haut	Holmes 1989	Chronische Ekzeme, Her- pes, Lymphadenitis	Ackerveilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Rotklee, Vogelmiere
Leber- und GallenblasenYin-Mangel	Holmes 1989	Verlust von Ausdauer und Motivation, Müdigkeit, Gewichtsverlust, Appetit- losigkeit, Hypoglykämie, Anämie, Zirrhose, Le- bererkrankung, chroni- sche Immunschwäche, Bindegewebsdegeneration, Diabetes, insuffiziente Laktation	Wegwarte, Tausendgülden- kraut, Luzerne, Brennnessel
Venöse/LeberBlut-Stase	Holmes 1989	Varikosis, Hämorrhoiden, Müdigkeit, Übergewicht	Frauenmantel, krauser Ampfer
Lindert Husten und Keuchen	Holmes 1989	Asthma	Ackerveilchen, Anis, Dost, Engelwurz, Königskerze, Passionsblume, Rotklee, Schöllkraut, Thuja, Thy- mian, Ysop, Ziest u. a.
Tonisiert und bewegt das BlasenQi	Ross 2010	Ödeme, Oligurie	Spitzwegerich, Schachtel- halm, Goldrute, Johannis- kraut, Petersilie, Quecke, Schafgarbe
Klärt feuchte Hitze in der Blase	Ross 2010	Infekte des Harntraktes mit Dysurie, Zystitis, Prostatitis (Ploberger 2011)	Schachtelhalm, Ackerveil- chen, Beifuß, Birke, Brenn- nessel, Eibisch, Frauenman- tel, Goldrute, Holunder, Königskerze, Odermennig, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich u. a.

! Da Löwenzahn die Magensäureproduktion sti-
mulierte, ist es kontraindiziert bei MagenFeuer
(Holmes 1989).



■ Abb. 5.3 Frauenmantel, *Alchemilla mollis*

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Pu Gong Ying, *Taraxacum mongolium* Wirkung: Hitze kühlend, entgiftend, desinfizierend, Schwellung zerteilend, Stauungen zerstreuend, feuchte Hitze ausleitend

5.5.3 Frauenmantel

Lat.: *Alchemilla vulgaris*, engl.: lady's mantle

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.*Alchemillae*

Historie

Über die Bedeutung des Namens „alchemilla“, Kraut der Alchemisten, gibt es verschiedene Ansichten (Marzell 2002; Fischer-Rizzi 2002). Ob es sich wirklich um die Pflanze handelte, mit deren

„Tautropfen“ die Alchemisten den Stein der Weisen herzustellen versuchten (Hiller u. Melzig 2006) oder Gold zu „zaubern“ (Beckmann u. Beckmann 2002), sei dahingestellt. Die alten germanischen Völker brachten die Pflanze mit der Göttin Freya in Verbindung, und über lange Zeit hinweg galt sie in Island als heilige Pflanze (Wood 2012). Bevor der Frauenmantel (■ Abb. 5.3) Bedeutung erlangte als Heilmittel für Frauenkrankheiten, war er vor allen Dingen als Wundheilmittel bekannt (Wood 2012).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben (1987) empfiehlt den Frauenmantel bei Blutarmut, Eiterungen, Fettsucht, Fieber, Impotenz, Menstruationsbeschwerden, Schlafstörungen, Schnittwunden, Wechseljahresbeschwerden, Blasenschwäche, Epilepsie, Herzmuskelschaden, Entwicklungsschwäche bei Kindern, Leistenbruch, Multipler Sklerose usw. Chevallier beschreibt vor allem die adstringierende Wirkung, die eine Verwendung als Wundkraut ermöglicht. Außer dem empfiehlt er den Frauenmantel als wirksam bei Frauenkrankheiten und zur Behandlung von Bindegewebsgeschwulsten (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.20 und ■ Tab. 5.21)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.20 Wirkqualität und Tropismus des Frauenmantels

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Adstringierend, leicht bitter	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Ploberger 2011	Blut, Gallenblase, Darm, Urogenitalsystem, Milz, ChongMai, RenMai	Holmes 1989
Kalt, trocken, beruhigend, stabilisierend, entstauend, restorierend	Holmes 1989		

■ **Tab. 5.21** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Frauenmantels

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Vaginaler Ausfluss (weißlich, gelblich, blutig), Dysurie, Zervizitis, Endometritis, Salpingitis, vaginaler Juckreiz	Gänsefingerkraut, Schachtelhalm, Goldrute, Spitzwegerich, große Klette, Hirtentäschel, Enzian
Feuchte Hitze in der Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lumbalgie, Fieber, Dysurie, Urethritis, Zytitis, Hämaturie	Schachtelhalm, Ackerveilchen, Beifuß, Birke, Brennessel, Eibisch, Goldrute, große Klette, Hirtentäschel, Holunder, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Löwenzahn, Mädesüß, Rotklee, Spitzwegerich, Taubnessel, Vogelknöterich u. a.
Feuchte Hitze in Magen und Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011	Schmerzhafte, drängende Diarrhoe, blutige Stühle, Enteritis, Gastritis	Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Kamille, Eibisch, Enzian, Süßholz, Himbeerblätter, Odermennig
Hitzetoxin	Holmes 1989	Geschwüre, Karbunkel	Vogelmiere, Königskerze, Rose, Taubnessel, Braunwurz, krauser Ampfer, Braunelle
LeberFeuer	Holmes 1989; Ploberger 2011	Reizbarkeit, Fieber, Schlaflosigkeit, starke Kopfschmerzen	Baldrian, Enzian, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Rose, Salbei
LeberBlut-Stau	Holmes 1989	Lethargie, Müdigkeit, Fettintoleranz, Spannungsgefühl im Abdomen	Krauser Ampfer, Löwenzahn
BlutHitze, stoppt Blutung	Holmes 1989; Ploberger 2011	Spontane Blutungen, Menometrorrhagie, Hämorrhoiden, Blutung (post partum oder postmenopausal)	Lungenkraut, Taubnessel, Linde, Ringelblume, Odermennig
Fördert die Urination, löst Ansammlungen, bewegt das Qi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Übergewicht, Atherosklerose, abdominale Fülle	Schachtelhalm, Klettenlabkraut, Eisenkraut, Johanniskraut, Goldrute, Braunwurz
Tonisiert das reproduktive Qi	Holmes 1989	Progesteronmangel, PMS, Dysmenorrhoe, klimakterische Beschwerden, Geburtsstillstand, drohende Fehlgeburt	Brombeerblätter, Schafgarbe, Melisse, Salbei

Tab. 5.21 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stützt das Nervensystem, lindert Schmerz	Holmes 1989	Schwäche, Muskelschwäche bei Kindern, Kopfschmerzen bei Schwachzuständen, Schlaflosigkeit	Ziest, Lavendel, Passionsblume, Linde, Rosmarin, Schlüsselblume, Eisenkraut
Tonisiert das MilzQi	Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Müdigkeit	Beifuß, Enzian, Gänsefingerkraut, Luzerne, Melisse, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Taubnessel, Vogelmiere, Weißdorn u. a.
Fördert die Geweberegeneration, lindert Entzündung	Holmes 1989		Mädesüß, Rotklee, Vogelmiere, Ringelblume, Braunelle, Schafgarbe u. a.

❗ Als uterines Stimulans in der Schwangerschaft verboten. Allerdings wird auch die Anwendung bei drohender Fehlgeburt empfohlen (Holmes 1989).

5.5.4 Wermut

Lat.: *Artemisia absinthium*, engl.: wormwood

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Artemisiae abs.

Historie

Der Wermut (Abb. 5.4) ist so bitter, dass er sogar gallenlosen Schafen die Gallenflüssigkeit ersetzen soll (Marzell 2002). In der Heilkunde des Mittelalters gibt es eine Fülle von Indikationen für diese Pflanze. Auch soll er eine Wirkung gegen den „Kater“ haben, am Morgen, nach einer Nacht im Überfluss. Über eine vielfältige Anwendung gegen dämonische Zauberei wird ebenfalls berichtet (ebd.). Bekannt ist der Wermut auch als Hauptbestandteil des berühmten Absinths, einem psychoaktiven Schnaps, der in der Künstlerszene des 19. Jahrhunderts eine große Rolle spielte. Storr beschreibt die Wirkung der „grünen Fee“ folgendermaßen:

» Der Absinth wirkte wahrlich berauschend auf mich, (...) machte mich wach (...) zum Teil wurde ich von aphrodisischen Gefühlen durch-



Abb. 5.4 Wermut, *Artemisia absinthium*

spült, (...) hatte ein Gefühl wie ein Entschweben. (...) So köstlich der Rausch am Abend war, so schmerzvoll ist der Kopf leider am nächsten Morgen. Ich hatte niemals zuvor einen derart brutalen Kater. (Müller-Ebeling et al. 1999, S. 151)

die Verdauungsorgane (sowohl Magenschwäche als auch Gallenprobleme), auf das Gehirn (in kleinen Dosen), zur Wiedererlangung der Vitalität nach langer Krankheit, gegen Insekten und Würmer sowie entzündungshemmend und gegen Tumorbildung (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Vor allem die Bitterstoffe und ätherischen Öle (Thujon, Azulen) sind für die medizinische Wirkung des Wermuts verantwortlich. So wirkt er anregend auf

Integration in das System der Chinesischen Medizin (Tab. 5.22 und Tab. 5.23)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

Tab. 5.22 Wirkqualität und Tropismus des Wermuts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010, Ploberger 2011
Leicht scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Milz, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010	Magen, Darm	Holmes 1989; Ploberger 2011
Warm	Ross 2010; Ploberger 2011	Gallenblase	Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010	ChongMai, RenMai	Holmes 1989
Adstringierend, trocken, restorierend, stimulierend, entstauend	Holmes 1989		

Tab. 5.23 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Wermuts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Leber- und MagenQi-Stagnation, tonisiert und bewegt das LeberQi	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Schmerz in der rechten Flanke und im Epigastrium, Kopfschmerz, Übelkeit, Blähungen, Appetitlosigkeit, Lethargie, Obstipation, Dyspepsie, Ikterus, chronische Gastritis, Leberschwäche bei Z. n. Medikation/Alkoholabusus, Cholezystitis	Löwenzahn, Rosmarin, Eisenkraut, Raute
Qi-Stagnation in Magen und Darm mit feuchter Hitze	Holmes 1989	Übelkeit, saures Aufstoßen, unformte Stühle, Spannungsgefühl im Bauch, akute Gastritis, Nahrungsmittelvergiftung, Kopfschmerz	Gänsefingerkraut, Löwenzahn

■ Tab. 5.23 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Hitze in Leber und Milz, klärt Toxine in der Leber	Holmes 1989; Ross 2010	Erbrechen, bitterer Mund- geschmack, geschwollene Flanken/ Bauch, Hepatitis, akute Infektionen der Leber, Übelkeit	Augentrost, Enzian, Lavendel
Tonisiert Leber- und MilzQi, tonisiert MilzQi und -Yang	Ross 2010; Ploberger 2011	Anämie, Verdauungsschwäche, Appetitlosigkeit, Übelkeit	Raute, Rosmarin, Salbei, Walnuss, Zimt
Tonisiert LeberBlut	Ross 2010		Beifuß, Brennnessel, krau- ser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Petersilie, Salbei, Taubnessel, Vogelmiere, Walnuss, Wegwarte
Beruhigt aufsteigendes LeberYang und Wind	Ross 2010	Kopfschmerzen, nervöse Anspannung, Krämpfe, Petit Mal	Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel, Mut- terkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Salbei, Schlüsselblume
Trockene Hitze im Darm	Holmes 1989	Chronische Verstopfung, Trockenheit, Durst, Fieber	Wegwarte, Borretsch, Vogelmiere
Klärt Hitze im ShaoYang	Ross 2010	Malaria	Beifuß, Ringelblume, Hirtentäschel, Tausendgül- denkraut
Flüssigkeitsandrang in der Leber	Holmes 1989	Übelkeit, Müdigkeit, Ödeme	Brennnessel, Löwenzahn, Wegwarte, Liebstöckel, Petersilie
UterusQi-Stagnation, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Dysmenorrhoe, verzögerte Blutung, Geburtsstillstand, PMS, Amenor- rhoe, Infertilität	Beifuß, Raute, Salbei, Thuja, Thymian
Stimuliert Gehirn und Nerven	Holmes 1989	Müdigkeit, Abwesenheit, Stupor, chronische Depression, Schwäche bei chronischem Stress/Krankheit, Anämie	Rosmarin, Basilikum, Johanniskraut, Baldrian, Lavendel, Mistel
Stimuliert das Immun- system/WeiQi	Holmes 1989	Zur Prävention und Behandlung von Influenza, Tumore (auch maligne)	Thymian, Raute, Schaf- garbe, Salbei, Thuja
FeuerToxin	Holmes 1989	Ulzerationen, Abszesse	Huflattich, Klettenlabkraut, Ackerveilchen
Leitet Parasiten aus	Holmes 1989	Darmparasiten, Syphilis, Lepra	Fenchel, Eisenkraut, Ziest, Baldrian, Anis Vogel- knöterich, große Klette, Zimt, Beifuß, Tausend- güldenkraut
Pathogener Restfaktor	Ross 2010		Schafgarbe, große Klette, Thuja, Brennnessel, Beifuß, Ringelblume, Lungenkraut

■ Tab. 5.23 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Leitet feuchte Kälte aus	Ploberger 2011		Rosmarin, Gänsefingerkraut, Walnuss, Königs-kerze, Thymian, Kümmel, Engelwurz, Liebstöckel
Tonisiert das NierenYang	Ploberger 2011		Anis, Basilikum, Beifuß, Bergbohnenkraut, Ingwer, Rosmarin, Thymian, Zimt

❗ **Hochdosierte Anwendung nicht über vier Wochen, verboten während der Schwangerschaft und Stillzeit, aufgrund der uterinen Stimulation und der teratogenen Wirkung von Thujon. Nicht verwenden bei Exzess und Stagnation im Kopf oder bei MagenHitze (Holmes 1989).**

5.5.5 Salbei

Lat.: *Salvia officinalis*, engl.: sage

Verwendeter Teil: die Blätter

Rezeptierform: Fol.Salviae

Historie

Salbei (■ Abb. 5.5) war Bestandteil des „Essigs der vier Diebe“ (außerdem Rosmarin, Thymian und Bergbohnenkraut), womit sich Diebe in Frankreich in Pestzeiten vor Ansteckung schützten, als sie in die Häuser von Sterbenden eindringen, um sie auszurauben (Ramakers 2003). Im Mittelalter genoss der Salbei hohes Ansehen als Heilpflanze (Marzell 2002), ein Heilgedicht aus dem 14. Jahrhundert lautet: „Warum sterben denn Leut, denen Salbei im Garten gedeiht? Gegen des Todes Macht fehlt den Kräutern im Garten die Kraft“ (Scherf 2003, S. 102). Mehrere Quellen sprechen von Langlebigkeit, die der Genuss von Salbei verheißen sollte (Grieve 1980). Gerard schreibt 1597: „Salbei ist gut für Kopf und Gehirn, erfrischt die Sinne und das Gedächtnis.“ (nach Grieve 1980, S. 701)



■ Abb. 5.5 Salbei, *Salvia officinalis*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben (1987) empfiehlt den Salbei u. a. bei Appetitlosigkeit, Blähungen, Entzündungen, Halsschmerzen, Nachtschweiß, Lähmungen, Lebererkrankung, Multipler Sklerose, Nervenschwäche, Schlaganfall, Unterleibsleiden und zur Blutreini-

gung. Chevallier beschreibt vor allem eine antiseptische und adstringierende Wirkung, den Einsatz als Tonikum, eine hormonelle Wirkung, die den Salbei wertvoll macht für den Einsatz in der Menopause, insbesondere bei Hitzewallungen, und eine Verwendung als Asthmamittel (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.24 und ■ Tab. 5.25)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.24 Wirkqualität und Tropismus des Salbeis

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Leicht adstringierend	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leber, Uterus	Holmes 1989, Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010; Ploberger 2011	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ross 2010	Milz, Niere, Darm, Gehirn, Nerven, Flüssigkeiten, Hypophyse, ChongMai, RenMai	Holmes 1989
Warm	Ross 2010	Herz	Ross 2010
Trocken, festigend, stabilisierend, restorierend, entspannend	Holmes 1989		

■ Tab. 5.25 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Salbeis

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Kälte im Kopf, klärt Wind-Kälte	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Rhinitis, Sinusitis (v. a. chronisch), Influenza, Fibromyalgie	Rosmarin, Gundermann, Holunder, Augentrost, Pfefferminze, Thuja, Mutterkraut
Klärt Wind-Hitze, HitzeToxin	Ross 2010	Akute Tonsillitis, Laryngitis, Heiserkeit, Entzündung von Mund/Zunge	Huflattich, Raute, Königs-kerze, Thuja, Holunder, Süßholz, Mädesüß, Spitzwegerich
LeereHitze im Herzen, beruhigt den HerzGeist	Ross 2010	Schwitzen am Nachmittag bei Chronic fatigue syndrome, Nachtschweiß, Ruhelosigkeit, Menopausale Hitzewallungen, nervöse Anspannung, Schlaflosigkeit	Baldrian, Hopfen, Kamille, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Rose, Weißdorn

■ Tab. 5.25 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Beruhigt hyperaktives LeberYang	Ross 2010	Kopfschmerz, nervöse Anspannung	Baldrian, Eisenkraut, Herz- gespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Ziest, Passionsblume, Rose, Schlüsselblume u. a.
Feuchter Schleim im Darm/Milz, feuchte Kälte in der Milz	Holmes 1989; Ploberger 2011	Enteritis (chronisch), Kolitis, Müdigkeit, Verdauungsschwäche	Liebstockel, Dost, Anis, Engelwurz, Mutterkraut, Ruprechtskraut, Raute, Thymian
Feuchte Kälte im Uro- genitalsystem, feuchte Kälte in der Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011	Leukorrhoe, Zystitis, Urethritis	Brennnessel, Goldrute, Thymian, Engelwurz, Schachtelhalm, Taubnessel, Steinklee, Birke, Ruprechts- kraut, große Klette
Tonisiert das Blut	Ross 2010	Anämie, Schwäche, Erschöpfung	Baldrian, Beifuß, Brennnes- sel, Engelwurz, Hirten- täschel, krauser Ampfer, Luzerne, Petersilie, Rosma- rin, Rotklee, Schafgarbe, Taubnessel, Vogelmiere u. a.
Qi-Mangel	Holmes 1989	Müdigkeit, exzessives Schwitzen tagsüber, Kurzatmigkeit	Alant, Thymian, Süßholz, Enzian, Engelwurz, Eisen- kraut
Tonisiert das MilzQi und -Yang	Ploberger 2011		Engelwurz, Rosmarin, Walnuss, Anis, Raute, Alant, Wermut, Zimt
Tonisiert das WeiQi, reguliert Öffnen und Schließen der Poren	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronische Infektionen, TBC, Erkältung, Influenza im Anfangsstadium, Immunschwäche, Autoimmunerkrankungen	Mädesüß, Brennnessel, große Klette, Alant, Beifuß, Schafgarbe
Gehirn- und Nervenschwäche	Holmes 1989	Schwindel, nervöse Erschöpfung, Vergesslichkeit, Depression, Neurasthenie, Koma, Paralyse, Amnesie, Hypophysenüberfunktion	Rosmarin, Baldrian, Ziest, Johanniskraut, Eisenkraut, Gingko, Schlüsselblume, Mistel, Lavendel, Melisse
Tonisiert das reproduktive Qi, UterusBlut-Mangel, reguliert den Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Dysmenorrhoe, Scheidentrockenheit, Östrogenmangel, Infertilität, Amenorrhoe, klimak- terische Beschwerden (Hitzewallungen, Nacht- schweiß, Reizbarkeit), PMS	Schafgarbe, Brombeerblätter, Melisse, Frauenmantel

■ **Tab. 5.25** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Unterstützt die Geburt	Holmes 1989		Engelwurz, Frauenmantel, Liebstöckel, Herzgespann, Beifuß, Hirtentäschel, Eisenkraut, Ziest, Mistel
Eingezwängtes LungenQi mit feuchtem Schleim, Feuchtigkeit in der Lunge	Holmes 1989; Ploberger 2011	Chronisches Asthma	Johanniskraut, Dost, Raute, Königskecke, Ziest, Alant, Thymian, Thuja, Ysop
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989	Bauchkrämpfe, Blähungen verschlimmert durch Stress	Linde, Eisenkraut, Johanniskraut, Herzgespann, Anis, Lavendel, Kamille, Hopfen, Rosmarin, Baldrian
Eingezwängtes NierenQi	Holmes 1989	Ruhelosigkeit, agitierte Depression, Lumbalgie	Birke, Braunwurz, Baldrian, Eisenkraut, Fenchel, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Liebstöckel, Linde, Melisse, Passionsblume, Rosmarin, Ziest
Eingezwängtes UterusQi	Holmes 1989	Spastische Dysmenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Hirtentäschel, Johanniskraut, Kamille, Melisse, Mistel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Schafgarbe, Thuja, Ziest
Innerer Wind	Holmes 1989	Zittern, Krämpfe, Apoplex	Beifuß, Baldrian, Dost, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel (Schleim), Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Schlüsselblume, Wermut
Fördert die Geweberegeneration und nährt die Haut	Holmes 1989	Chronische Wunden, Parodontitis, Abszesse, Ulzerationen, Insektenstiche, Ekzeme, Haarausfall	Beinwell, Rotklee, Johanniskraut, Schachtelhalm, Ringelblume, Braunelle, Schafgarbe, Spitzwegerich, Rose, Vogelmilch, Süßholz

❗ **Nicht verwenden während Schwangerschaft und Stillzeit (uterines Stimulans und enthält Thujon) (Holmes 1989).**

Verwendung in der Chinesischen Phytotherapie (Hempfen u. Fischer 2001)

Dan Shen, Salvia miltiorrhiza u. a. Wirkung: Blut bewegend, Blutstase lösend, Hitze kühlend, Blut kühlend, beruhigend, ausgleichend

5.5.6 Schöllkraut

Lat.: *Chelidonium majus*, engl.: celandine

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: *Herb.Chelidonii*

Historie

Laut Marzell lässt sich nicht mit Sicherheit sagen, ob die Pflanze den antiken Ärzten vertraut war, jedoch gleichen die Heilindikationen, von denen die Ärzte des Mittelalters berichten, denen von Dioskurides und Plinius (Marzell 2002). Die als „Himmelsgabe“ (*coeli donum*) bezeichnete Pflanze spielt wohl eine Rolle als „Goldkraut“ für die Alchemisten, die in ihr die reine Ausstrahlung der Sonne erkannten (Fischer-Rizzi 2002). Laut Signaturenlehre behandelt man mit dem Schöllkraut (■ Abb. 5.6) Erkrankungen der Leber, Galle und Milz, bringt also wieder Licht und Wärme in ein von Übellaunigkeit, Depression und Kälte verschlossenes Herz (Leben) (Fischer-Rizzi 2002). Im Griechischen heißt *chelidon* Schwalbe, und es gibt eine Legende, nach der Schwalbenmütter mit dem Schöllkraut die blinden Augen ihrer Jungen behandelten. Daher rührt auch der Ruf der Pflanze, die Sehkraft zu verbessern (Scherf 2003). Die Schwalbe gilt als Auferstehungssymbol für Christus, und in der christlichen Malerei repräsentiert das Schöllkraut Christus, der die geistige Blindheit der Menschen heilt (ebd.). Auch Zauber konnte man mit dieser Pflanze treiben: So bewirkt sie – gemeinsam mit einem Maulwurfherzen bei sich getragen –, dass Krieg und Streit verschwinden und dem Träger alles gelingt (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt die Verwendung bei Augenschwäche, zur Blutbildung, bei Hühneraugen, Warzen, Flechte, Geschwür, Hauterkrankungen,



■ Abb. 5.6 Schöllkraut, *Chelidonium majus*

Hautkrebs und offenen, faulen Wunden (Treben 1987). Chevallier beschreibt eine beruhigende, entkrampfende Wirkung auf die glatte Muskulatur, was eine Verwendung bei Asthma, Koliken, Hypertonie und Gallensteinen ermöglicht. Auf die Muskulatur des Uterus wirkt das Schöllkraut anregend (Chevallier 2000). Wood erwähnt seine Erfahrung bei Suchterkrankungen: „Etliche Male habe ich das Schöllkraut bei Menschen verwendet, die unter den Nebenwirkungen von legalen oder illegalen psychoaktiven Drogen litten.“ (Wood 2012, S. 283) Er ordnet es unter die Pflanzen, die etwas mit moralischer und spiritueller Apathie zu tun haben (Wood 2012) und zum Einsatz kommen könnten, wenn Menschen aus Angst das Leben vermeiden, sich also nicht den Herausforderungen und Möglichkeiten darin stellen.

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.26 und ■ Tab. 5.27)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.26 Wirkqualität und Tropismus des Schöllkrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, leicht scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber, Gallenblase	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Neutral	Ross 2010	Magen	Ross 2010

■ **Tab. 5.26** (Fortsetzung)

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Kühlend, toxisch	Ploberger 2011	Darm	Ross 2010; Ploberger 2011
Wärmend und kühlend, trocken, stimulierend, entspannend, auflösend, entstauend	Holmes 1989	Milz, Lunge, Niere, Blut, Lymph, Augen, Herz	Holmes 1989

■ **Tab. 5.27** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Schöllkrauts

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
LeberQi-Stagnation, reguliert das Qi von Leber und Gallenblase	Holmes 1989; Ross 2010	Obstipation, Verdauungsschwäche, Kopfschmerz, Migräne, Schmerzen im rechten Hypochondrium ausstrahlend in die Schulter, Ikterus	Löwenzahn, Rosmarin, Feldminze, Pomeranzenschale, Enzian, Tausendgüldenkraut
Leber greift den Magen/Darm an	Ross 2010	Übelkeit, Nahrungsmittelintoleranz, Bauchschmerz mit Blähungen, Diarrhoe und Obstipation im Wechsel	Augentrost, Pomeranzenschale, Eisenkraut, Feldminze, Kamille, Raute, Rosmarin
Feuchte Hitze/Kälte in Leber und Gallenblase	Holmes 1989	Depression, Motivationsverlust, Ikterus, chronische Hepatitis, Müdigkeit, Verdauungsschwäche, Übelkeit, Appetitverlust, Kopfschmerzen, Gallensteine, Cholezystitis, Cholangitis, Zirrhose	Augentrost, Enzian, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Odermennig, Tausendgüldenkraut, Wegwarte, Wermut
HerzBlut- und -Qi-Stagnation	Holmes 1989	Palpitationen, Kurzatmigkeit, Angina pectoris, koronare Herzerkrankung	Engelwurz, Herzgespann, Lavendel, Schafgarbe, Weißdorn
Eingezwängtes Qi im Darm	Holmes 1989	Blähungen, kolikartige Schmerzen, Reizdarm	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Johanniskraut, Anis, Lavendel, Steinklee, Kamille, Hopfen, Pomeranzenschale, Kümmel, krauser Ampfer, Braunwurz, Rosmarin, Engelwurz (wärmt), Ingwer, Bergbohnenkraut u. a.
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Spastischer Husten, Bronchitis, Asthma	Ackerweilchen, Anis, Baldrian, Dost, Ziest, Engelwurz, Königskerze, Mistel, Raute, Thuja, Thymian, Ysop u. a.

■ Tab. 5.27 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Kälte/Hitze	Holmes 1989	Erkältung mit Fieber, Grippe im Anfangsstadium, remittierendes Fieber	Schafgarbe, Augentrost, Ysop, Dost, Salbei, Thuja, Brennnessel, Pestwurz
Bi-Syndrom durch Wind/ Feuchtigkeit/Kälte	Holmes 1989	Schmerzen in Muskeln und Gelenken	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Mistel (v. a. auch Wind/ Schleim), Schlüsselblume, Eisenkraut, Mutterkraut
Flüssigkeitsandrang in der Leber	Holmes 1989	Ödeme, Schweregefühl, Schwindel	Wegwarte, Liebstöckel, Petersilie, Mädesüß, Braunwurz, Brennnessel, Löwenzahn, Birke
Qi-Stagnation in der Niere mit metabolischer Toxikose	Holmes 1989	Stinkende Stühle, Reizbar- keit, Ekzeme, Müdigkeit, Gicht, Arthritis, Rheuma	Rosmarin, Petersilie, Klettenlabkraut, Quecke, Löwenzahn, Salomon- siegel, Vogelknöterich, Raute, Johanniskraut, Goldrute
Stärkt das Sehvermögen, klärt die Augen	Holmes 1989	Katarakt	Fenchel, Augen- trost, Gundermann, Spitzwegerich (klärt)
Fördert die Gewebe- regeneration, lindert Schwellung und Entzündung, verkleinert Tumoren und Warzen, topisch	Holmes 1989; Ross 2010	Ekzem, Urtikaria, Krebs (v. a. Magen und Haut), Papillome, Kondylome, Po- lypsois des Darms, Psoriasis	Thuja, Ruprechtskraut, Raute, Rotklee, Ringel- blume, Klettenlabkraut

! **Wegen Uterus-stimulierender Wirkung in der Schwangerschaft verboten, ebenso bei Glaukom. Vorsichtig verwenden bei Yin-Mangel-Zuständen und LeberBlut- oder -Yin-Mangel. Sollte man es als Einzelkraut in Maximaldosis verwenden, sind mehrere Tage Pause nach 14 Tagen Einnahme notwendig (Holmes 1989).**

Aufgrund des Alkaloidgehalts darf die Anwendung nur durch erfahrene Therapeuten stattfinden (Ploberger 2011). Es gibt folgende Vergiftungssymptome: Brennen im Mund, Reizwirkung auf den gesamten Verdauungskanal, blutige Durchfälle, Herzrhythmusstörungen, Benommenheit (Roth et al. 1994). Trotz der das Sehvermögen stärkenden Wirkung sollten man das Schöllkraut nicht direkt

in die Augen geben – wegen starker brennender/ätzender Wirkung (eigene Erfahrung).

5.5.7 Odermennig

Lat.: *Agrimonia eupatoria*, engl.: *agrimony*
Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut
Rezeptierform: *Herb.Agrimoniae*

Historie

Bereits im Mittelalter galt der Odermennig (■ Abb. 5.7) als „fürnembst Kraut der alten zu allen verstopften Lebern“ (nach Marzell 2002, S. 109). In der Volksheilkunde sind außerdem vielfältige Einsatzgebiete erwähnt (ebd.). Man vermutet die



■ **Abb. 5.7** Odermennig, *Agrimonia eupatoria*

Herkunft des Namens *eupatoria* in Zusammenhang mit dem König Eupator (gest. 63 v. Chr.), der aus 54 verschiedenen Stoffen das berühmte Gegengift „Mithridat“ zusammenbraute (ebd.). In England sagte man dem Odermennig im Mittelalter Zauber-

kräfte nach, er brachte Schlaf, wenn man ihn unter das Kopfkissen legte, ohne betäubend zu wirken (Grieve 1980). Wood beschreibt diese Zauberkraft folgendermaßen:

- » Unter einer magischen Wirkung verstehe ich dabei, dass sich auch das Umfeld einer Person, die diese Pflanze verwendet, verändert. Der Odermennig verhindert genau wie das Fingerkraut, dass sich jemand in eigene Belange einmischt, oder wehrt Störungen ab. (Wood 2012, S. 128)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Maria Treben empfiehlt den Odermennig bei Blasenleiden, Blutarmut, Halsschmerzen, Hexenschuss, Krampfadern, Mundfäule, Herzerweiterung, Darmerweiterung, Leberleiden, Milzerkrankung, Nierenschaden, Skrophulose usw. (Treben 1987). Laut Chevallier war der Odermennig lange Zeit ein Wundkraut. Er stillt Blutung und fördert die Blutgerinnung. Weitere Verwendungsmöglichkeiten sind Nierensteine, Blasenentzündung, Harninkontinenz, Durchfall und als Verdauungstonicum (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.28 und ■ Tab. 5.29)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 5.28** Wirkqualität und Tropismus des Odermennigs

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber, Gallenblase, Darm	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Niere, Magen	Holmes 1989; Ross 2010
Sauer, neutral	Ross 2010	Milz, Blase	Ross 2010
Trocken, restorierend, stimulierend, erweichend	Holmes 1989	Urogenitalorgane, Lunge, Pankreas, Blut	Holmes 1989

■ **Tab. 5.29** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Odermennigs

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Lungen-Schleim-Feuchtigkeit/Hitze	Holmes 1989	Bronchitis, Asthma, TBC mit blutigem Auswurf, Stimmverlust, Heiserkeit	Augentrost, Brennnessel, Gundermann, Holunder, Huflattich, Königskerze, Spitzwegerich, Ziest
Schleim-Kälte im Urogenitalsystem, klärt Feuchtigkeit und Schleim in Niere und Blase	Holmes 1989; Ross 2010	Lumbalgie, Leukorrhoe, Diarrhoe, Zystitis, Albuminurie, Gonorrhoe, Vaginitis, Zervizitis, Urethritis, Hämorrhagie, Diabethes	Engelwurz, Thuja, Thymian, Anis, Dost, Gundermann, Fenchel, Liebstöckel, Goldrute, Raute, Mutterkraut
Feuchte Hitze in Blase und Dickdarm	Ploberger 2011	Diarrhoe, Zystitis	Schachtelhalm, Goldrute, Königskerze, Taubnessel, Spitzwegerich, Enzian, Beinwell, Eibisch, Frauenmantel, krauser Ampfer, Birke, Walnuss, Hirtentäschel, Löwenzahn, große Klette, Alant
NierenFeuer	Holmes 1989	Nephritis, Anurie, Nierenkolik	Borretsch, Hopfen, Ruprechtskraut
GallenblasenFeuer	Holmes 1989	Cholezystitis, Cholangitis, Übelkeit	Schöllkraut, Tausendgüldenkraut
Feuchte Hitze in Leber und Gallenblase	Ploberger 2011	Ikterus, Cholezystolithiasis, Cholezystitis, Hepatitis	Augentrost, Enzian, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Schöllkraut, Tausendgüldenkraut, Wegwarte, Wermut
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989; Ross 2010	Anurie, Dysurie, Inkontinenz, Harnsteine	Petersilie, Klettenlabkraut, Quecke, Löwenzahn, Tausendgüldenkraut, Birke, Brennnessel, Fenchel, Goldrute, Hirtentäschel, Holunder, Johanniskraut, Liebstöckel, Raute, Rosmarin, Schafgarbe
Leber-und MagenQi-Stagnation	Ross 2010	Appetitlosigkeit, Schmerzen in der rechten Flanke, Ikterus, Hepatitis, Zirrhose	Alant, Anis, Baldrian, Basilikum, Eisenkraut, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Raute
Tonisiert das MilzQi	Ross 2010	Malabsorption, Malnutrition, Leaky-gut-Syndrom	Alant, Anis, Beifuß, Enzian, Engelwurz, Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Luzerne, Melisse, Petersilie, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Taubnessel, Tausendgüldenkraut, Vogelmilch, Walnuss, Weißdorn, Wermut u. a.
Wirkt adstringierend auf die Darmschleimhaut	Ross 2010	Diarrhoe, Kolitis, Darmblutung	Gänsefingerkraut, Walnuss, Himbeerblätter, Mutterkraut, Goldrute, Ruprechtskraut, Hirtentäschel, Braunwurz, krauser Ampfer
Tonisiert und reguliert die Leber	Ross 2010	Leberschwäche, Obstipation, Ikterus, Cholezystitis, Hepatitis B	Beifuß, Brennnessel, krauser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Salbei, Wegwarte

■ Tab. 5.29 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stillt Blutung bei Blut- Hitze	Ploberger 2011		Lungenkraut, Taubnessel, Linde, Ringelblume, Frauenmantel
Fördert die Gewebe- regeneration, lindert Entzündung	Holmes 1989	Ulzerationen, Konjunktivi- tis, Laryngitis, Neuritis, Myalgie, Arthritis	Salomonsiegel, Süßholz, Johanniskraut, große Klette, Rotklee, Rose, Beinwell

! Bei vorliegender Neigung zu Obstipation sollte man Odermennig wegen seiner adstringierenden Eigenschaften vorsichtig verwenden (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempfen u. Fischer 2001)

Xian He Cao, *Agrimonia pilosa* Wirkung: hält das Blut, hämostyptisch, kühlt das Blut, entgiftend und desinfizierend

■ Abb. 5.8 Augentrost, *Euphrasia rostkoviana*

5.5.8 Augentrost

Lat.: *Euphrasia rostkoviana*, *officinalis*, engl.: eyebright

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Euphrasiae

Historie

Augentrost (■ Abb. 5.8) ist eine Halbschmarotzerpflanze, die vor allem Gräsern Nährstoffe entzieht. Volkstümliche Namen wie z. B. „Weiddieb“ erzählen davon (Marzell 2002). Von den antiken Ärzten Dioskurides, Galen und Plinius wird die Pflanze nicht beschrieben, erscheint jedoch im Mittelalter als Mittel, welches „alles Übel aus den Augen“ beseitigt (Grieve 1980). Culpeper schreibt sogar, dass es die Brillenmacher ruinieren würde, wenn man das Kraut in dem Maße nutzen würde, wie man es vernachlässigt, auch stärke es ein schwaches Gehirn oder das Gedächtnis (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Augentrost kann eingesetzt werden bei Bindehaut- und Lidrandentzündungen, entzündlichen und

allergischen Zuständen des Auges, Mittelohrs, der Nebenhöhlen und Nasengänge. Durch die adstringierende Wirkung kann es zu einer Austrocknung der Schleimhäute kommen (Chevallier 2000). Maria Treben empfiehlt eine Anwendung bei grünem und grauem Star, wobei sie beide Krankheiten auch mit einer Nierenproblematik assoziiert (Treben 1987). Weitere Indikationen sind Husten, Schnupfen, Haut- und Magenkrankungen (Hiller u. Melzig 2006). Pahlow beschreibt, dass „skrophulöse“ Kinder, die wenig Widerstandskraft besitzen, geschwollene Halsdrüsen haben, lichtscheu sind und „bei geringstem Luftzug Wasser in den Augen haben“, vom Augentrost profitieren können (Pahlow 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.30 und ■ Tab. 5.31)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.30 Wirkqualität und Tropismus des Augentrostes

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf, bitter	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Augen, Lunge	Holmes 1989; Ross 2010
Leicht adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010	Magen	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Holmes 1989; Ploberger 2011	Milz	Ross 2010; Ploberger 2011
Sauer	Ross 2010	Leber	Ploberger 2011
Neutral, trocken, restorierend, entstauend, auflösend	Holmes 1989	Ohren, Nase	Ross 2010
		Darm, Niere, Blase	Holmes 1989

■ Tab. 5.31 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Augentrostes

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Kälte im Kopf, äußere Wind-Kälte	Holmes 1989	Rhinitis (akut/chronisch, infektiös/allergisch), Sinusitis, Pharyngitis, Konjunktivitis, Blepharitis, Keratitis, Iritis, Otitis	Holunder, Salbei, Pfefferminze, Thymian
Klärt Wind-Hitze	Ross 2010	Akute Rhinitis infektiös/allergisch, Augeninfektionen	Dost, Mutterkraut, Huflattich, Königskerze, Ziest, Alant, Salbei, Thuja, Holunder, Thymian, Schafgarbe, Mädelsüß, Linde, Spitzwegerich, Pestwurz
Lungen-Schleim-Hitze, klärt Lungen-Schleim	Ross 2010	Rhinitis, Sinusitis, nasopharyngeale Entzündungen, Schwerhörigkeit durch Tubenkatarrh	Königskerze, Melisse, Ziest, Kamille, Spitzwegerich, Odermennig, Holunder, Huflattich, Gundermann, Ackerveilchen, Brennessel
Feuchte Kälte im Darm/Milz	Holmes 1989	Chronische Gastroenteritis, Appetitlosigkeit, Diarrhoe, Unruhe	Salbei, Liebstöckel, Dost, Anis, Engelwurz, Mutterkraut, Ruprechtskraut, Raute, Thymian
Stärkt und klärt die Augen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Sehschwäche aufgrund von Überanstrengung, Katarakt, Glaukom (v. a. akuter Anfall), unscharfes, unklares Sehvermögen	Fenchel, Gundermann, Spitzwegerich
NierenQi-Stagnation	Holmes 1989	Müdigkeit, Kopfschmerz, Dysurie, Harnsteine, Alkohol- und Nikotinvergiftung	Baldrian, Braunwurz, Brennessel, Rosmarin, Eisenkraut, Fenchel, Goldrute, Hirtentäschel, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Liebstöckel, Löwenzahn, Odermennig, Petersilie, Quecke, Raute, Schafgarbe u. a.

■ Tab. 5.31 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Klärt feuchte Hitze in der Leber	Ploberger 2011	Migräne, Ikterus	Enzian, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Löwenzahn, Oder- mennig, Schöllkraut, Tausendgülden- kraut, Wegwarte, Wermut
Leber attackiert den Magen	Ploberger 2011	Gastritis, Bulimie	Pomeranzenschale, Eisenkraut, Feld- minze, Kamille, Pfefferminze, Raute, Rosmarin, Schöllkraut

5.5.9 Poleiminze

Lat.: *Mentha pulegium*, engl.: pennyroyal

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.Menthae pul.

Historie

Die Poleiminze (■ Abb. 5.9) war in der Antike vor allem als Abtreibungsmittel bekannt und wurde für Räucherungen verwendet (Beckmann u. Beckmann 2002). Plinius (23–79 v. Chr.) bezeichnete die Pflanze als „wertvoller als Rosen“, vielleicht aufgrund der Vermutung, „dass sie in der Lage ist, verdorbenes Wasser zu reinigen“ (Chevallier 2000). Traditionell galt sie als Flohmittel (lat. *pulex* = der Floh), und Gerard erwähnt eine Verwendung bei Schwindel und Kopfschmerz, wenn man die Poleiminze als Girlande geflochten um den Kopf trägt (Grieve 1980).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Die Verwendung der Poleiminze ist ähnlich wie die der Pfeffer- oder Feldminze. Die verdauungsfördernde und tonisierende Wirkung kommt zum Einsatz bei Koliken, Blähungen und Verdauungsschwäche. Außerdem kann sie zum Entwurmen, bei Kopfschmerzen und Atembeschwerden verwendet werden. Sie hat eine stark stimulierende Wirkung auf die Gebärmuttermuskulatur und fördert die Periode. Äußerlich lindert ein Aufguss Juckreiz und Kribbeln der Haut, Ekzeme und Schmerzen bei rheumatischen Erkrankungen (Chevallier 2000).



■ Abb. 5.9 Poleiminze, *Mentha pulegium*

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.32 und ■ Tab. 5.33)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.32 Wirkqualität und Tropismus der Poleiminze

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Sehr scharf	Holmes 1989; Ross 2010	Leber, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Bitter, neutral mit kühlendem und wärmenden Potential, trocken, stimulierend, verteilend, entspannend, absenkend, adstringierend	Holmes 1989	Lunge, Darm, Nerven, Kopf, Milz	Holmes 1989
Aromatisch, warm	Ross 2010	Niere, Herz	Ross 2010

■ Tab. 5.33 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Poleiminze

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
UterusQi-Stagnation und Kälte	Holmes 1989	Amenorrhoe, Lumbalgie, verzögerte Blutung	Dost, Engelwurz, Liebstöckel, Raute, Thymian
Eingezwängtes Qi im Uterus	Holmes 1989; Ross 2010	Dysmenorrhoe, schwere schmerzhafte Geburt, Geburtsstillstand, Plazentaretention, Rückbildungsstörungen postpartum	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mistel, Mutterkraut, Raute, Ringelblume, Salbei, Schafgarbe, Thuja
Eingezwängtes LungenQi	Holmes 1989	Asthma, krampfartiger Husten, Keuchhusten, Dyspnoe	Ackerveilchen, Anis, Baldrian, Dost, Königskerze, Lavendel, Melisse, Passionsblume, Raute, Schöllkraut, Thuja, Ysop, Ziest
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989, Ross 2010	Akute Kolitis, Kolik, Reizdarm	Linde, Eisenkraut, Basilikum, Rosmarin, Johanniskraut, Raute, Wermut, Schöllkraut, Anis, Kamille, Lavendel, Pomeranzenschale, Braunwurz, krauser Ampfer, Walnuss,
Innerer Wind	Holmes 1989	Tremor, Fieberkrämpfe bei Kindern, Schwindel, Hysterie	Hopfen, Baldrian, Salbei, Kamille, Lavendel, Passionsblume, Rose
Äußere Wind-Hitze	Holmes 1989	Erkältung, Influenza im Frühstadium, Masern, Windpocken	Dost, Lavendel, Mutterkraut, Ziest, Brennnessel, Salbei, Holunder, Thymian, Schafgarbe, Mädesüß, Linde, Spitzwegerich, Pestwurz
LeberFeuer	Holmes 1989	Hitzschlag, Ruhelosigkeit, Reizbarkeit, Kopfschmerz, Schlaflosigkeit, hohes Fieber	Baldrian, Enzian, Frauenmantel, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Mutterkraut, Passionsblume, Rose, Salbei

■ Tab. 5.33 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Beruhigt Nieren-Angst	Ross 2010	Ängstlichkeit und Verzweiflung	Johanniskraut, Thymian Lavendel, Passionsblume, Raute
Beruhigt den HerzGeist	Ross 2010	Ängstlichkeit und Palpitationen	Baldrian, Eibisch, Eisenkraut, Ginkgo, Herzgespann, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Lavendel, Melisse, Linde, Passionsblume, Rose, Taubnessel, Weißdorn
Beruhigt aufsteigendes LeberYang	Ross 2010	Nervöse Kopfschmerzen	Baldrian, Braunelle, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Ingwer, Kamille, Lavendel, Linde, Löwenzahn, Melisse, Mutterkraut, Ziest, Passionsblume, Raute, Rose, Schlüsselblume
Lindert Entzündung, fördert Geweberegeneration, vertreibt Insekten	Holmes 1989		Baldrian, Eisenkraut, Tausendgüldenkraut

! Als uterines Stimulans in der Schwangerschaft verboten. In hoher Dosis nicht lange einsetzen. Das ätherische Öl sollte nicht innerlich angewendet werden.

5.5.10 Pfefferminze, Feldminze

Lat.: *Mentha x piperita*, *Mentha arvensis*, engl.: peppermint, fieldmint

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.*Menthae x pip.*, Herb.*Menthae arv.*

Historie

Die Minzfamilie besteht aus vielen Mitgliedern. „Unsere“ Pfefferminze (■ Abb. 5.10) entstand als spontane Kreuzung 1696 in einem „*Mentha-spicata*“-Feld in England (Pahlow 2006). Ein Lobespruch über die Minzen stammt aus dem 9. Jahrhundert von Walafried Strabo:

» Wenn aber einer die Kräfte, die Arten und Namen der Minze aufzählen wollte, so müßte er auch wissen, wie viele Fische im erythräischen Meer schwimmen. (nach Marzell 2002, S. 214)



■ Abb. 5.10 Pfefferminze, *Mentha x piperita*

Menthol, welches aus der Pfefferminze hergestellt wird, ist wohl das bekannteste und am häufigsten verwendete ätherische Öl (Grieve 1980). Gekannt und verwendet wurde die Minze bereits im antiken Ägypten (1000 v. Chr.), wo man getrocknete Blätter in Pyramiden fand, sowie im antiken Rom und Griechenland (Chevallier 2000).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Wohl wichtigster Bestandteil der Pfefferminze ist das Menthol, welches die krause Minze (*Mentha spicata*) nicht enthält (Pahlow 2006). Die Pflanze wirkt blähungstreibend, schweißtreibend, antiseptisch, sie regt die Gallensekretion an und lindert

Muskelkrämpfe. Ihr Einsatzgebiet sind vor allem Verdauungsbeschwerden, Kolik, Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall und Reizdarm. Daneben wirkt sie kühlend und betäubend auf die Haut, wird verwendet bei Kopfschmerz, Migräne, Neuralgien sowie – aufgrund der antiseptischen Wirkung – bei Atemwegsinfektionen (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.34 und ■ Tab. 5.35)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ Tab. 5.34 Wirkqualität und Tropismus der Pfefferminze/Feldminze

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Scharf	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Lunge	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Warm mit sekundär kühlendem Effekt	Holmes 1989; Ross 2010	Leber	Holmes 1989; Ploberger 2011
Kühl	Ploberger 2011	Herz, Milz, Darm, Uterus	Holmes 1989; Ross 2010
Aromatisch	Ross 2010	Kopf, Magen, Gallenblase, Nerven	Holmes 1989
Leicht süß, trocken, stimulierend, zerstäubend, restorierend, entspannend	Holmes 1989	Niere, Blase	Ross 2010

■ Tab. 5.35 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Pfefferminze/Feldminze

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Kälte	Holmes 1989	Erkältung, Influenza im Frühstadium	Ingwer, Beifuß, Schafgarbe, Thymian, Augentrost, Dost, Engelwurz
Feuchte Kälte im Kopf, Lungen-Wind-Kälte, klärt Kopf und Augen	Holmes 1989; Ploberger 2011	Sinusitis, Rhinitis, Otitis, Laryngitis, Bronchitis, Konjunktivitis	Augentrost, Schöllkraut, Fenchel
Klärt Wind-Hitze	Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung, Influenza mit Halsschmerzen	Dost, Mutterkraut, Huflattich, Königskerze, Alant, Thuja, Holunder, Schafgarbe, Mädesüß, Linde, Spitzwegerich, Gundermann

■ **Tab. 5.35** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Qi-Stagnation in Magen und Gallenblase	Holmes 1989	Appetitlosigkeit, Verdauungsstörungen, Flatulenz, biläre, gastrische und pankreatische Dyspepsie	Enzian, Tausendgüldenkraut, Kamille
Reguliert Milz und Magen, Leber attackiert Milz/Magen	Ross 2010; Ploberger 2011	Appetitlosigkeit, Verdauungsschwäche, Übelkeit, Erbrechen	Pomeranzenschale, Eisenkraut, Kamille, Raute, Rosmarin
LeberQi-Stagnation	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, Übelkeit, Erbrechen, Spannungsfühl und Schmerz im Abdomen und rechten Hypochondrium, Hepatitis, Depression, verminderte Gallensekretion	Beifuß, Pomeranzenschale, Birke, Braunwurz, Eisenkraut, Frauenmantel, Hopfen, Ingwer, Kamille, Liebstöckel, Luzerne, Odermennig, Petersilie, Raute, Rosmarin, Schöllkraut, Tausendgüldenkraut, Wegwarte, Wermut
Rebellierendes MagenQi	Holmes 1989; Ross 2010	Übelkeit, Erbrechen, Schluckauf, Aufstoßen, Gastroenteritis, Magengeschwür	Alant, Augentrost, Enzian (Hitze), Fenchel, Ingwer, Kamille, Lavendel, Mädesüß (Hitze), Pomeranzenschale, Thymian, Zimt (Kälte)
Lindert Entzündung und Parasiten	Holmes 1989	Cholera, Zystitis, Prostatitis, Herpes simplex, Zoster, virale Neuritis, TBC, intestinale Parasiten, Krätze	Melisse, große Klette, Walnuss, Tausendgüldenkraut, Wermut
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989; Ross 2010	Akute Kolitis, Reizdarm, Gallenkolik	Linde, Eisenkraut, Poleiminze, Johanniskraut, Petersiliensamen, Raute, Wermut, Anis, Lavendel, Steinklee, Kamille, Pomeranzenschale u. a.
Eingezwängtes Qi im Uterus	Holmes 1989	Dysmenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Schafgarbe, Thuja
Lindert Schmerz, Juckreiz	Holmes 1989	Migräne, Kopfschmerz, Neuralgie, Ischialgie, Rheuma, Fibromyalgie, Zahnschmerz, Pruritus	Kamille, Vogelknöterich, Ringelblume, Anis, Pestwurz, Ackerveilchen
Aufsteigendes LeberYang	Holmes 1989	Schwindel, Kopfschmerz, Tremor	Baldrian, Eisenkraut, Herzgespann, Hopfen, Kamille, Lavendel, Linde, Melisse, Mutterkraut, Passionsblume, Poleiminze, Raute, Schlüsselblume, Ziest
Schwäche von Gehirn und Nerven	Holmes 1989	Müdigkeit, Schwäche, Schwindel, Ohnmachtsneigung, Abwesenheit, Konzentrationsverluste, Vertigo, Koma, Hypotonie, Sehschwäche	Ziest, Johanniskraut, Salbei, Eisenkraut, Gingko, Schlüsselblume, Mistel, Lavendel, Melisse

■ Tab. 5.35 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Stoppt die Milchbildung	Holmes 1989		Salbei
Bringt Ausschläge an die Oberfläche und beschleunigt dadurch die Abheilung	Ploberger 2011	Masern, Röteln (v. a. im Anfangsstadium)	Große Klette, Klettenlabkraut, Löwenzahn

! **Vorsicht in der Dosierung des ätherischen Öls.** Hohe Dosen von Pfefferminze können Epilepsie auslösen. Kontraindiziert bei Trockenheit, Yin-Mangel und Hyperazidität des Magens (Holmes 1989). Die Feldminze in der Schwangerschaft ist erlaubt (Ploberger 2011), aber aufgrund des Pulegon-Gehaltes vorsichtig zu verwenden (Holmes 1989).

Verwendung in der Chinesischen Medizin (Hempen u. Fischer 2001)

Bo he, *Mentha haplocalyx*, *Mentha arvensis* Wirkung: leitet Wind-Hitze aus, lockert und löst die Oberfläche, befördert Exantheme heraus, klärt Kopf und Augen, öffnet die Energiebahnen und Sinne, bewegt und reguliert das Qi

5.5.11 Mutterkraut

Lat.: *Chrysanthemum parthenium*, *Tanacetum parthenium*, engl.: feverfew

Verwendeter Teil: das oberirdische Kraut

Rezeptierform: Herb.*Chrysanthemi parth.*

Historie

Die Anwendung bei Schmerzen ist in der Volksheilkunde seit langem bekannt, so empfiehlt Gerard sowohl die innere als auch die äußere (um die Gelenke gebunden) Verwendung bei Schmerzen (Grieve 1980). Aufgrund seiner Wirkung auf die Gebärmutter trägt es in vielen Ländern Europas auch den Namen Mutterkraut (■ Abb. 5.11) (Holmes 1989).



■ Abb. 5.11 Mutterkraut, *Chrysanthemum parthenium*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

In England ist die Anwendung bei Migräne seit langem bekannt, nachdem die Frau eines walisischen Arztes durch Mutterkraut von ihrem 50 Jahre währenden Migräneleiden kuriert werden konnte (Chevallier 2000). Man konnte nachweisen, dass die Bestandteile des ätherischen Öls der Pflanze die Prostaglandinsynthese hemmen und die Serotoninausscheidung herabsetzen (Pahlow 2006). Indikationen für die Pflanze sind Vorbeugung von Migräneanfällen, Fieber, Auslösung der Menstruation, Geburtshilfe und Arthritis (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.36 und ■ Tab. 5.37)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.

■ **Tab. 5.36** Wirkqualität und Tropismus des Mutterkrauts

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter, kühl	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011	Leber	Holmes 1989; Ross 2010; Ploberger 2011
Scharf	Holmes 1989; Ploberger 2011	Dickdarm, Magen	Ploberger 2011
Trocken, entspannend, stimulierend, beruhigend	Holmes 1989	Muskeln, Nerven, Uterus, Genitalien, Lunge, Milz	

■ **Tab. 5.37** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des Mutterkrauts

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Eingezwängtes UterusQi, UterusQi-Stagnation	Holmes 1989	PMS, Dysmenorrhoe, Amenorrhoe	Beifuß, Eisenkraut, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Mittel, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Rose, Salbei, Schafgarbe, Thuja
Bi-Syndrom bei Feuchtigkeit/Kälte	Holmes 1989	Neuralgie (Ischialgie, Trigemini), Arthritis, wandernde Schmerzen, Fibromyalgie	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Zimt
Lindert Schmerz und Entzündung	Holmes 1989	Migräne, Spannungskopfschmerz, Fieber	Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Luzerne, Tausendgüldenkraut, Rotklee, Ziest, Lavendel, Passionsblume, Linde, Frauenmantel, Pfefferminze, Beinwell, Pestwurz
Feuchter Schleim im Kopf	Holmes 1989	Sinusitis, Rhinitis	Gundermann, Holunder, Mädesüß, Spitzwegerich
Klärt Wind-Hitze	Ross 2010; Ploberger 2011	Erkältung, Fieber	Ackerveilchen, Augentrost, Holunder, Ingwer, Kamille, Linde, Mädesüß, Pfefferminze, Salbei, Schafgarbe
LeberHitze, beruhigt hyperaktives LeberYang, bewegt LeberQi	Ross 2010; Ploberger 2011	Migräne, Kopfschmerz, zyklusabhängigen Kopfschmerz	Löwenzahn, Eisenkraut, Frauenmantel, Hopfen, Rose
LeereHitze bei Yin-Mangel	Ploberger 2011		Borretsch, Hopfen, Odermennig, Ruprechtskraut
Innerer Wind	Ploberger 2011	Epilepsie, Spasmen, Lähmungen	Baldrian, Raute, Hopfen, Kamille, Lavendel, Mistel, Passionsblume, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume
Feuchtigkeit in Magen und Darm	Holmes 1989	Flatulenz, Dyspepsie, Gastritis, intestinale Parasiten	Gänsefingerkraut, Löwenzahn, Beifuß, Himbeerblätter, Odermennig, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut

■ Tab. 5.37 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indi- kation	Kombinationsmöglichkeit
Feuchte Kälte im Urogenitalsystem	Holmes 1989	Leukorrhoe	Ruprechtskraut, Hirtentäschel, Taubnessel, Schachtelhalm, Schafgarbe, Liebstöckel, Thymian, Rosmarin, Johanniskraut, Engel- wurz, Alant, Thuja
Lungen-Schleim-Feuch- tigkeit	Holmes 1989	Chronische Bronchitis, Asthma, Keuchen	Alant, Augentrost, Dost, Fenchel, Holunder, Huflattich, Königskerze, Salbei, Schafgarbe, Spitzwegerich, Thuja, Thymian, Ysop

- ! Wegen Uterus-stimulierender Wirkung in der Schwangerschaft kontraindiziert (Holmes 1989; Ploberger 2011). Der Saft der Pflanze kann bei sensiblen Personen allergische Reaktionen an der Haut verursachen, bei hochdosierter alleiniger Anwendung keine Dauereinnahme (Holmes 1989).

5.5.12 Krauser Ampfer

Lat.: *Rumex crispus*, engl.: yellow dock

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: *Rad.Rumicis crispi*

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Der krause Ampfer (■ Abb. 5.12) hat eine leicht abführende Wirkung. Dabei wirkt er sanft, sodass sich die Pflanze gut anbietet für Verstopfung bei Kindern. Weiterhin stimuliert er den Gallenfluss und wirkt reinigend. Einsatzmöglichkeiten bei Akne, Ekzemen, Furunkel, Psoriasis, Verdauungsschwäche, Obstipation, Pilzinfekten, arthritischen und rheumatischen Beschwerden und Osteoarthritis (Chevallier 2000).

Integration in das System der Chinesischen Medizin (■ Tab. 5.38 und ■ Tab. 5.39)

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.



■ Abb. 5.12 Krauser Ampfer, *Rumex crispus*

■ **Tab. 5.38** Wirkqualität und Tropismus des krausen Ampfers

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Leicht bitter, adstringierend	Holmes 1989; Ross 2010	Darm, Leber	Holmes 1989; Ross 2010
Sauer	Ross 2010	Blut, Lymphe, Pankreas, Niere, Haut	Holmes 1989
Kalt, trocken, auflösend, bewegend, restorierend	Holmes 1989		

■ **Tab. 5.39** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten des krausen Ampfers

Chinesisches Muster/Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Mikrobielle Toxikose mit feuchter Hitze	Holmes 1989; Ross 2010	Neigung zu Entzündungen, Nahrungsmittelallergien	Spitzwegerich, große Klette, Melisse, Lavendel, Ringelblume, Löwenzahn, Sonnenhut
LeberQi-Stagnation mit feuchter Hitze, bewegt und tonisiert das LeberQi	Holmes 1989; Ross 2010	Bitterer Mundgeschmack, Verdauungsschwäche, Kopfschmerz, Launenhaftigkeit, Fettunverträglichkeit, Verstopfung	Birke, Klettenlabkraut, ODERmennig, Schöllkraut, Wermut, Löwenzahn, Eisenkraut, Melisse, Brennnessel, Wegwarte, Beifuß, Rosmarin, Petersilie, Enzian, Schafgarbe, Walnuss, Gänsefingerkraut
Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze	Holmes 1989; Ross 2010	Furunkel, Abszesse, eitrige Geschwüre, Laryngitis, Pharyngitis, Bronchitis, akute Entzündungen, Magengeschwür	Schachtelhalm, Braunwurz, Mädesüß, Vogelmiere, Luzerne, Walnuss, Goldrute, große Klette, Raute, Rotklee, Löwenzahn, Klettenlabkraut, Birke
Feuchte Hitze im Darm	Holmes 1989	Diarrhoe, Enteritis, Dysenterie	Schachtelhalm, Birke, Goldrute, Quecke, Königskerze, Walnuss, Taubnessel, Löwenzahn, Spitzwegerich, Eibisch, Frauenmantel, Gänsefingerkraut, Himbeerblätter, ODERmennig
Eingezwängtes DarmQi	Holmes 1989	Obstipation, Müdigkeit, Spannungsgefühl im Abdomen	Linde, Eisenkraut, Johanniskraut, Wermut, Anis, Schöllkraut, Lavendel, Steinklee, Pomeranzenschale, Kümmel, krauser Ampfer, Schafgarbe, Engelwurz, Ingwer, Bergbohnenkraut
Feuchtigkeit in der Haut	Holmes 1989	Rote, nässende, juckende Ekzeme, Urtikaria, Syphilis, Psoriasis (Ross 2010)	Ackerweilchen, Birke, große Klette, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Rotklee, Vogelmiere

■ Tab. 5.39 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung/ Indikation	Kombinationsmöglichkeit
Fördert die Harn- produktion, lindert Übersäuerung	Holmes 1989	Gicht, chronische Arth- ritis, Harnsteine	Vogelmiere, Luzerne, Schachtelhalm, Acker- veilchen, Petersilie, Liebstöckel, Goldrute, Brennnessel, Brombeere, große Klette, Ruprechtskraut, Löwenzahn, Frauenmantel, Odermennig, Klettenlabkraut, Birke
Uterus-Blutstase	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Hämor- rhoiden, Ovarialzysten	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Stein- klee, Taubnessel, Thuja
LeberBlut-Stase	Holmes 1989	Portaler Hypertonus	Frauenmantel, Löwenzahn
Nährt und belebt das Blut	Holmes 1989	Anämie, Diabethes	Brennnessel, Schafgarbe, Vogelmiere, Luzerne, Petersilie, Salbei, Rotklee, Rosmarin (Herz), Beifuß (Leber), Melisse (Herz), Weiß- dorn (Herz) u. a.
Fördert Geweberege- neration	Holmes 1989	Wunden akut/chronisch	Sonnenhut, Beinwell, Klettenlabkraut, Oder- mennig, Schöllkraut (lokal), Frauenmantel u. a.
Pathogener Rest- faktor	Ross 2010	Rezidivierende Infekte (v. a. des Harntraktes)	Schafgarbe, große Klette (v. a. Hitze), Son- nenhut, Thuja, Brennnessel (Feuchtigkeit/ Schleim oder feuchte Hitze), Beifuß, Ringel- blume (v. a. Hitze auf Blutebene)
Verkleinert Tumore	Holmes 1989	Tumore (v. a. des weib- lichen Genitaltraktes)	Walnuss, Schachtelhalm, Steinklee, Goldrute, große Klette, Ruprechtskraut, Raute, Mistel, Ringelblume, Schöllkraut, Klettenlabkraut

Bei Leberschwäche kann die Toxinanflutung für den Organismus sehr heftig sein und vorübergehend zu Verschlechterung des Hautbildes bzw. der rheumatischen Beschwerden führen, die ausscheidende Funktion kann man hier mit Mariendistel und Süßholz fördern (Ross 2010).

! **Verboten bei Diarrhoe aufgrund eines MilzQi-Mangels (Holmes 1989).**

5.5.13 Pestwurz

Lat.: *Petasites hybridus, officinalis*, engl.: *butterbur*
Verwendeter Teil: die Wurzel
Rezeptierform: Rad.Petasites

Historie

Die Pestwurz (■ Abb. 5.13) wurde gefürchtet, da man annahm, die Hexen würden sie zum Zaubern verwenden (Teufelshand, Teufelshut sind volkstümliche Namen), und so gebrauchte man sie auch dazu, Krankheiten zu heilen, von denen man glaubte, sie wären von Hexen verursacht worden, wie z. B. die Pest (Müller-Ebeling et al. 1999). Der Name „petasites“ kommt vom griechischen *pefasos*, was „Regen- oder Sonnenschirm“ bedeutet, denn man konnte die großen Blätter aufsetzen wie einen breitkrempigen Hut (Hiller u. Melzig 2006). Vor allem die schweißtreibende Wirkung machte die Pflanze im Mittelalter für den Einsatz bei Krankheiten wie der Pest wertvoll (ebd.).

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

Pestwurz wird bei Erkrankungen der Atemwege, wie Bronchitis, Asthma und Keuchhusten, eingesetzt. Weiterhin hat sie eine krampflösende und tonisierende Wirkung auf Magen, Gallenblase und Zwölffingerdarm. Sie kommt zum Einsatz bei Harnwegsinfekten und äußerlich zur Wundheilung. Umstritten ist inzwischen die innerliche Anwendung wegen der enthaltenen Pyrrolizidinalkaloide (Chevallier 2000). Maria Treben empfiehlt die Anwendung bei Atemnot, Hautblasen (Füße), wundgelaufenen Füßen, Gicht, Verstauchung, Wundbehandlung, Geschwür (Treben 1987). Eine unterstützende Behandlung bei krampfartigen Schmerzen, vor allem der ableitenden Harnwege, bei Spannungskopfschmerz und Migräne ist möglich (Hiller u. Melzig 2006).

Integration in das System der Chinesischen Medizin

■ Tab. 5.40 und ■ Tab. 5.41

Vorgestellt werden im Folgenden das Wirkprofil der Pflanze, eine Erläuterung der Chinesischen Indikation sowie die entsprechende westliche Wirkung.



■ Abb. 5.13 Pestwurz, *Petasites hybridus*

■ Tab. 5.40 Wirkqualität und Tropismus der Pestwurz

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Bitter	Holmes 1989; Ploberger 2011	Lunge, Herz, Niere, Blase	Holmes 1989; Ploberger 2011
Süß, kühl	Ploberger 2011	Leber, Haut, Uterus, Immunsystem	Holmes 1989
Scharf, warm, trocken, stimulierend, auflösend, entspannend	Holmes 1989		

■ **Tab. 5.41** Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Pestwurz

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Äußere Wind-Kälte, Lungen-Wind-Kälte	Holmes 1989; Ploberger 2011	Frösteln, Erkältung, Influenza im Frühstadium, Husten mit dünnem weißen Auswurf	Augentrost, Dost, Brennnessel, Engelwurz, Ingwer, Pfefferminze, Salbei, Schafgarbe, Thymian
Lungen-Schleim- Feuchtigkeit	Holmes 1989; Ploberger 2011	Akute/chronische Bronchitis, Pneumonie	Alant, Augentrost, Brennnessel, Dost, Fenchel, Eibisch, Goldrute, Gunder- mann, Holunder, Huflattich, Königs- kerze, Mädesüß, Mutterkraut, Raute, Salbei, Schafgarbe, Spitzwegerich, Thuja, Thymian
Innerer Wind	Ploberger 2011	Neuralgien	Raute, Königskerze, Mutterkraut, Poleiminze, Salbei, Schlüsselblume, Mistel, Weißdorn, Hopfen, Baldrian, Ackerveilchen, Dost, Salomonsiegel
Bi-Syndrom bei Wind- Feuchtigkeit	Holmes 1989	Akute Neuralgien, rheumatische Schmerzen	Alant, Mädesüß, Engelwurz, Rosmarin, Beifuß, Zimt, Mistel, Schlüsselblume, Eisenkraut, Schöllkraut, Mutterkraut
MagenFeuer	Ploberger 2011	Gastritis, Reizmagen, Römheld-Syndrom	Baldrian, Eibisch, Enzian, Hopfen, Kamille, Löwenzahn, Mädesüß, Melisse, Ringelblume, Rose, Süßholz, Tausend- güldenkraut
Bewegt das LeberQi	Ploberger 2011	Migräne, PMS, Dysmenorrhoe	Beifuß, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Johanniskraut, Lavendel, Liebstöckel, Mistel, Mutterkraut, Raute, Ringelblume, Salbei, Schafgarbe u. a.
Eingezwängtes LungenQi, tonisiert das LungenQi	Holmes 1989; Ploberger 2011	Asthma	Alant, Engelwurz, Thuja, Thymian, Ysop
Eingezwängtes Qi im Darm	Holmes 1989	Kolik, Verdauungsschwäche, Reizdarm, Gastritis, Sodbrennen	Anis, Baldrian, Basilikum, Pomeranzen- schale, Braunwurz, Eisenkraut, Engel- wurz (wärmt), Ingwer, Kamille, krauser Ampfer, Kümmel, Lavendel, Linde, Petersilie, Poleiminze, Rosmarin u. a.
Lindert Schmerz, bewegt das Qi	Holmes 1989	Dysmenorrhoe, Spannungskopfschmerz	Alant, Spitzwegerich, Königskerze, Süßholz, Luzerne, Lavendel, Ziest, Beinwell, Tausendgüldenkraut, Rotklee, Frauenmantel, Passionsblume, Linde, Pfefferminze, Mutterkraut
NierenQi-Stagnation, wirkt diuretisch	Holmes 1989; Ploberger 2011	Anurie, Dysurie, Ekzeme	Birke, Braunwurz, Brennnessel, Fenchel, Goldrute, Johanniskraut, Klettenlabkraut, Liebstöckel, Löwen- zahn, Odermennig, Petersilie, Quecke
Leitet Stagnation in Form von Feuchtig- keit aus	Ploberger 2011		Odermennig, Engelwurz, Thuja, Thymian, Anis, Dost, Gundermann, Fenchel, Liebstöckel, Goldrute, Raute, Mutterkraut

■ Tab. 5.41 (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Uterus-Kälte	Holmes 1989	Amenorrhoe	Dost, Engelwurz, Fenchel, Ingwer, Liebstöckel, Poleiminze, Raute
HerzQi-Mangel	Holmes 1989	Palpitationen, Druck auf der Brust	Anis, Baldrian, Herzgespann, Rosmarin, Weißdorn
Lindert Infekte, fördert die Geweberegeneration	Holmes 1989	Chronische Infekte (Respirations-, Harntrakt, Haut), chronische Geschwüre	Löwenzahn, Beinwell, Ringelblume, Goldrute, Vogelmiere, Vogelknöterich, Rotklee, Ackerveilchen u. a.

! Aufgrund der Uterus-stimulierenden Wirkung und dem Gehalt an teratogenen Alkaloiden in der Schwangerschaft und Stillzeit kontraindiziert. Aus demselben Grund sollte Pestwurz nicht alleine und länger eingenommen werden (Holmes 1989; Ploberger 2011). Innerlich nur in prozessierter Form (Ploberger 2011).

5.5.14 Kardendistel, Weberkarde, Wilde Distel

Lat.: *Dipsacus sylvestris*, *D.fullosus*, *D.sativus*, engl.: teasle

Verwendeter Teil: die Wurzel

Rezeptierform: Rad. *Dipsaci*

Historie

Die alten Kräuterärzte nannten das Wasser, das sich zwischen Stängel und Blatt sammelt, „Venusbad“ und glaubten, es wäre als heilsam für die Augen (Chevallier 2000). Culpeper beschreibt die Wirkung der Wurzel in Anlehnung an Dioskurides als reinigend, wirksam gegen Fisteln, Warzen und Geschwüre (Grieve 1980). Verwendet wurden die stacheligen Blütenköpfe der Weberkarde (■ Abb. 5.14) (daher auch der Name) zum „Kardieren“ von Wollfäden in der Stoffherstellung (Wood 2012). Eine amüsante Erfahrung, eine „abergläubische“ Anwendung am eigenen Leib auszuprobieren, schildert Gerard, der sich vom Wechselfieber kurieren wollte und die Weisung befolgte, die im „Venusbad“ gefundenen Würmer in einem Täschchen um den Hals zu tragen: „Wie ich selbst bezeugen kann, ist



■ Abb. 5.14 Kardendistel, *Dipsacus sylvestris*

dies nichts als unnützer, alberner Mumpitz.“ (nach Wood 2012, S. 301)

Verwendung in der westlichen Phytotherapie

In der westlichen Kräutertradition wurde die Pflanze kaum eingesetzt, und man findet wenig Material. Inspiriert durch „moderne“ Krankheiten wie die Borreliose und durch die Chinesische Pflanzenheilkunde, widmet sich Matthew Wood der Karde ausführlich. Wenn man die Pflanze aus der Perspektive der Signaturenlehre betrachtet, kann man am Blühverhalten (die kleinen Blüten „wandern“ am Blütenkopf entlang) die im ersten Stadium der Borreliose erscheinende „Wanderröte“, das Erythema migrans, erkennen. Wood orientiert sich am Erfahrungsschatz von William LeSassier, zu dessen Lieblingspflanzen die Karde gehört und der sich in der Anwendung auf die Chinesische Medizin bezieht. So verwendet er die Pflanze bei verrenkten,

verstauchten und gezerzten Gelenken. „Das, was Zerbrochenes wieder in Ordnung bringt“ lautet die Übersetzung für den Chinesischen Namen der Pflanze (Wood 2012, S. 302).

Weitere Einsatzmöglichkeiten sind Stillen von Blutungen im Bereich der Gebärmutter, Stoppen von Fehlgeburten, zur Beruhigung des „unruhigen Fötus“, chronische Muskelentzündung und chronische Arthritis (Wood 2012). Die Borrelien lösen chronische Entzündungen und Schmerzen aus, wobei Muskeln und Gelenke zerstört werden, und die Karde ist ein wertvolles Mittel zur Behandlung dieser Erkrankung, wie Wood aus eigener Erfahrung bestätigt (ebd.).

Als ich bei Wolf-Dieter Storl über die Karde nachlas, begegnete ich der Äußerung einer älteren Kräuterfrau, die die Pflanze schon seit langem bei Arthrosen, rheumatischen Gelenken und sogar Spondylarthritis einsetzte (Storl 2005). Einmal mehr wurde ich „eingeladen“, am Eigenversuch die Wirkung einer Pflanze nachzuvollziehen sowie die Tatsache, dass dort, wo die Krankheit ist, auch das Heilkraut wächst, was ja die heimische Pflanzenheilkunde so faszinierend macht: Mein älterer Hund litt seit einiger Zeit an starker Bewegungseinschränkung, konnte sogar ein paar Tage gar nicht

mehr alleine aufstehen (durch den Beinwell kam er wieder auf die Füße). Die befreundete Tierärztin diagnostizierte neben rheumatischen Gelenken eine Spondylarthritis. Von meinem Küchenfenster aus konnte ich im Garten drei stattliche Karden erblicken. Schon vorher machte ich mir Gedanken, für wen die wohl dort wachsen. Nach der Lektüre und Vorbereitung für dieses Kapitel war mir klar, diese Pflanze wächst für Artus (mein Hund). Schon vorher (► Abschn. 1.5.2 und ► Abschn. 3.5.18) habe ich an meinen Tieren lernen dürfen, wie wunderbar die Pflanzenheilkunde nicht nur beim Menschen wirkt, und wurde dabei immer ermutigt, „dranzubleiben“, weiterzumachen. Da mein Hund sehr gerne frisst, eignet sich die Herstellung eines Ölauszugs, welcher sehr bitter wird und den man über das Futter geben kann, als beste Verabreichung.

**Integration in das System
der Chinesischen Medizin
(► Tab. 5.42 und ► Tab. 5.43)**

Keiner der Autoren, von denen ich meine Angaben beziehe, schreibt über die Karde. So verwende ich die Informationen von Hempen und Fischer (2001) über die chinesische Kardenwurzel Xu Duan, ergänzt durch die Angaben von Matthew Wood (2012)..

► Tab. 5.42 Wirkqualität und Tropismus der Karde

Wirkqualität	Literatur	Tropismus	Literatur
Warm, bitter	Hempen u. Fischer 2001	Leber, Niere	Hempen u. Fischer 2001

► Tab. 5.43 Chinesisches Muster/Indikation, Westliche Wirkung/Indikation und Kombinationsmöglichkeiten der Karde

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Stützt das Yang	Hempen u. Fischer 2001	Schwäche, Kraftlosigkeit, einknickende Gelenke, Rückenschmerzen, Knie-schmerzen, steife Gelenke	Rosmarin, Beifuß, Zimt, Basilikum, Bergbohnen-kraut, Anis, Wermut
Verletzungen	Hempen u. Fischer 2001	Hämatome, Wunden, Frakturen	Beinwell, Johanniskraut, Schachtelhalm, Braunelle, Ringelblume

■ **Tab. 5.43** (Fortsetzung)

Chinesisches Muster/ Indikation	Literatur	Westliche Wirkung	Kombinationsmöglichkeit
Kräftigt den Bewegungs- apparat	Hempen u. Fischer 2001	Kraftlosigkeit der Muskulatur, schwache Gelenke	Schachtelhalm, Salomon- siegel, Beinwell, Melisse, Wegwarte, Brennnessel, Rotklee, Luzerne
Bewegt das Blut	Hempen u. Fischer 2001	Rückenschmerzen, Schwellungen im Rücken- bereich, Schmerzen der Extremitäten, Schmer- zen durch Traumata, Schwellung der Extremitä- ten (v. a. posttraumatisch)	Hirtentäschel, Steinklee, Schafgarbe, Beinwell
Hämostyptisch	Hempen u. Fischer 2001	Gynäkologische Blutungen, Flour albus, Blutungen während der Schwanger- schaft	Hirtentäschel, Beifuß, Schafgarbe, Ringelblume, Johanniskraut
Unruhe des Foetus	Hempen u. Fischer 2001	Frühgeburtsbestrebungen	
Stärkt die NierenEssenz	Wood 2012	Altersdemenz (Verlust der inneren Struktur und Integrität der Psyche), Hilflosigkeit, Sinnverlust	Melisse, Gingko, Rotklee, Salbei, Löwenzahn, Luzerne
Stärkt LeberBlut	Wood 2012	Brüchige Nägel, trockene dünne Haare „spröde Seh- nen“, Hypomenorrhoe	Beifuß, Taubnessel, Brenn- nessel, krauser Ampfer, Löwenzahn, Luzerne, Pe- tersilie, Salbei, Vogelmiere, Walnuss, Wegwarte
Borreliose, Autoimmun- erkrankungen	Wood 2012		► Kap. 8

5.6 Patientenfälle

5.6.1 Fall 23

Die 59-jährige Patientin stellt sich im Mai 2014 mit folgenden Beschwerden in der Praxis vor: „Bin Schmerzpatient“, „immer Druck unter der Leber“, Schlafapnoe, der Stuhlgang ist träge, psychische Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, „ich hab keinen Bock mehr auf nichts“

Zunge Rot, vor allem an den Rändern, gelblicher Belag, Ränder belaglos, tiefe Delle im vorderen Drittel, Spitze gerötet, weicht etwas ab nach rechts (■ Abb. 5.15), Unterzungen sind stark gestaut (■ Abb. 5.16).

Puls Am schwächsten ist der rechte Nierenpuls, Milzpuls ist etwas drahtig.

Diagnose HerzHitze, LeberHitze, Leber-Qi-Stagnation, Leber greift die Milz an, LungenQi-Schwäche, Qi-Stagnation in Dickdarm und Lunge, NierenYang-Schwäche, Blutstase

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 5.44 hervor.



Abb. 5.15 Zunge Fall 23-1



Abb. 5.16 Zunge Fall 23-2

Tab. 5.44 Rezeptur Fall 23

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzYin, bewegt und reguliert das MagenQi, kühlt HerzFeuer und beruhigt den HerzGeist, tonisiert Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberQi
Herb.Meliloti	Steinklee	Melilotus officinalis	Bewegt das Herz-, Darm- und LungenQi, kühlt HerzFeuer, belebt das Blut
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Bewegt das LeberBlut und kühlt die Leber, stützt das Nervensystem und lindert Schmerz
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das Qi in Darm, Herz und Lunge, beruhigt inneren Wind bei nervösem Exzess, beruhigt aufsteigendes LeberYang und LeberHitze, bewegt das LeberQi im mittleren Erwärmer, beruhigt den HerzGeist, klärt HerzHitze, bewegt das MagenQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist und kühlt HerzHitze, bewegt Lungen-, Leber- und MagenQi, beruhigt inneren Wind, tonisiert das Herz- und NierenYin, tonisiert das HerzBlut, beruhigt LeberYang und LeberHitze, stimuliert das WeiQi

■ Tab. 5.44 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Klärt LeereHitze im Herzen und beruhigt den HerzGeist, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert das Blut und das Qi im Allgemeinen, tonisiert das WeiQi, tonisiert Gehirn und Nerven, bewegt das Lungen- und DarmQi, beruhigt inneren Wind
Rad.Taraxaci	Löwen- zahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert und bewegt Leber- und GallenblasenQi, klärt Leber-Hitze, tonisiert und bewegt das Qi im Darm, bewegt LeberBlut
Herb.Leonuri	Herzge- spann	Leonurus cardiaca	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, stabilisiert das HerzQi und beruhigt den Geist, tonisiert das HerzQi, bewegt das Qi im Darm
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das HerzQi bei Exzess, bewegt das Lungen- und DarmQi,
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den HerzGeist, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Qi in Darm und Lunge, tonisiert die NierenEssenz
Herb.Chelidonii	Schöll- kraut	Chelidonium majus	Bewegt das LeberQi, reguliert das Qi von Leber und Gallenblase, befreit den Darm bei „Angriff“ durch die Leber, bewegt HerzQi und -Blut, bewegt das Qi in Darm und Lunge
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Bewegt das LeberQi, lindert Schmerz
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert Lungen- und HerzQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, bewegt das Qi in Leber und Gallenblase
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt und tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, tonisiert das NierenYang
Herb.Artemisiae vulg	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Qi im Darm, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang und LeberWind, tonisiert das NierenYang
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert das Blut, reguliert das Qi im Darm, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert Herz- und LungenQi, tonisiert HerzBlut, bewegt das Blut
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das Lungen-, Darm- und -HerzQi, bewegt das LeberQi, tonisiert das NierenYang
Herb.Millefolii	Schaf- garbe	Achillea millefolium	Bewegt das Blut, bewegt und tonisiert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Qi im Darm, bewegt das Leber- und GallenblasenQi, tonisiert das Blut
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi, beruhigt den Geist, klärt Feuchtigkeit und Schleim, wirkt Blutstase entgegen



■ Abb. 5.17 Zunge Fall 23-3



■ Abb. 5.18 Zunge Fall 23-4

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin jeweils 5 pro Tag einnimmt, was einer Gesamtdosis von 1 g entspricht. Zwei Monate später kommt ein telefonisches Feedback von der Patientin: „Es ist super gutgegangen, Stuhlgang klappt zum ersten Mal, Gewicht abgenommen, es begeistert mich, ich habe das leise Gefühl, ich muss in meinem Leben etwas ändern.“ Die Patientin lebt in einer frustrierenden beruflichen Situation, wo sie weit unter ihren Möglichkeiten eingesetzt ist, jedoch aus finanziellen Gründen keinen Absprung/Neuanfang wagt im Moment. Ich verordne die gleiche Rezeptur weiter. Bei einem Kontrolltermin weitere drei Monate später sehen die Zungenbilder so aus, wie auf den Fotos gezeigt. Die Zungenfarbe ist jetzt fast normal, die Ränder sind nicht mehr gerötet, noch ohne Belag, im Lungenareal weiterhin eine tiefe Delle (■ Abb. 5.17). Die Unter-

zungenvenenstauung hat sich deutlich verbessert (■ Abb. 5.18).

Manchmal kommen die Patienten zu uns und befinden sich in einer extremen Sackgasse, was ihre Lebensgestaltung betrifft, was evtl. auch ursächlich an der Erschöpfung, den Beschwerden mitwirkt. Ich glaube, es ist sehr schwierig für die LeberEnergie, einen Zustand auszuhalten, der von Stillstand geprägt ist und gleichzeitig von Unzufriedenheit, Stagnation, Hilflosigkeit und Frustration. Das leert auf Dauer die „Leber(Lebens)Batterie“. Als Therapeuten können wir die Patienten darin unterstützen, sich ihre Situation ehrlich anzusehen, sie ermutigen, ihre Frustration anzuerkennen, alternative Lebenswege zunächst zu sehen und dann evtl. zu gehen, wenn die Kraft wieder steigt. In erster Linie geht es aber immer darum, die Balance in der aktuellen Lebenssituation wiederherzustellen. Gemäß der Chinesischen Medizin kann man gleichzeitig attackierend auf den pathogenen (Rest-)Faktor eingehen und

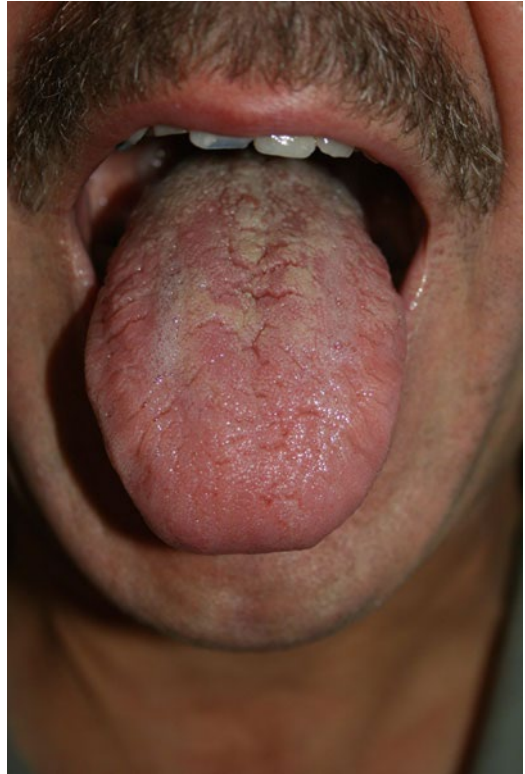
dann das weitere Vorgehen dem Körper überlassen, wo die nächsten „Schritte“ gemacht werden, und vorsichtig unterstützen.

5.6.2 Fall 16

Im August 2014 stellt sich der 55-jährige Patient in der Praxis vor, und zwar wegen Schlafstörungen und körperlicher Erschöpfung. Seit ca. sechs Wochen wacht er regelmäßig nachts um 3.00 Uhr auf und kann nicht wieder einschlafen. Seit ca. 30 Jahren bestehen in seiner Firma Konflikte mit dem Teilhaber (Bruder), eine große Entscheidung bezüglich der Erweiterung der Firma steht an, was ihn sehr beschäftigt. Die Erschöpfung besteht seit 3–4 Jahren, er braucht lange, bis er morgens aus dem Bett kommt, leidet 2-mal pro Jahr an Lumbalgie, im April 2013 kam es zu einem Bandscheibenprolaps in der HWS, es besteht häufig ein Spannungsgefühl im Nackenbereich, der diastolische Blutdruck ist erhöht (Werte um 95–100 mmHg). Früher litt er regelmäßig unter Migräne. Der Appetit ist schlecht, die Verdauung gut.

Zunge Farbe fast normal, Belag wurzellos, vor allem im hinteren Drittel, auch im Magenbereich, sonst bräunlicher Belag, viele Furchen und Querrisse am Rand (■ Abb. 5.19), Unterzunge ohne Befund

Puls Großes Überbein an der Lebertaststelle, eher langsam, Leber- und rechter Nierenpuls leer, Milzpuls leicht wegdrückbar, Nierenpuls links stabil



■ Abb. 5.19 Zunge Fall 16-1

Diagnose LeberBlut und -Yin-Mangel, unruhiger HerzGeist, aufsteigendes LeberYang, MagenYin-Mangel, MilzQi-Schwäche, Schleim, NierenYang-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 5.45 hervor.

■ Tab. 5.45 Rezeptur Fall 16

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert das Leber- und NierenYin und die Essenz, bewegt das Qi in Leber und Magen
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Befeuchtet den Magen, kühlt MagenHitze, bewegt das LeberQi, löst und verteilt zähen Schleim
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das HerzQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, bewegt das Qi in Leber und Gallenblase, bewegt das MagenQi, bewegt das Qi in der Niere
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, befeuchtet den Magen, nährt das MagenYin, tonisiert das HerzYin, tonisiert das Qi von Milz und Magen

■ Tab. 5.45 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung
Rhiz. Polygonati od.	Salomon-siegel	Polygonatum odoratum	Tonisiert Yin und Flüssigkeiten, befeuchtet den Magen, LeereHitze des Magens, tonisiert das Milz- und HerzQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi, beruhigt den HerzGeist, kühlt Herz-Hitze, tonisiert Herz- und NierenYin, tonisiert HerzQi und -Blut, tonisiert das MilzQi, beruhigt LeberYang und -Hitze, beruhigt den Magen und klärt MagenHitze
Herb. Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Qi im Magen, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang und -Wind, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das Herz- und NierenYang, tonisiert und bewegt das Herz-, Milz- und LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert das HerzBlut
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, reguliert das MagenQi, kühlt den Magen, beruhigt den HerzGeist, tonisiert die Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim, bewegt und tonisiert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Qi in Leber und Magen, tonisiert das MilzQi
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, bewegt das Leber- und MagenQi, beruhigt den HerzGeist, tonisiert das Qi im Allgemeinen, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert die NierenEssenz
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Tonisiert das HerzQi, beruhigt und stabilisiert den Geist, bewegt das HerzBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang
Flos. Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Beruhigt den Geist, bewegt das Qi, beruhigt aufsteigendes LeberYang und inneren Wind, bewegt Leber- und HerzQi, senkt das MagenQi ab, tonisiert die Essenz und die Nerven
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das LeberQi, tonisiert das NierenQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang und inneren Wind, beruhigt den HerzGeist, bewegt das MagenQi, transformiert Schleim und Feuchtigkeit, tonisiert das MilzQi
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Bewegt das LeberQi, beruhigt inneren Wind, kühlt Leere-Hitze bei Yin-Mangel, beruhigt aufsteigendes LeberYang
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Bewegt das Qi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das Yin von Leber und Pankreas, tonisiert und bewegt das MagenQi

Verlauf und Diskussion

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Der Patient nimmt 5 pro Tag, was einer Gesamtkräuter-dosis von 1 g entspricht. Nach etwa vier Wochen Kräutereinnahme stellt sich der Patient wieder in der Praxis

vor. „Es geht viel besser, Schlaf ist wesentlich besser, ca. 80 %“, er muss nur noch äußerst selten nachts aufstehen, um Wasser zu lassen (vorher regelmäßige Nykturie). Die Durchschlafstörung ist weg, „ich fühle mich besser, aufgeräumter, abgerundeter, auch die Erschöpfung ist besser“. Der diastolische Blut-



■ Abb. 5.20 Zunge Fall 16-2

druck zeigt eine deutliche Tendenz nach unten. Das Zungenbild spiegelt die Verbesserung des Zustandes wider. Die Farbe ist normal, die wurzellose Stelle ist jetzt nur noch im hinteren Bereich (■ Abb. 5.20).

Literatur

- Beckmann D, Beckmann B (2002) Das geheime Wissen der Kräut-
terhexen. dtv, München
- Chevallier A (2000) Die BLV Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV,
München
- Fischer-Rizzi S (2002) Medizin der Erde. Heyne, München
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hammer L (2000) Psychologie und Chinesische Medizin. Joy,
Oy-Mittelberg
- Hempfen C-H, Fischer T (2001) Leitfaden Chinesische Phytothe-
rapie. Urban & Fischer, München
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Arzneipflanzen und Dro-
gen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow
Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin.
VGM, Bad Kötzing
- Maciocia G (2009) The Psyche in Chinese Medicine. Churchill
Livingstone, Elsevier, Edinburgh
- Marzell H (2002) Geschichte und Volkskunde der deutschen
Heilpflanzen. Reichl, St. Goar
- Müller-Ebeling C, Rättsch C, Storl W-D (1999) Hexenmedizin. AT
Verlag, Aarau
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild,
Augsburg
- Ploberger F (2011) Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus
Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA,
Schiedlberg
- Rättsch C (1998) Heilkräuter der Antike in Ägypten, Griechen-
land und Rom. Diederichs, München
- Ramakers F (2003) TCM & Westliche Kräuter. Praxisworkshop.
Weissensee
- Ross J (2003) ZangFu. MLV mbH, Uelzen
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM,
Bad Kötzing
- Roth L, Daunderer M, Kormann K, Giftpflanzen-Pflanzengifte.
Nikol Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, Hamburg
- Scherf G (2003) Zauberpflanzen und Hexenkräuter. BLV, Mün-
chen
- Storl W-D (1996) Heilkräuter und Zauberpflanzen zwischen
Haustür und Gartentor. AT, Aarau
- Storl W-D (2005) Mit Pflanzen verbunden. Kosmos, Stuttgart
- Treben M (1987) Heilkräuter aus dem Garten Gottes. Bertels-
mann, Gütersloh
- Wood M (2012) Die Weisheit der Pflanzen. AT Verlag, Aarau

Spezielle Fächer

Kapitel 6 **Gynäkologie – 353**

Birgit Baur-Müller

Kapitel 7 **Kinderheilkunde – 381**

Birgit Baur-Müller

Kapitel 8 **Autoimmunerkrankungen – 397**

Birgit Baur-Müller

Gynäkologie

Birgit Baur-Müller

- 6.1 Die physiologischen Vorgänge im weiblichen Organismus – 354**
 - 6.1.1 Die Physiologie des Uterus, die Menstruation – 354
 - 6.1.2 Empfängnis, Schwangerschaft, Geburt – 354
 - 6.1.3 Menopause – 355
- 6.2 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für Uteruspathologien – 355**
 - 6.2.1 UterusKälte-Stagnation – 356
 - 6.2.2 UterusQi-Stagnation – 356
 - 6.2.3 UterusBlut-Mangel/Qi-Mangel – 356
 - 6.2.4 UterusBlut-Stase/Blutandrang/Fülle – 358
 - 6.2.5 Ergänzende Symptome bei Ross (2010) – 358
 - 6.2.6 Geeignete Kräuter in der Schwangerschaft/Stillzeit – 358
- 6.3 Patientenfälle – 358**
 - 6.3.1 Fall 38 – 358
 - 6.3.2 Fall 40 – 363
 - 6.3.3 Fall 45 – 367
 - 6.3.4 Fall 58 – 369
 - 6.3.5 Fall 43 – 371
 - 6.3.6 Fall 106 – 373
 - 6.3.7 Fall 21 – 376
 - 6.3.8 Fall 71 – 376
- Literatur – 380**

6.1 Die physiologischen Vorgänge im weiblichen Organismus

Die Gynäkologie ist in der Chinesischen Medizin ein außerordentlich komplexes Spezialgebiet. Ich möchte einige Grundbegriffe aufgreifen und die wichtigsten Zusammenhänge kurz erläutern, da eine Vielzahl von Patientinnen, die wir in der Praxis sehen, uns entweder wegen einer gynäkologischen Problematik oder aber einer gynäkologischen „Teil-diagnose“ aufsuchen.

6.1.1 Die Physiologie des Uterus, die Menstruation

Die Physiologie der Frau wurzelt im Blut, welches nicht nur die Quelle für die Regelblutung ist, sondern auch Ursprung für Fruchtbarkeit, Empfängnis, Schwangerschaft und Niederkunft. Die Gebärmutter ist eines der außerordentlichen Zang-Organen mit Yin-Funktion (Speichern des Blutes und Nähren des Fötus) und Yang-Funktion (Ausscheidung von Blut und Geburt des Kindes) (Maciocia 2000). Die Uterus-Leitbahn *bao luo* verbindet die Gebärmutter mit der Niere, das Uterus-Gefäß *bao mai* mit dem Herzen. So sind Menstruation und Fertilität mit dem Herzen (HerzBlut) und der Niere (Nieren-Essenz) verbunden. Eileiter und Ovarien sind aus chinesischer Sicht dem Uterus zugeordnet (ebd.). Die Zusammenhänge zwischen Menstruation und inneren Organen sowie der außerordentlichen Gefäße sind sehr komplex und würden den Rahmen dieses Werks sprengen. Ich verweise an dieser Stelle an die einschlägige Literatur, möchte dennoch einen kleinen Überblick über den Verlauf der Menstruation geben und die unterschiedlichen Therapiestrategien je nach Zyklusphase erwähnen (Maciocia 2000) (■ Tab. 6.1).

Menstruationsbeschwerden entwickeln sich aus Pathologien in anderen Organen. LeberBlut-Mangel kann Amenorrhoe, Hypomenorrhoe und verlängerte Zyklen verursachen. LeberBlut-Hitze kann zu Menorrhagien führen. LeberQi-Stagnation kann Zyklusunregelmäßigkeiten, Dysmenorrhoe und das prämenstruelle Syndrom mit sich bringen (Maciocia 2000). Bevor das Blut in der Leber gespeichert

werden kann und zu LeberBlut wird, muss es von der Milz gebildet werden. Sowohl Menstruationsblut als auch Muttermilch (= weißes Blut) werden von Milz und Magen gebildet. So führt eine MilzQi-Schwäche unweigerlich zu LeberBlut-Mangel und Menstruationsstörungen (ebd.). Die NierenEssenz benötigt das HerzYang, um das „himmlische Gui“ (Menstruationsblut) zu bilden. Außerdem ist das Herz über das Uterusgefäß *bao mai* mit der Gebärmutter verbunden, was den Einfluss emotionaler Faktoren auf den Uterus erklärt. Blutmangel in der Gebärmutter nach der Geburt kann das Herz beeinträchtigen und eine Depression, Blutstase im Uterus kann im Wochenbett Psychosen verursachen. Ein emotionaler Schock kann ursächlich für eine Amenorrhoe sein (ebd.).

6.1.2 Empfängnis, Schwangerschaft, Geburt

Damit es zur Empfängnis kommen kann, benötigt der Organismus der Frau eine reichliche Versorgung mit Blut und Essenz sowie einen guten Zustand von Niere und Leber und ein „gesundes“ Chong- und RenMai. Ebenso spielt die Körperseele der Mutter eine wichtige Rolle, da die Körperseele des Fötus bei der Empfängnis aus der Körperseele der Mutter gebildet wird. Dadurch ist die ererbte Konstitution des Kindes nicht nur von den Nieren der beiden Eltern, sondern auch von der Körperseele der Mutter abhängig (Maciocia 2000). In der Schwangerschaft gibt es einen Überschuss an Yin (monatliche Blutung wird „eingespart“, Flüssigkeiten, z. B. Amnion, nehmen kontinuierlich zu) und zugleich eine Fülle an Yang (durch die ausbleibende Menstruation kommt es auch zum Anhäufen des MinisterFeuers). Im ChongMai kommt es zu großen Veränderungen, dadurch entsteht in den ersten drei Monaten oft rebellierendes Qi (Übelkeit, Schwellungsgefühl in den Brüsten, Empfinden von Hitze in den oberen Körperanteilen). Was die Niere betrifft, wird zum einen Energie verbraucht (zum Nähren des Fötus), aber auch Menstruationsblut in Essenz verwandelt, die neben dem Fötus auch den Körper der Mutter nährt (ebd.). Diese „Mehrenergie“ fühlen viele Frauen, gerade wenn sie an chronischen

■ **Tab. 6.1** Therapiestrategien je nach Zyklusphase mit Kräutervorschlägen

Zeitraum	Was passiert	Therapiestrategie, um diese Phase zu unterstützen, wenn es hier eine Pathologie gibt	Kräutervorschlag
Regelblutung, Tag 1–7	Das Blut bewegt sich	Blut bewegen (wenn Blutung zu schwach, bei Blutstase), Blutung stoppen (wenn Blutung zu stark), Qi bewegen bei Qi-Stagnation, denn Qi bewegt das Blut	Bewegend: Beifuß, Hirtentäschel, Herzgespann, Schafgarbe Blutungsstillend: Vogelknöterich, Hirtentäschel, Ringelblume, Himbeerblätter, Frauenmantel
Postmenstruelle Phase, Tag 7–14 Follikelreifung, Östrogenanstieg	Blut und Yin sind leer, werden aber zunehmend für die Follikelreifung benötigt	Blut (Leber) und Yin (Niere) nähren	Blut: Beifuß, Petersilie, Luzerne, Taubnessel Yin: Wegwarte, Baldrian, Johanniskraut
Zyklusmitte, Eisprung, Tag 14–21	Blut und Yin füllen das RenMai und das ChongMai auf	Die Essenz (Niere) nähren	Eisenkraut, Hagebutte, Melisse, Ziest
Prämenstruelle Phase, Gelbkörperphase, Progesteronanstieg, Tag 21–28	Yang-Qi nimmt zu, LeberQi steigt auf	Das Yang tonisieren (bei Mangel), das LeberQi bewegen (bei Stagnation)	Yang-Mangel: Beifuß, Rosmarin, Anis, Thymian LeberQi-Stagnation: Beifuß, Braunwurz, Dost, Frauenmantel

Krankheiten wie Asthma, Migräne oder rheumatischen Erkrankungen leiden, was sich während der Schwangerschaft oft verbessert.

Die von Yin geprägte Schwangerschaft muss zur Geburt übergehen in ein Yang-geprägtes Geschehen. „Die Yang-Kraft liefert das Bewegungsmoment, das den Fötus ausstößt“, „Qi treibt das Blut voran, und die Tür des Uterus öffnet sich“ (Maciocia 2000, S. 553). Um einen harmonischen Geburtsverlauf vorzubereiten, sind ein gutes Gleichgewicht des Qi und eine ausreichende Versorgung mit Blut sehr wichtig (Maciocia 2000).

tomen, z. B. Hitzewallungen und Nachtschweiß, verbunden mit kalten Füßen und blasser Zunge. Die Zunge weist hier den Weg, welcher Anteil der Niere der schwächere ist. Ist die Zunge blass und geschwollen, ist das Yang schwächer – ist die Zunge trocken, belaglos und evtl. rot (bei Leere-Hitze), dann überwiegt der Yin-Mangel (Maciocia 2000). Natürlich gibt es neben den menopausalen Beschwerden andere Muster, die begleitend vorkommen können, wie z. B. LeberQi-Stagnation, MilzQi-Schwäche, Schleim in der Lunge oder HerzBlut-Mangel.

6.1.3 Menopause

Die NierenEnergie im ChongMai und RenMai nimmt ab, und die Flüssigkeiten und das Blut trocknen ein. Wichtig ist, dass es sehr oft vorkommt, dass in der Menopause sowohl das NierenYang als auch das NierenYin geschwächt sind. Dadurch kommt es zu widersprüchlichen Symp-

6.2 Musterdifferenzierung mit Kräutervorschlägen für Uteruspathologien

Die Mustereinteilung mit Symptombeschreibung und Vorschlägen für die Akupunktur orientiert sich an Maciocias Gynäkologie in der Praxis der Chinesischen Medizin (Maciocia 2000).

6.2.1 Uteruskälte-Stagnation

Symptome Verzögerte Periodenblutung, Unterbauchschmerz vor und während der Blutung, Schmerz in der Mitte des Bauchs (besser durch Wärme), spärliches, hellrotes Blut mit kleinen dunklen Klumpen, Kältegefühl, Lumbalgie

Zunge Blass bläulich oder bläulich und purpur

Akupunktur Lu7rechts +Ni6links (RenMai), Ren4, Ren6, Ma29 (belebt das Blut), Mi8, Mi6, Ma36, Ma28 (vertreibt Kälte aus dem Uterus), Moxa muss verwendet werden

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 6.2 aufgeführt.

6.2.2 UterusQi-Stagnation

Symptome Unterbauchschmerzen während oder 1–2 Tage vor der Regelblutung, ausgeprägtes Spannungsgefühl in Abdomen und Brust, zögerlicher Beginn der Blutung, dunkles Blut ohne Klumpen, prämenstruelle Spannung und Reizbarkeit

Zunge Normale Farbe oder leicht gerötete Ränder, blass bei Blutmangel

Akupunktur Le3, Ren6, Gb34, Mi8, Ma29, Mi10, Mi6, Mi4 rechts+Pe6 links (ChongMai), Mi14 (bewegt Qi und Blut im Unterbauch)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 6.3 aufgeführt.

Oft kommt es durch LeberQi-Stagnation zu einer Stagnation des Qi im Uterus. In diesem Fall eignen sich vor allem Beifuß, Braunwurz, Eisenkraut, Kamille, Mutterkraut, Raute, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Wermut oder Ziest. Das ChongMai fließt durch Uterus, Magen und Herz. Wenn es zu Qi-oder Blutstase im Magen oder Herzen kommt, kann das auch im Uterus zu Qi-Stagnation führen. In diesem Fall könnte man mit Anis, Beifuß, Eisenkraut, Himbeerblätter, Herzgespann, Hopfen, Ingwer, Melisse, Pfefferminze, Pomeranzenschale, Schafgarbe, Wermut oder Ziest arbeiten. Auch

■ Tab. 6.2 Kräuter zur Behandlung von Uterus-Kälte-Stagnation (Holmes 1989)

Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Alant	Inula helenium	Rad.Helenii
Basilikum	Ocimum basilicum	Herb.Basilici
Dost	Origanum vulgare	Herb.Origani
Engelwurz	Angelica archangelica	Rad.Angelicae arch.
Fenchel	Foeniculum vulgare	Fruct. Foeniculi
Ingwer	Zingiber officinalis	Rhiz. Zingiberis
Liebstockel	Levisticum officinalis	Rad.Levistici
Poleiminze	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Raute	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Fol.Rosmarini
Thymian	Herb.Thymi	Thymus vulgaris
Ysop	Hyssopus officinalis	Herb.Hyssopi

das NierenQi ist wesentlich für die Qi-Bewegung im Uterus. Besteht hier Mangel oder Stagnation, könnte man große Klette, Johanniskraut, Raute, Salbei, Schafgarbe oder Thuja verwenden.

6.2.3 UterusBlut-Mangel/Qi-Mangel

Symptome Dumpfer Schmerz im Hypogastrium gegen Ende oder nach der Blutung, Hypo- oder Amenorrhoe, blasser Teint, leichtes Schwindelgefühl, weiche Stühle, dumpfe Kopfschmerzen, unscharfes Sehen, evtl. Taubheitsgefühl/Kribbeln in den Extremitäten, Gedächtnisschwäche, Schlafstörungen, leichte, ängstliche Erregung, trockene Haut/Schleimhäute/Augen/Haare, Müdigkeit, evtl. Depression

Zunge Blass und dünn

Akupunktur Le8, Ma36, Mi6, Ni3, Ren4, Bl17, Bl18, Extrapunkt ZiGong, Ren17, Ren6

■ Tab. 6.3 Kräuter zur Behandlung von UterusQi-Stagnation

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Anis	Holmes 1989	Pimpinella anisum	Fruct.Anisi
Beifuß	Holmes 1989	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Braunwurz	Holmes 1989	Scrophularia nodosa	Herb.Scrophulariae
Eisenkraut	Holmes 1989	Verbena officinalis	Herb.Verbenae
Große Klette	Holmes 1989	Arctium lappa	Rad.Bardanae
Herzgespann	Holmes 1989; Ross 2010	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Himbeerblätter	Holmes 1989	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Hirtentäschel	Holmes 1989	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Hopfen	Holmes 1989	Humulus lupulus	Strob.Lupuli
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officinalis	Rhiz.Zingiberis
Johanniskraut	Holmes 1989	Hypericum perforatum	Herb.Hyperici
Kamille	Holmes 1989	Matricaria chamomilla	Flos.Matricariae
Melisse	Holmes 1989	Melissa officinalis	Fol.Melissae
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Mutterkraut	Holmes 1989	Chrysanthemum parthenium	Herb.Chrysanthemi parth.
Pfefferminze	Holmes 1989	Mentha x piperita	Herb.Menthae pip.
Poleiminze	Holmes 1989	Mentha pulegium	Herb.Menthae pul.
Pomeranze	Holmes 1989	Citrus aurantium	Peric.Aurantii
Raute	Holmes 1989	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Ringelblume	Holmes 1989	Calendula officinalis	Flos.Calendulae
Rose	Holmes 1989	Rosa gallica	Flos.Rosae
Salbei	Holmes 1989	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Schlüsselblume	Holmes 1989	Primula veris	Rad.Primulae
Tausendgüldenkraut	Holmes 1989	Centaurium erythraea	Herb.Centauri
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Wermut	Holmes 1989	Artemisia absinthum	Herb.Artemisiae abs.
Ziest	Holmes 1989	Betonica officinalis	Herb.Betonicae

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 6.4 aufgeführt.

Gleichzeitig kann man das MilzQi stärken, da die Milz ja Blut bildet. Hier eignen sich folgende Kräuter Beifuß, Petersilie, Salbei, Taubnessel, kom-

biniert mit Vogelmiere und Schafgarbe. Besteht gleichzeitig ein LeberBlut-Mangel würde ich Beifuß, Brennnessel, Petersilie, Salbei, Taubnessel, kombiniert mit Löwenzahn, Luzerne und Wegwarte einsetzen. Leidet die Patientin auch unter

■ **Tab. 6.4** Kräuter zur Behandlung von UterusBlut-Mangel/-Qi-Mangel (Holmes 1989)

Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Brennnessel	Urtica dioica	Herb.Urticae
Himbeerblätter	Rubus idaeus	Fol.Rubi idaei
Petersilie	Petroselinum crispum	Rad.Petroselini
Salbei	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Rose	Rosa gallica/canina	Flos.Rosae/ Fruct.cum Sem. Cynosbati
Taubnessel	Lamium album	Herb.Lamii albi

einem HerzBlut-Mangel, dann könnte man Salbei und Taubnessel, kombiniert mit Baldrian, Melisse, Rosmarin und Weißdorn verwenden. Möchte man zugleich die NierenEssenz stärken, dann wären Eisenkraut, Johanniskraut, Melisse, Wegwarte und Ziest möglich.

6.2.4 UterusBlut-Stase/Blutandrang/Fülle

Symptome Intensiver, messerartiger Schmerz vor und während der Periode, dunkles Blut mit großen Klumpen, psychische Unruhe, der Schmerz wird nach dem Abgang der Klumpen besser.

Zunge Purpurfarben, andere Blutstasezeichen, wie gestaute Unterzungenvenen

Akupunktur Le3, Ren6, Gb34, Mi8, Ma29, Mi10, Mi6, Mi4+Pe6 (ChongMai), Bl17, Ni14 (Punkt des ChongMai, bewegt Qi und Blut im Abdomen und beseitigt Stase aus dem ChongMai) Ma25 (belebt das Blut im ChongMai)

Die Kräuter zur Behandlung sind in ■ Tab. 6.5 aufgeführt.

6.2.5 Ergänzende Symptome bei Ross (2010)

Weitere Kräuter sind bei Ross (2010) aufgeführt (■ Tab. 6.6).

6.2.6 Geeignete Kräuter in der Schwangerschaft/Stillzeit

Anhand der Fallvorstellungen (Fall 38, 40, 58) möchte ich einige Kräuter vorstellen, die aus meiner Erfahrung geeignet sind, um in der Schwangerschaft/Stillzeit verwendet zu werden. Da sich heute die werdenden Mütter oft schon zu Beginn der Schwangerschaft in ernsten Leere-Zuständen befinden, ist eine tonisierende Rezeptur hilfreich, um die Schwangerschaft zu stabilisieren und die Milz- und NierenEnergie zu stützen, um sowohl einen komplikationsarmen/losen Schwangerschafts- als auch Geburtsverlauf anzustreben. Bei den Heilpflanzenporträts gebe ich die Kontraindikationen von Peter Holmes wieder (Holmes 1989). Er ist dabei sehr streng, was Uterus-stimulierende Einflüsse betrifft. Meiner Erfahrung nach kann man durchaus (► siehe folgende Rezepturen) mit den einzelnen Kräutern arbeiten, wenn eine Indikation vorliegt. Zudem werden sie in eine komplexe Rezeptur eingebaut.

6.3 Patientenfälle

6.3.1 Fall 38

Dieser Fall ist ein Beispiel aus der Schwangerschaft und dafür, wie es möglich ist, bei einer schon vorher bestehenden Milz- und NierenYang-Schwäche mit Kräutern tonisierend zu arbeiten, und wie man eine akute WindHitze-Erkrankung der Lunge in der Schwangerschaft behandeln kann.

Die bereits in der Praxis bekannte 30-jährige Patientin stellt sich mit folgenden Beschwerden vor: Sie ist in der 16. Woche schwanger, und es besteht eine therapieresistente Ischialgie des rechten Blasenmeridians (die Hebamme hat bereits mit Akupunktur gearbeitet). Weiterhin leidet sie unter starker Müdigkeit, Z. n. Übelkeit und Schwindel in der Frühschwangerschaft.

■ **Tab. 6.5** Kräuter zur Behandlung von UterusBlut-Stase/Blutandrang/Fülle

Pflanze	Literatur	Botanischer Name	Rezeptierform
Beifuß	Holmes 1989	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Herzgespann	Ross 2010	Leonurus cardiaca	Herb.Leonuri
Hirtentäschel	Holmes 1989	Capsella bursapastoris	Herb.Capsellae bursap.
Ingwer	Ross 2010	Zingiber officialis	Rhiz.Zingiberis
Krauser Ampfer	Holmes 1989	Rumex crispus	Rad.Rumicis crispi
Mistel	Holmes 1989	Viscum album	Herb.Visci
Ringelblume	Holmes 1989	Calendula officinalis	Flos.Calendulae
Rose	Holmes 1989	Rosa gallica	Flos.Rosae
Schafgarbe	Holmes 1989	Achillea millefolium	Herb.Millefolii
Steinklee	Holmes 1989	Melilotus officinalis	Herb.Meliloti
Taubnessel	Holmes 1989	Lamium album	Herb.Lamii albi
Thuja	Ross 2010	Thuja occidentalis	Herb.Thujae

■ **Tab. 6.6** Kräuter zur Behandlung von ergänzenden Uterus-Symptomen (Ross 2010)

Pflanze	Wirkung	Botanischer Name	Rezeptierform
Thuja	Lindert Blutung	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Beifuß	Reguliert den Uterus	Artemisia vulgaris	Herb.Artemisiae vulg.
Raute	Reguliert	Ruta graveolens	Herb.Rutae
Salbei	Reguliert	Salvia officinalis	Fol.Salviae
Thuja	Reguliert	Thuja occidentalis	Herb.Thujae
Thymian	Reguliert	Thymus vulgaris	Herb.Thymi

Zunge Ziemlich blass, Delle im Lungen-Magenbereich, Zahneindrücke, im vorderen seitlichen Drittel geschwollen, tiefe Delle im hinteren Drittel (■ Abb. 6.1)

Puls Alle Pulse etwas „schlüpfrig“, Milz und rechter Nierenpuls sehr fein.

Diagnose MilzQi- und Nierenschwäche, vor allem Yang.

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.7 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt, von denen die Patientin 5 pro Tag einnimmt. Das entspricht einer Gesamttagesdosis von 1 g. Für den Rest der Schwangerschaft ist sie schmerzfrei. In der Spätschwangerschaft, einen Monat vor der Entbindung, meldet sie sich nochmals wegen eitrigter Bronchitis.

Zunge Ziemlich geschwollen, tiefe Delle im Magenbereich, vorne rote Punkte auch im Lungenareal, zäher Belag (■ Abb. 6.2).

Diagnose Schleim-Hitze in der Lunge, MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.8 hervor.



■ Abb. 6.1 Zunge Fall 38-1



■ Abb. 6.2 Zunge Fall 38-2

■ Tab. 6.7 Rezeptur Fall 38-1

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert das NierenEssenz, tonisiert Leber und Niere, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, bewegt die Flüssigkeiten in Leber und Niere
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das NierenQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Bewegt das NierenQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Tonisiert das reproduktive System, bewegt das NierenQi, tonisiert das MilzQi und das Blut
Sem.Urticae	Brennnesselsamen	Urtica dioica	Tonisiert die NierenEssenz
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenYang, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut
Fruct.cum Sem. Cynosbati	Hagebutte	Rosa canina	Tonisiert die Essenz

■ **Tab. 6.7** (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgare	Stärkt das Qi im Urogentialsystem, stärkt und bewegt das NierenQi, tonisiert und reguliert das Qi von Milz und Magen
Herb.Violae tricoloris	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem

■ **Tab. 6.8** Rezeptur Fall 38-2

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rhiz.Gycyrrhizae	Süßholz	Glycyrrhiza glabra	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, reguliert das Immunsystem, Lungen-Schleim-Hitze, FeuerToxin, tonisiert das Qi der Niere
Rad.Petroselini	Petersilie	Petroselinum crispum	Tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das Blut
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Lungen-Schleim-Trockenheit, tonisiert das Qi von Milz und Magen, tonisiert das Blut, FeuerToxin, klärt toxische Hitze
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das LungenQi, äußere WindHitze, Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, antiinfektiös
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Tonisiert das MilzQi, toxische Hitze
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Leitet feuchte Hitze und Schleim aus, tonisiert das reproduktive System, äußere Wind-Kälte/Hitze, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit-Hitze/Kälte, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das LungenQi, tonisiert das WeiQi, löst Lungen-Schleim
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi, stärkt das WeiQi, löst Schleim aus der Lunge und dem Kopf, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das MilzQi, Lungen-Wind/Kälte, feuchte Kälte im Kopf, Lungen-Schleim/Kälte, tonisiert das LungenQi
Flos.Verbasici	Königskerze	Verbascum thapsiforme	Bewegt und löst Schleim in der Lunge, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit/Hitze, bewegt das LungenQi

■ Tab. 6.9 Rezeptur Fall 38-3

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Tonisiert das reproduktive Qi, tonisiert das MilzQi, fördert die Geweberegeneration
Herb.Capsellae bursap.	Hirtentäschel	Capsella bursapastoris	Belebt das Blut, UterusBlut-Stagnation, bewegt das Qi im Uterus und in der Niere, fördert Geweberegeneration, hebt das MilzQi, Blutstagnation im unteren Erwärmer
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das NierenQi, bewegt das UterusQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Blut der reproduktiven Organe, lindert Schwellung
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert die NierenEssenz
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Wirkt Blutstase entgegen, bewegt das Blut im Uterus, tonisiert das reproduktive System, bewegt das Qi im Uterus, bewegt das NierenQi, fördert die Geweberegeneration, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Bewegt das Blut im Uterus, reguliert den Uterus, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert das LeberBlut, tonisiert die Milz, tonisiert das NierenYang
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt Qi und Blut im Uterus, fördert die Geweberegeneration
Fol.Rubi idaei	Himbeerblätter	Rubus idaeus	Tonisiert das aufrechte Qi, tonisiert und bewegt das Qi im Uterus, tonisiert die Essenz
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Bewegt Q und Blut im Uterus, fördert die Geweberegeneration
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert Qi und Blut im Uterus, tonisiert das NierenQi und das Qi im Urogenitalsystem, bewegt UterusBlut-Stau, tonisiert das MilzQi

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, von dem die Patientin einen halben Liter pro Tag trinkt. Dosierung: 2 Essl./500 ml. Etwa vier Wochen später meldet sich die Patientin telefonisch, die Bronchitis ist gut ausgeheilt, inzwischen kam es zur Entbindung, vor sechs Tagen wurde eine geplante Re-Section durchgeführt. Jetzt kam es zu Rückbildungsstörungen der Gebärmutter, es besteht nur noch ganz wenig Wochenfluss, und die Hebamme bemerkte, dass die Gebärmutter zu hoch steht. Aus Sicht der Chinesischen Medizin besteht neben der Qi- und Blutstase im Uterus (Rückbil-

dungsstörung) „physiologischerweise“ postpartum eine Schwäche des Blutes, der NierenEssenz sowie von Yin und Yang. Vermutlich ist auch das MilzQi geschwächt. Da ich die Patientin schon länger behandle, „wage“ ich in diesem Fall eine Diagnose per Telefon und verordne die Kräuter, ohne sie zu sehen. Die Patientin stillt voll.

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.9 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter wurden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, davon trinkt die Patientin einen halben Liter pro Tag bei einer Dosierung von

2 Essl./500 ml. In der Rezeptur sind Qi-tonisierende und -bewegende Aspekte vereint, da es sich um eine typische Situation handelt, in der die Stagnation aus der Schwäche heraus entsteht. Leider habe ich von der Patientin keine Rückmeldung bekommen, wie der Verlauf ihrer Beschwerden war.

6.3.2 Fall 40

In den nächsten beiden Fällen möchte ich auf ein häufiges Problem in der gynäkologischen Praxis eingehen, einen pathologischen Pap-Abstrich. Hierbei handelt es sich um die Krebsvorsorgeuntersuchung des Gebärmutterhalses, bei der ein entnommener Abstrich nach Papanicolaou (= Pap) gefärbt und anschließend histologisch beurteilt wird. Die Zelldiagnostik umfasst I–V, wobei Abstriche I–II unauffällig, III und IIID zweifelhaft sind und IVa, IVb und V weiterer Abklärung bedürfen.

Da es sich um ein entzündliches Geschehen, eine Zervixdysplasie, handelt, lohnt es sich, eine Behandlung mit Kräutern in Erwägung zu ziehen. Im ersten Fall geht es um eine Schwangere, bei der postpartum während der Stillzeit mit der Kräutereinnahme begonnen wurde.

Die 29-jährige Patientin stellt sich in 27. SSW in der Praxis vor: Bei der Krebsvorsorgeuntersuchung wurde ein Pap IV diagnostiziert, vor 18 Monaten war bereits ein Pap IIID aufgetreten, der mit einer vaginalen Ozontherapie und Homöopathie behandelt wurde, aber persistierte.

Zunächst möchte ich kurz eingehen auf die pathophysiologischen Hintergründe aus Chinesischer Sicht:

Bei der Entstehung eines „semi“-malignen Geschehens wie der Zervixdysplasie ist in der Regel eine Mischpathologie vorhanden. In erster Linie kommt es zur Schwächung bzw. zum Zusammenbruch des aufrechten Qi, des „Zhen Qi“, der Summe von allem Qi im Körper, vor allem hinsichtlich seiner Kapazität, pathogene Faktoren zu bekämpfen. Man könnte auch sagen, das aufrechte Qi entspricht der Resistenz des Körpers gegen Erkrankungen oder vielleicht sogar dem Konzept über Selbstheilungskräfte. Als pathogene Faktoren gelten die äußeren pathogenen Einflüsse wie Kälte, Wind, Feuchtigkeit, Hitze und Trockenheit sowie die inneren Faktoren,

die sich sekundär entwickeln, wie Schleim, Feuer, innerer Wind, Blut- oder Qi-Stase. Man unterscheidet Füllezustände, in denen das aufrechte Qi relativ intakt ist und den pathogenen Faktor bekämpft, und Leerezustände, in denen das aufrechte Qi geschwächt und kein pathogener Faktor anwesend ist, sowie gemischte Zustände (am häufigsten in der Praxis) mit geschwächtem aufrechtem Qi und Anwesenheit eines pathogenen Faktors. Je nach Zustand ist es dann notwendig, das aufrechte Qi zu stärken und/oder den pathogenen Faktor zu attackieren und zu vertreiben.

Neben der Schädigung des aufrechten Qi ist bei der Zervixdysplasie RenMai und ChongMai geschädigt, evtl. Nässe eingedrungen, in Nässe/Hitze umgewandelt worden und/oder durch LeberQi-Stagnation (oft emotionale Probleme als innerer pathogener Faktor) Blutstase entstanden. Im Hintergrund besteht allerdings immer ein Leerezustand, der Leber und/oder Niere betrifft. Dabei sind Qi-, Blut-, Yin- und Yang-Mangel und natürlich Kombinationen untereinander möglich (Maciocia 2000).

Birgit Seybold-Kellner inspirierte mich dazu, den Aspekt des „Mundes“ (= Erde/Milz) einzubringen (Zervix = Muttermund) und darauf hinzuweisen, dass verstärktes Grübeln und Sorgen ebenfalls einen inneren pathogenen Faktor darstellen. Hier gilt es, die Pathophysiologie möglichst genau herauszuarbeiten, um ein passendes Therapiekonzept (■ Tab. 6.10) zu entwerfen. Die Rezeptur sollte die in ■ Tab. 6.10 zu lesenden Ansätze beinhalten (hier mache ich jeweils einige Kräutervorschläge, mehr Auswahl in den einzelnen Kapiteln).

Beim vorliegenden Fall handelt es sich um eine Schwangere, die in der Vorgeschichte wegen Urtikaria und Dysmenorrhoe sowie massiver Anspannung im Kiefergelenk in der Praxis behandelt worden war. Vor allem Lungen- und MilzQi waren geschwächt und das LeberQi stagniert. Aktuell bestehen neben der immer noch vorhandenen Schwäche-Symptomatik, dem pathologischen Pap-IV-Befund, der sie sehr verunsichert, ein akuter Konflikt mit dem Ehemann, der sogar dazu führte, dass sie vorübergehend aus der gemeinsamen Wohnung ausgezogen ist. Wir behandeln zunächst nur mit Akupunktur. Da sie keine Kräuter einnehmen möchte, als es dann zu einer akuten Sinusitis mit Halsschmerzen und Urtikaria kommt, beginnen wir mit einer Kräuterrezeptur.

■ **Tab. 6.10** Therapieprinzip und Kräutervorschläge für die Zervixdysplasie

Therapieprinzip	Kräutervorschläge
Allgemein Qi-stärkend, Stärkung des aufrechten Qi	Thymian, Alant, Schafgarbe, Raute, Salbei, Süßholz, Melisse, Tausendgüldenkraut, Rosmarin u. a.
Stärkt das Qi der reproduktiven Organe	Ackerveilchen, Schachtelhalm, Thuja, Schafgarbe, Fenchel, Engelwurz, große Klette, Melisse, Taubnessel, Frauenmantel, Salbei
Stärkung des Blutes	Taubnessel, Melisse, Baldrian, Salbei, Petersilie, Weißdorn, Luzerne, Brennnessel, Wegwarte, Löwenzahn, Vogelmiere
Stärkung des UrsprungsQi (Essenz)	Melisse, Walnuss, Wegwarte, Eisenkraut, Beinwell, Hagebutte
RenMai/ChongMai	Schafgarbe, Frauenmantel, Kamille, Beifuß, Ringelblume, Mutterkraut, Taubnessel, Lavendel, Herzgespann, Liebstöckel, Melisse, Pfefferminze, Petersilie, Rosmarin, Himbeerblätter, Salbei, Brennnessel, Eisenkraut
Nässe vertreibend im unteren Erwärmer	Vogelknöterich, Ruprechtskraut, Enzian, Schachtelhalm, Frauenmantel, Gänsefingerkraut, Goldrute, Quecke, Beifuß, Mädesüß, Brennnessel, Spitzwegerich, Rotklee, Thuja, Klettenlabkraut, große Klette, Löwenzahn, Thymian, Eibisch, Hirtentäschel, Pestwurz, grüner Teil der Walnussschale, Steinklee, Königskerze, krauser Ampfer, Alant
Bewegt das LeberQi	Feldminze, Anis, Baldrian, Beifuß, Braunwurz, Dost, Eisenkraut, Frauenmantel, Goldrute, Hopfen, Johanniskraut, Kamille, Klettenlabkraut, krauser Ampfer, Lavendel, Liebstöckel, Löwenzahn, Mädesüß, Melisse, Mutterkraut, Mistel, Raute, Rose, Ringelblume, Rosmarin, Ruprechtskraut, Salbei, Schafgarbe, Schöllkraut, Tausendgüldenkraut u. a.
UterusQi-bewegend	Beifuß, Braunwurz, Eisenkraut, große Klette, Herzgespann, Himbeerblätter, Hirtentäschel, Johanniskraut, Kamille, Melisse, Mutterkraut, Poleiminze, Raute, Ringelblume, Thuja u. a.
UterusQi- und Blut stärkend	Beifuß, Brennnessel, Himbeerblätter, Petersilie, Salbei, Rose, Taubnessel
UterusBlut bewegend	Beifuß, Herzgespann, Hirtentäschel, Ingwer, krauser Ampfer, Mistel, Ringelblume, Rose, Schafgarbe, Steinklee, Taubnessel, Thuja

Diagnose WindHitze in der Haut, akute Wind-Hitze/Kälte in der Lunge/Kopf, MilzQi- und LungenQi-Schwäche, LeberQi-Stagnation, Nässe und Blutstase im unteren Erwärmer

Die erste Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.11 hervor.

Diskussion und Verlauf der ersten Rezeptur

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Die Patientin trinkt täglich einen halben Liter in der Dosierung 2 Essl./500 ml. An dieser Rezeptur wird deutlich, dass es möglich ist, bei unkomplizierter Schwangerschaft und klinischer Notwendigkeit auch mit Kräutern zu arbeiten, die

wegen Uterus-stimulierender Wirkung mit Vorsicht einzusetzen sind. Auch das Eingebettetsein in eine komplexe Rezeptur ermöglicht dies. Beim nächsten Besuch neun Tage später ging es der Patientin körperlich wieder gut.

Nach der Geburt beginnen wir mit einer Rezeptur zur Behandlung der Zervixdysplasie, die Patientin stillt voll.

Zunge Große Delle im Lungenbereich, brauner Belag im hinteren Drittel, dünner, blasser Zungenkörper

Puls Lungen-, Milz- und rechter Nierenpuls geschwächt

Tab. 6.11 Rezeptur 1 für Fall 40

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rhiz.Zingiberis, im ersten Trimester nur bei Hyperemesis	Ingwer	Zingiber officinalis	Äußere WindHitze, öffnet die Oberfläche, Lungen-Schleim-Wind/Kälte, stimuliert das WeiQi, bewegt das HerzQi, vertreibt Kälte und stoppt Husten
Herb.Thymi*	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das Qi der Lunge, stärkt das WeiQi, Lungen-Wind/Kälte, feuchte Kälte im Kopf, wirkt Schleim-Kälte-Stagnation im unteren Erwärmer entgegen, tonisiert das Qi im Allgemeinen, v. a. das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie, reguliert den Uterus, tonisiert das NierenYang
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Äußere Wind-Hitze, Lungen-Wind/Hitze mit feuchter Hitze/Kälte im Kopf, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit/Hitze
Fol.Salviae*	Salbei	Salvia officinalis	Feuchte Kälte im Kopf, klärt Wind-Kälte/Hitze, tonisiert das Blut, tonisiert das Qi und MilzQi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das reproduktive System, bewegt das LungenQi
Fol.Melissae*	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi, bewegt das LungenQi, äußere Wind-Hitze, Lungen-Schleim/Hitze, tonisiert Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, antiinfektiös
Herb.Millefolii, im ersten Trimester vermeiden	Schafgarbe	Achillea millefolium	Leitet feuchte Hitze und Schleim aus, tonisiert das reproduktive System, bewegt das Herz- und LeberQi, äußere Wind-Hitze/Kälte, Lungen-Schleim-Hitze/Kälte/Feuchtigkeit, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert die Milz, tonisiert das Blut
Herb.Violae tric.	Acker-veilchen	Viola tricoloris	Wind-Nässe in der Haut, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, Wind-Hitze in der Lunge, bewegt das Lungen- und HerzQi, toxische Hitze im Bereich des Halses
Herb.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Wind-Hitze in der Haut, feuchte Hitze im Kopf, Schleim-Hitze in der Lunge
Flos.Lavandulae*	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, äußere WindHitze, feuchte Hitze im Kopf, Lungen-Wind/Hitze, unterstützt den Uterus, stimuliert das WeiQi, beruhigt die Haut

* Diese Kräuter sind wegen ihrer Uterus-stimulierenden Wirkung vorsichtig einzusetzen.

Diagnose LungenQi-Schwäche, WeiQi-Schwäche, MilzQi- und Blut-Mangel, NierenYang-Schwäche, Nässe im Unteren Erwärmer, UterusQi- und Blutstase (Zervixdysplasie).

Weil die Patientin stillt, wird bei der zweiten Rezeptur auf die Verwendung von stärker wirksamen Kräutern (z. B. Alant, Thuja, Schöllkraut, Raute) verzichtet (■ Tab. 6.12).

Diskussion und Verlauf der zweiten Rezeptur

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10g) als Tee verordnet, und die Patientin trinkt einen halben bis einen Liter pro Tag. Die Dosierung ist 2 Essl./500 ml. In dieser Rezeptur liegt der Schwerpunkt deutlich auf dem tonisierenden Charakter. Bei einem Kontrollabstrich sechs Wochen später

■ Tab. 6.12 Rezeptur 2 für Fall 40

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. der LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie, reguliert den Uterus, tonisiert das NierenYang
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Tonisiert die Leber- und NierenEssenz, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, antiviral, Tumore
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Wirkt Blutstase entgegen, bewegt das Blut im Uterus, tonisiert das reproduktive System, bewegt das Qi im Uterus, bewegt das LeberQi, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut
Rhiz. Glycyrrhizae	Süßholz	Glycyrrhiza glabra	Tonisiert das MilzQi, reguliert das Immunsystem
Herb. Medicaginis	Luzerne	Medicago sativa	Tonisiert das Blut, nährt das MilzQi, bewegt das Qi
Herb. Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Tonisiert das MilzQi, fördert Geweberegeneration und lindert Entzündung
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert das MilzQi
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgare	Stärkt das Qi im Urogenitalsystem, reguliert den Uterus, stimuliert das WeiQi, unterstützt die laktierende Brust, tonisiert das MilzQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert das MilzQi, mikrobielle Toxikose, klärt pathogenen Restfaktor
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das Qi des Uterus, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi, unterstützt die Lunge
Rad.Petroselini	Petersilie	Pestroselinum crispum	Tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut, reguliert den Uterus, fördert die Laktation
Sem.Urticae	Brennnessel-samen	Urtica dioica	Tonisieren die Essenz, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert das Blut
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das Blut, tonisiert das MilzQi
Herb. Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Bewegt das Qi, tonisiert das reproduktive Qi, tonisiert das MilzQi, lindert Entzündung
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Reguliert den Uterus, bewegt Qi und Blut im Uterus, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das NierenYang, vertreibt Kälte in allen Meridianen
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Wirkt auf der Blutebene bei mikrobieller Toxikose, pathogener Restfaktor, bewegt das venöse Blut und das Blut im Uterus, bewegt das Qi im Uterus
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert die NierenEssenz, stärkt Leber und Niere, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das Qi im unteren Erwärmer

■ **Tab. 6.12** (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, tonisiert das MilzQi, hebt das Qi
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer, Tumore
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Löst Ablagerungen, verkleinert Tumoren, lindert Entzündung, tonisiert das Blut

ist das Ergebnis Pap IIID, High risk HPV. Das bedeutet bereits einen kleinen Schritt in die richtige Richtung. Sechs Monate später hat sich die Zervixschleimhaut normalisiert, die Patientin erhält jetzt ein Abstrich Ergebnis Pap II.

6.3.3 Fall 45

Im zweiten Fall handelt es sich um eine 48-jährige Patientin, die sich im April 2014 in der Praxis vorstellt. Seit ca. neun Monaten besteht ein Pap IIID, vor elf Monaten verstarb ihre Mutter, mit der sie ein enges Verhältnis verband. Alle drei Monate wird kontrolliert. Seit acht Wochen besteht auch Husten ohne Auswurf, kein Nachtschweiß. Seit Geburt ihres Sohnes, der an Mukoviszidose leidet, wacht sie nachts auf, entweder gegen 1.00 Uhr oder gegen 4.00/5.00 Uhr. Seit dieser Zeit besteht eine starke Stressbelastung durch Sorge und Pflegemaßnahmen sowie die Krankenhausaufenthalte mit ihrem Sohn.

Zunge Etwas gerötet, fast geschält, furchig auch im Milzbereich (Außenseiten), hinten Belag, tiefe Furchen im Lungenbereich (■ Abb. 6.3), gestaute Unterzungenvenen.

Puls Lunge schwach, Herz leer, Leber „unstabil“, schlüpfzig, weich, Milz und Niere rechts stabil, Niere links geschwächt

Diagnose LungenQi- und Yin-Mangel, LungenQi-Stagnation, HerzQi-Mangel und Stagnation, LeberQi/Blut-Mangel, Blutstase, NierenYin-Schwäche, MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.13 hervor.

■ **Abb. 6.3** Zunge Fall 45

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin fünf pro Tag, was einer Gesamtdosis von 1 g entspricht. Leider bekomme ich in diesem Fall kein Feedback von der Patientin. Gerade in dieser jungen Experimentierphase wäre es sehr wichtig, Informationen zu erhalten, ob Rezepturen wirken oder nicht. Manchmal erfahren wir

Tab. 6.13 Rezeptur Fall 45

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi und senkt es ab, tonisiert das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen und das Lungen- und HerzQi, reguliert die MilzEnergie, lindert Entzündung, fördert Geweberegeneration
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert Lungen-Herz und MilzQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, tonisiert das LungenYin, senkt das LungenQi ab
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das Lungen- und HerzQi, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert das MilzQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Wirkt Blutstase entgegen, tonisiert das reproduktive System, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das Blut
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Tonisiert das NierenQi, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, hebt das aufrechte Qi, löst Ansammlungen und Tumoren, tonisiert das WeiQi, tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi und beruhigt den Geist, wirkt Blutstase entgegen, reguliert den Uterus
Fol.Tussilaginis	Huflattich	Tussilago farfara	Tonisiert das LungenQi und -Yin, beruhigt den Geist
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Reguliert den Uterus, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert das Nieren- und WeiQi, bewegt das LungenQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Violae tric.	Ackerveichen	Viola tricoloris	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das LungenQi, befeuchtet die Lunge, bewegt das HerzQi, tonisiert die Nerven
Herb.Chelidonii	Schöllkraut	Chelidonium majus	Bewegt das Qi von Herz und Lunge, verkleinert Tumoren, fördert Geweberegeneration lindert Entzündung
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert die NierenEssenz, tonisiert Leber und Niere, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das Qi im unteren Erwärmer, tonisiert das Lungen- und NierenYin, fördert Geweberegeneration
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das NierenYin, tonisiert das MilzQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, bewegt das UterusQi, tonisiert die Leber- und NierenEssenz, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, antitumoral, antiviral, tonisiert das MilzQi
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, bewegt das Qi im Uterus, tonisiert die Essenz
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, bewegt das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das NierenYin, tonisiert das HerzQi und -Blut, stimuliert das WeiQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt Qi und Blut im Uterus, bewegt und tonisiert das HerzQi, fördert die Geweberegeneration

■ **Tab. 6.13** (Fortsetzung)

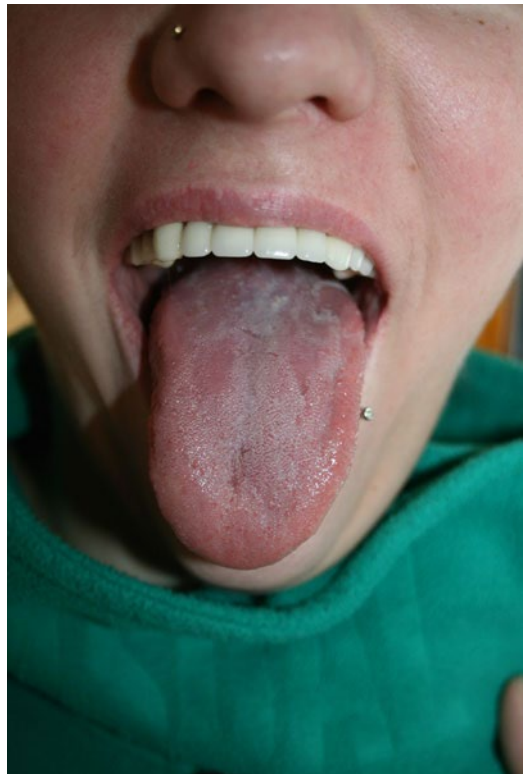
Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Löst Ablagerungen, verkleinert Tumoren, lindert Entzündung, bewegt das LungenQi, tonisiert Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das LungenYin
Herb.Meliloti	Steinklee	Melilotus officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, belebt das Blut- und Lymphsystem, bewegt das Blut im Uterus, Hitzetoxin
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Nährt das Yin, befeuchtet Trockenheit, nährt das LungenYin und befeuchtet die Lunge
Herb.Capsellae bursap.	Hirtentäschel	Capsella bursapatoris	Belebt das Blut, bewegt das Blut im Uterus und im venösen System, tonisiert das HerzQi, bewegt das Qi im Uterus, hebt das MilzQi, bewegt Blutstase im unteren Erwärmer

zufällig, dass eine Rezeptur gewirkt hat. So bat mich neulich eine Patientin, nochmals die Rezeptur für ihre Tochter zu verordnen, die vor einem Jahr so gut bei unregelmäßigem Zyklus und Dysmenorrhoe geholfen hatte.

6.3.4 Fall 58

Folgende Fallgeschichte aus der Geburtshilfe stellt die Möglichkeit vor, auch ohne große Anamnese eine Rezeptur zu verordnen, zeigt allerdings auch die Wichtigkeit von Zungen- und Pulsdiagnose, denn man erwartet aufgrund der Beschwerden der Patienten oft etwas anderes, als sich dann zeigt.

Die 30-jährige Patientin ist eine meiner SchülerInnen, und ich wurde im Unterricht auf ihre Beschwerden aufmerksam. Sie ist in der 26. SSW (3. SS, Z. n. Zwillingsgeburt) und hat massive Beschwerden mit Symphysendehnung. Mein erster Gedanke war NierenEssenz-Schwäche, was aufgrund der Anamnese sinnvoll erscheint, aber Zunge und Puls liefern eine wichtige Ergänzung für den energetischen Zustand des Organismus. Weiterhin leidet sie unter extremen Schlafstörungen, vor allem einer Einschlafstörung.

■ **Abb. 6.4** Zunge Fall 58

Zunge Fester Zungenkörper, Ränder ganz rot, wenig Belag, wurzelloser Belag im hinteren Drittel, Unterzungenvenen gestaut, im Bereich der Zungenwurzel, wo man bei NierenEssenz-Mangel eine

Delle erwarten würde, befindet sich eine Schwellung (■ Abb. 6.4).

Puls Leerer linker Nierenpuls, und leerer Leberpuls

■ Tab. 6.14 Rezeptur Fall 58

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert die Nierenessenz, tonisiert Leber und Niere, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das Qi im unteren Erwärmer, tonisiert das NierenYin
Herb.Violae tric.	Acker-veilchen	Viola tricoloris	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das HerzQi, tonisiert die Nerven
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Nährt das Yin, beruhigt den Geist
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert das Yin von Leber und Niere, tonisiert die Essenz, tonisiert das Blut, bewegt das LeberQi, kühlt die Leber, bewegt die Flüssigkeiten in der Leber
Fruct.cum Sem. Cynosbati	Hagebutte/Rose	Rosa canina	Tonisiert die Essenz
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, tonisiert das HerzYin, bewegt das NierenQi, beruhigt den HerzGeist, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, lindert Schwellung
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das Qi von Herz und Niere, bewegt das LeberQi und tonisiert die Essenz
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Tonisiert das LeberYin, bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut und das Blut im Allgemeinen, bewegt das NierenQi, bewegt die Flüssigkeiten in Leber und Niere
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Bewegt Flüssigkeiten in der Niere, bewegt das NierenQi, bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das Qi von Herz, Niere, Leber und Gallenblase, beruhigt den HerzGeist
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Bewegt das NierenQi bei nervalem Exzess, beruhigt den HerzGeist und reguliert das HerzQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Bewegt und tonisiert das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das MilzQi, bewegt Flüssigkeiten in Leber und Niere, tonisiert das Yin von Leber und Gallenblase
Rhiz.Agropyri	Quecke	Agropyrum repens	Bewegt Flüssigkeiten in Leber und Niere, leitet Feuchtigkeit aus, bewegt und reguliert das NierenQi, nährt das Blut
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt das Yin, tonisiert das HerzYin, tonisiert das Blut, tonisiert das MilzQi, bewegt das NierenQi
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, beruhigt den Geist, tonisiert das MilzQi

Diagnose LeberBlut-Mangel, HerzBlut-Mangel, LeberQi-Stagnation, LeberHitze, NierenYin-Schwäche, Qi-und Blut-Stase im unteren Erwärmer
Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.14 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt, wovon die Patientin fünf pro Tag nimmt. Leider kann ich in diesem Fall nicht über ein Feedback berichten, außer dass die Schwangerschaft bis zum Ende ausgetragen werden konnte und das Kind per Spontangeburt zur Welt kam.

6.3.5 Fall 43

Die 23-jährige Patientin, die seit neun Jahren immer wieder wegen chronischer Sinusitis behandelt wird, stellt sich im Januar 2015 in der Praxis vor. Vor drei Monaten war es im Anschluss an einen Katzen-Kratzer zu einer Blutvergiftung gekommen. Sie wurde antibiotisch behandelt. Seitdem fühlt sie sich schlapp, antriebslos, hat 5 kg an Gewicht verloren, keinen Appetit auf Fleisch und seit drei Wochen Tinnitus im linken Ohr. Gleichzeitig hat sie vor drei Monaten wegen Aversion die Pille abgesetzt, aber bisher noch keine Periode bekommen (sekundäre Amenorrhoe).

Zunge Zungenkörper relativ rot, rote Punkte vorne und seitlich, wenig Belag (■ Abb. 6.5), Unterzungvenen gestaut

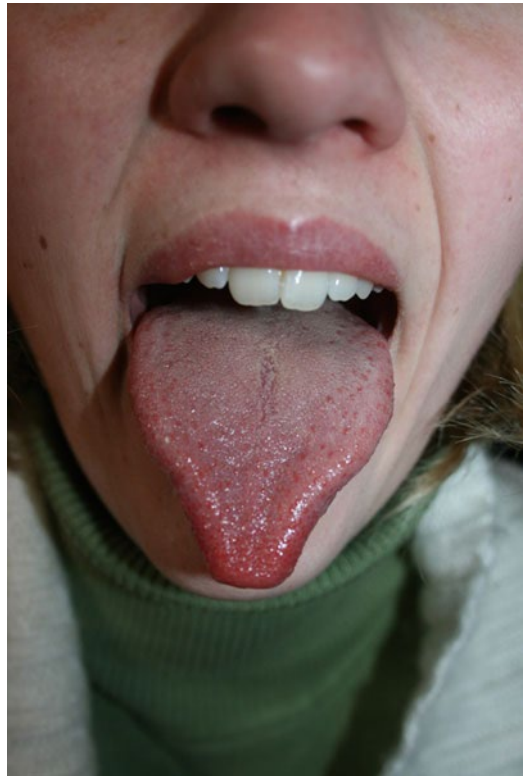
Puls Lungenpuls schwach, rechter Nierenpuls leer

Diagnose Pathogener Restfaktor, LeberHitze, Lungen-WeiQi-Schwäche, NierenYang-Schwäche

Die erste Rezeptur 6.1 geht aus ■ Tab. 6.15 hervor.

Diskussion und Verlauf der ersten Rezeptur

Wegen der Amenorrhoe habe ich diesen Fall in die Gynäkologie eingeordnet. Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Die Patientin trinkt täglich einen halben Liter in der Dosierung 2 Essl./500 ml. Nach drei Wochen berichtet sie: „Es hat einen Rucker getan, habe wieder mehr Lebensfreude und will wieder unter anderen Menschen sein. Viel Schleim löst sich und läuft hinten den Rachen runter, kann wieder mehr essen, aber der Appetit fehlt noch, der Tinnitus ist an manchen Tagen ganz weg.“ Wir behandeln jetzt die aufflammende chronische Sinusitis mit Akupunktur und Moxibustion. Nach zwei Monaten ist die Schlaptheit völlig weg, der Appetit ist wieder da, das Vertrauen in den eigenen Körper ist zurück, sie fühlt sich wieder wohl in ihrer Haut: „Es hat sich alles um 360° gedreht.“ Allerdings bleibt die Periode nach wie vor aus. Da sie grenzwertig hohe basale TSH-Werte hat, bitte ich um eine Abklärung der Schilddrüse beim Endokrinologen, da ich eine Schilddrüsenerkrankung



■ Abb. 6.5 Zunge Fall 43-1

ausschließen möchte, bevor wir die Amenorrhoe weiterbehandeln. Das Ergebnis der Untersuchung offenbart, dass sie eine normale Schilddrüse ohne Hinweis auf eine Fehlfunktion hat.

Es erfolgen nochmals Zungen- und Pulsdiagnose, um eine neue Rezeptur zur Behandlung der Amenorrhoe zu verordnen:

Zunge Rot, vor allem an den Rändern, rote Punkte, Magenriss, der anfängt zu klaffen, Spitze rollt sich ein (■ Abb. 6.6)

Puls Lungenpuls unstabil, lässt sich wegdrücken, Milz- und Leberpuls schlüpfrig, Niere links oberflächlich leer aber stabil in der Tiefe, Niere rechts fein

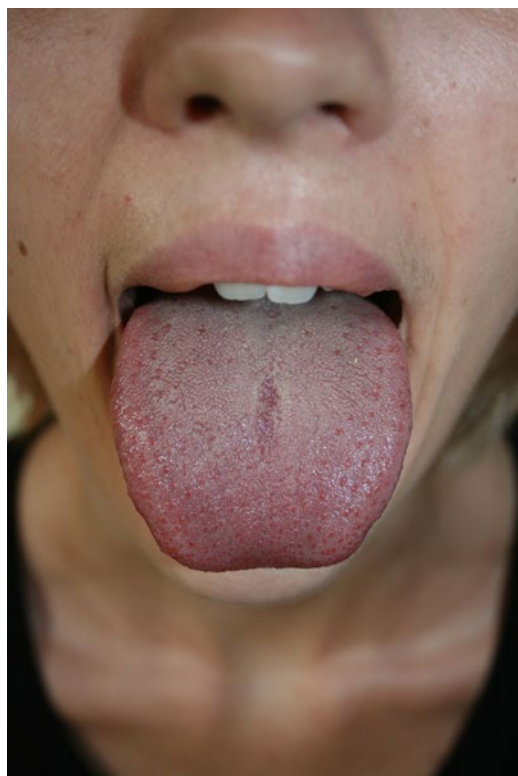
Diagnose Lungen- und WeiQi-Schwäche, pathogener Restfaktor, Magen- und LeberHitze, MilzQi-Schwäche, NierenYang-Schwäche, LeberQi-Stagnation

■ Tab. 6.15 Rezeptur 6.1 für Fall 43

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, Hitze Toxin und pathogener Restfaktor, Qi-Stagnation im Uterus
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Reguliert den Uterus, tonisiert Qi und Blut und bewegt das Blut im Uterus, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, klärt Hitze im ShaoYang, pathogener Restfaktor, tonisiert das NierenYang
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, pathogener Restfaktor, wirkt auf der Blutebene, UterusQi und -Blut-Stase, bewegt das LeberQi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt und tonisiert das LungenQi, stärkt das WeiQi, feuchte Kälte im Kopf, Kälte im Uterus, reguliert den Uterus, tonisiert das Qi im Allgemeinen, pathogener Restfaktor, reguliert die MilzEnergie
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, bewegt das Qi in Leber und Gallenblase, Kälte im Uterus
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenYang, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, UterusKälte, bewegt das Blut
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das Qi im Uterus, tonisiert und bewegt das LungenQi, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, tonisiert das NierenYang
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Bewegt das Blut, wirkt Blutstase entgegen, bewegt das Qi und das Blut im Uterus, bewegt das Leber- und GallenblasenQi und beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das Qi im Urogenital-system, hebt das aufrechte Qi, tonisiert das WeiQi und klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das LungenQi, klärt Feuchtigkeit und Schleim, reguliert den Uterus
Cort.Cinnamomi	Zimt	Cinnamomum verum	Tonisiert das NierenYang, UterusKälte, bewegt und reguliert Qi- und Blut im Uterus, antiinfektiös, antitoxisch, unterstützt den Aufbau von Qi und Blut
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Öffnet die Oberfläche, Uterus-Kälte, NierenYang-Mangel, stimuliert das Immunsystem, antiinfektiös
Herb.Menthae pul.	Poleiminze	Mentha pulegium	UterusKälte, bewegt das Qi im Uterus, kühlt LeberFeuer
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Bewegt das UterusQi, feuchter Schleim im Kopf, LeberHitze, beruhigt hyperaktives LeberYang und bewegt LeberQi
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Bewegt das LeberQi, löst und zerteilt zähen Schleim

■ Tab. 6.15 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Befreit die Oberfläche, tonisiert das Qi, bewegt das Qi bei Schwächezuständen, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, tonisiert und bewegt das LeberQi, bewegt das Qi im Uterus, stimuliert das WeiQi, vertreibt Parasiten, neutralisiert Gifte, aktiviert den 3Erwärmer
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das LungenQi, klärt Hitze und Schleim
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Kühlt LeberHitze und beruhigt LeberYang, stimuliert das WeiQi, lindert Infektion und neutralisiert Gifte, klärt Parasiten
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das Qi im Uterus, UterusKälte, reguliert und stimuliert den Uterus, tonisiert das WeiQi, beruhigt das LeberYang, FeuerToxin



■ Abb. 6.6 Zunge Fall 43-2

Die zweite Rezeptur 6.2 geht aus ■ Tab. 6.16 hervor.

Diskussion und Verlauf der zweiten Rezeptur

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Die Patientin trinkt täglich einen halben Liter in der Dosierung 2 Essl./500 ml. Fünf Tage später meldet sie sich mit der Bemerkung, dass die Periode gekommen sei. Wir behandeln weiter in monatlichen Abständen mit Akupunktur und auch mit Kräutern, wobei die Rezeptur je nach Zungen-Puls-Befund angepasst wird, da die Belastung des Körpers mit dem pathogenen Restfaktor noch nicht ausgestanden ist und sie (dadurch?) nach wie vor mit der chronischen Sinusitis Beschwerden hat.

6.3.6 Fall 106

Im folgenden Fall handelt es sich darum, dass die Patienten oft wegen Beschwerden in die Praxis kommen, die sich durch die Behandlung verbessern. Dann fragen sie häufig nach, ob man für etwas anderes „auch etwas tun könnte“.

Die 15-jährige Patientin stellt sich im Mai 2015 in der Praxis vor, und zwar wegen Schmerzen im Schulter-Arm-Bereich rechts. Vor ca. einem Jahr ist sie im Schulsport vom Barren gestürzt und hat sich dabei eine Fissur am Oberarmknochen sowie eine

■ Tab. 6.16 Rezeptur 6.2 für Fall 43

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Bardanae	Große Klette	Rad.Bardanae	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Galii aparine	Klettenlabkraut	Galium aparine	Tonisiert und bewegt das Qi von Magen, Gallenblase und Leber, bewegt das Qi im unteren Erwärmer, lindert Entzündung, bewegt Schleim-Stagnation
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Siehe obige Rezeptur, Hitze im Magen
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, toxische Hitze, tonisiert das MilzQi
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, bewegt das Leber- und NierenQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert und reguliert die Leber
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Menthae pul.	Poleiminze	Mentha pulegium	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Feuchte Kälte im Kopf, tonisiert Qi und Blut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das reproduktive Qi, UterusBlut-Mangel, reguliert den Uterus, bewegt das UterusQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15), MagenHitze
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Siehe Rezeptur 6.1 (■ Tab. 6.15)
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	MagenFeuer, bewegt das UterusQi, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Klärt LeberHitze, tonisiert und bewegt das Qi von Leber und Gallenblase, klärt Hitze im Magen, tonisiert das MilzQi, klärt pathogenen Restfaktor
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	LeberFeuer, tonisiert das MilzQi und das reproduktive Qi
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Klärt LeberHitze, bewegt das UterusQi, klärt Magen-Feuer

■ Tab. 6.17 Rezeptur Fall 106

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das HerzQi, bewegt das Qi im Uterus, bewegt das LeberQi, lindert Schmerz, tonisiert das NierenYang
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Reguliert den Uterus, bewegt das Qi und das Blut im Uterus, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das NierenYang, vertreibt Kälte in allen Meridianen
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, bewegt das Qi im Uterus, bewegt das LeberQi, aktiviert den 3Erwärmer
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt UterusQi und -Blut
Fol.Rubi idaei	Himbeerblätter	Rubus idaeus	Tonisiert und bewegt das UterusQi, tonisiert die Essenz
Herb.Capsellae bursap.	Hirtentäschel	Capsella bursapastoris	Belebt das Blut, bewegt das Qi und das Blut im Uterus, bewegt Blutstase im unteren Erwärmer
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Wärmt den Uterus und tonisiert das NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi
Herb.Hyperici	Johanniskraut	Hypericum perforatum	Bewegt das Qi im Uterus, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, wirkt LeberQi-Stagnation entgegen
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das Nieren- und UterusQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Bewegt das Qi im Uterus, lindert Schmerz, bewegt das LeberQi
Flos.Calendulae	Rungelblume	Calendula officinalis	Bewegt das Qi und das Blut im Uterus, bewegt das LeberQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Bewegt das Qi und Blut im Uterus, tonisiert das reproduktive System, bewegt das Nieren- und LeberQi, tonisiert das Blut
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Eingezwängtes UterusQi mit Stagnation, bewegt das LeberQi

fragliche Clavikulaluxation und Muskelrisse zugezogen. Jetzt ist es immer noch ein „breiter Streifen, wo es wehtut“ – wenn es ganz schlimm wird, kann sie den Arm nicht heben und nicht mehr schreiben. Neben Physiotherapie und Osteopathie kommt sie zur Akupunktur. Nach zwei Behandlungen geht es ihr „super, so richtig gut, hab auch schon wieder im Sport mitgemacht“. Da fragt sie mich, ob ich auch eine Idee für ihre Regelschmerzen hätte. Der erste Tag der Blutung ist ganz schlimm, Schmerzen auch im Rücken, die Blutung dauert sechs Tage, im Menstruationsblut sind auch kleine Klümpchen (Dysmenorrhoe).

Zunge Etwas gerötet, vor allem vorne rote Punkte, Spitze rollt sich ein, Zungenkörper fest, Magenriss

Diagnose Qi-Stagnation im Uterus, Kälte im Uterus

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.17 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, mit der Dosierung 2 Teel./125 ml. Die Patientin lässt mich wissen, dass der Tee „schrecklich“ schmecke. Über eine Wirkung habe ich noch keine Rückmeldung zum jetzigen Zeitpunkt.

6.3.7 Fall 21

Im folgenden Fall möchte ich gerne zeigen, dass man immer schulmedizinische Alternativen („Notwendigkeiten“) mit den Patienten diskutieren sollte, ihnen dann aber mit den eigenen Therapiemöglichkeiten eine Alternative anbieten kann und letztlich deren Entscheidungen respektieren muss.

Im März 2014 stellt sich die 62-jährige Patientin in der Praxis vor, wegen „zwei Hauptanliegen“. Seit ca. vier Wochen besteht Husten und Schlappheit, die ganze rechte Lungenseite fühlt sich an „wie zu“. Es besteht Nachtschweiß, ansonsten braucht sie es immer warm. Außerdem hat sie eine gynäkologische Dauerblutung. Da es sich um eine postmenopausale Blutung handelt, bespreche ich mit der Patientin ausführlich den schulmedizinischen Aspekt. Sie war seit vielen Jahren nicht mehr beim Gynäkologen und hat große Angst. Sie hatte vier komplikationslose Schwangerschaften und fünf Kinder (1-mal Zwillinge), mit jeweils komplikationslosen Geburten. Ihr Leben als Landwirtin war und ist immer noch stets von Arbeit geprägt. Weitere Beschwerden sind Einschlafstörung, leichtes Sodbrennen („Wenn ich was esse, fühlt es sich an, als wäre ein Ring um den Magen“), chronische Sinusitis, leichte Inkontinenz, rezidivierende Lumbalgie.

Zunge Blass, Risse im Lungen/Magenbereich (nicht aktiv, deute ich als frühere Schädigung der Lungen/Magen-YinEnergie), kein Belag, fast etwas trocken, Unterzungenvenen gestaut, vor allem rechts

Puls Relativ schnell, Milz und Niere links schwach, Niere rechts leer, Leber drahtig

Diagnose LungenQi-Schwäche und Stagnation, MilzQi-Schwäche, Schleim, Blutstase, Nieren-Yin und -Yang-Schwäche, HerzBlut-Mangel

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.18 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Davon trinkt die Patientin einen halben Liter pro Tag in der Dosierung 2 Essl./500 ml. Nach drei Wochen ist es bereits allgemein am ganzen Körper leichter, die Blutung hat sich verändert. Der Tee

war zunächst bitter, dann aber schmeckt er. Bei der Wiedervorstellung drei Monate später ist die Lunge besser, und die postmenopausale Blutung ist weg. Bei weiteren Besuchen in der Praxis alle 4–6 Monate bleibt ihr Zustand stabil. Im Juni 2015 kam es zu einer massiven uterinen Blutung. Wieder habe ich ausführlich mit ihr die Notwendigkeit einer gynäkologischen Abklärung besprochen, versucht, ohne ihr Angst zu machen, die Situation schulmedizinisch zu erläutern, sie darauf hingewiesen, dass es „harmlose Gründe“ – Polypen der Uterusschleimhaut oder eine gutartige Endometriumhyperplasie – gibt bzw. im Fall eines malignen Geschehens in der Frühphase eines Endometriumkarzinoms die Therapie durch einen operativen Eingriff relativ einfach ist. Ich denke auch, und hier zitiere ich nochmals Dr. med. Birgit Seybold-Kellner, dass die Schulmedizin, was die Entfernung von Schleim und Blutstase betrifft, oft die besseren und schnelleren Methoden hat und eine Operation bei einem malignen Geschehen anderen Therapiealternativen überlegen sein kann.

Ich glaube, dass es sehr wichtig ist, dass man, um es metaphorisch auszudrücken, nicht überall Nägel sieht, wenn man selbst nur über einen Hammer verfügt, also mit den Patienten ausführlich über Therapiealternativen diskutiert, die man selbst nicht anbieten kann, um dann ein bestmögliches Konzept zu erstellen. Die Patientin war inzwischen in gynäkologischer Behandlung und hat eine Ausschabung vornehmen lassen. Das Ergebnis: Es wurde ein Endometriumkarzinom diagnostiziert. Die Patientin lehnt jedoch zum jetzigen Zeitpunkt weiteres schulmedizinisches Vorgehen ab (Operation).

6.3.8 Fall 71

Im Folgenden geht es um einen (noch) nicht erfüllten Wunsch (Kinderwunsch), der die Patientin ursprünglich in die Praxis führte. Und erneut entwickelte sich die Behandlung zu einer weg begleitenden Konstitutionstherapie.

Die 41-jährige Patientin stellt sich im Oktober 2013 in der Praxis vor, und zwar wegen unerfülltem Kinderwunsch. Sie war vor kurzem in einer Kinderwunschpraxis, wo ein niedriger „AntiMüller-Hormon-Wert“ (korreliert mit dem Funktionszustand der Eierstöcke, Abfall bereits vor FSH-An-

■ Tab. 6.18 Rezeptur Fall 21

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt das LungenQi und senkt es ab, tonisiert das Qi im Allgemeinen, tonisiert das LungenQi, reguliert die MilzEnergie, tonisiert das NierenYang, reguliert den Uterus, löst Schleim in der Lunge
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Tonisiert das NierenQi, löst Schleim-Feuchtigkeit aus der Lunge, hebt das aufrechte Qi, tonisiert und bewegt das LungenQi, reguliert den Uterus, wirkt Blutstase entgegen
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Wirkt Blutstase entgegen, stoppt Blutung, löst feuchten Schleim, tonisiert das WeiQi, leitet Lungen-Schleim aus, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das MilzQi, tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, leitet Schleim aus der Lungen aus, senkt das LungenQi ab, tonisiert das LungenYin
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenQi und -Yang, tonisiert das MilzQi, leitet Schleim aus der Lunge aus, bewegt das Blut, tonisiert das Blut
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Reguliert den Uterus, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, stoppt Blutung, tonisiert LeberBlut
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das LungenQi und löst Schleim, tonisiert das LungenQi, tonisiert das MilzQi und -Yang
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Tonisiert die Milz, leitet Schleim aus der Lunge aus, bewegt und tonisiert das LungenQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, transformiert Feuchtigkeit und Schleim, tonisiert das Blut
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Leitet Schleim-Feuchtigkeit aus der Lunge aus, tonisiert das LungenQi
Rad.Petroselini	Petersilie	Petroselinum crispum	Tonisiert das MilzQi, reguliert den Uterus, tonisiert das Blut
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut, nährt Yin und Flüssigkeiten
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das LungenQi, tonisiert das MilzQi, stimuliert das WeiQi, tonisiert Herz- und NierenYin, LeereHitze bei Yin-Mangel, tonisiert das HerzBlut
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das LungenQi, leitet Schleim aus der Lunge aus, tonisiert die NierenEssenz, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut und -Yin
Herb.Centauri	Tausendgüldenkrout	Centaurium erythraea	Tonisiert das MilzQi
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Leitet Schleim aus der Lunge aus, tonisiert das MilzQi
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Reguliert den Uterus, tonisiert das NierenQi, löst Lungen-Schleim, tonisiert das WeiQi, reguliert die Milz, tonisiert das MilzQi, bewegt das LungenQi

■ Tab. 6.18 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Tonisiert das MilzQi, bewegt Leber-Blut-Stase
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Löst Schleim aus der Lunge, stimuliert das WeiQi, vertreibt Kälte, stoppt Husten

stieg) diagnostiziert wurde, was sie ziemlich aus der Fassung gebracht hat. Außerdem hat sie sich zum jetzigen Zeitpunkt gegen invasive Maßnahmen (im Sinne der Fertilitätsmedizin) entschieden. Sie hat ca. 16 Jahre lang die Pille eingenommen, die Zyklen sind jetzt sehr unregelmäßig (17–41 Tage). Die Blutung dauert drei Tage lang an, normale Farbe, keine Koagel, starke Dysmenorrhoe. Sie ist windempfindlich, der Nacken ist oft steif, Z. n. Bandscheibenprolaps HWS 5/6 (seit 4 Jahren), Aufwachen nachts gegen 4.00 Uhr, Müdigkeit, seit drei Jahren „wahn-sinnige“ Stauballergie, rezidivierende Lumbalgie, sehr wärmebedürftig („Brauche es immer warm“).

Zunge Geschwollen im vorderen Drittel, auch gerötet, im hinteren Drittel schleimiger Belag, Zahneindrücke, Kerben im Herzbereich, Unterzungenvene rechts diskret bläulich

Puls Schwacher, schlüpfriger LeberPuls, leerer rechter Nierenpuls

Diagnose LeberQi-Stagnation und LeberBlutmangel, NierenYang-Schwäche, MilzQi-Schwäche, LungenQi-Mangel/Stagnation, Blutstagnation

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 6.19 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt, davon nimmt die Patientin fünf pro Tag, was einer Gesamtdosis von 1 g entspricht. Nach einem Monat sagt sie: „Ich nehme die Kräuter gern, kann öfter durchschlafen und bin nicht mehr so erschöpft.“ Die Kälte macht sich vor allem an den Füßen bemerkbar: „Es ist, als würde ich Eisschuhe tragen.“ Ich empfehle Sitzbäder mit Herzgespann, was aber zu einer massiven Reak-

tion führt, sie bekommt Schmerzen in beiden Nieren und kann es nicht aushalten. Zu ihrem sehr verantwortungsvollen und anstrengenden Beruf kommt noch ein Pendeln zum Arbeitsplatz von täglich ca. 120 km hinzu. Die Zyklen werden zunehmend regelmäßiger, allerdings relativ kurz (21–29 Tage). Immer wieder kommt es zu klinischen Zeichen des LeberBlutmangels (Augen werden schlechter, rezidivierende Muskelfaserrisse, Taubheitsgefühle in Händen und Füßen), und wir sprechen darüber, wie sich „Energie einsparen ließe“. Sie steigt auf den Zug um und kann einen Tag von zu Hause aus arbeiten. Unsere Behandlung sieht sie inzwischen als Wegbegleitung. Im Abstand von 2–4 Monaten passen wir jeweils die Rezeptur auf die aktuellen Verhältnisse an.

In diesem Zusammenhang möchte ich kurz eingehen auf die Widersprüchlichkeit von Hitze- und Kältezeichen, die uns in der Praxis oft begegnen. Oft haben die Patienten und Patientinnen einen schnellen Puls oder eine rote Zunge und zugleich einen NierenYang-Mangel. Oder sie frieren trotz geröteter Zunge sehr stark. Ich denke, Kälte kann sich im Körper auch als Stagnation verbergen, Traumata können sich in Form von „Eisbergen“ in Körperregionen speichern. Auf der einen Seite besteht ein Verlangen nach Wärme, in diesem Fall Moxibustion, auf der anderen Seite kann sie nur schwer ertragen werden, denn der Eisberg könnte ja abschmelzen. Und was würde dann passieren? Außerdem wird wegen gleichzeitigem Yin- und/oder Blutmangel nicht zu viel Hitze toleriert. Für mich ist es in diesen Fällen das Wichtigste, dass sich überhaupt etwas bewegt. Die westlichen Kräuter wirken ja im Allgemeinen eher harmonisierend als in eine bestimmte Richtung. Auffällig ist auch, dass sich, wenn man durch die Akupunktur eine Tiefenentspannung erreicht, von den Patienten oft Kälte- wellen beschrieben werden. Dann fühlt es sich so an, als würde sich in der Tiefe etwas lösen.

■ Tab. 6.19 Rezeptur Fall 71

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Tonisiert das LeberYin, bewegt das LeberQi, tonisiert das Blut, v. a. auch das Leber- und UterusBlut
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt und tonisiert das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das MilzQi, tonisiert das LeberYin
Rad.Petroselini	Petersilie	Petroselinum crispum	Tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, nährt LeberYin, tonisiert das Blut, tonisiert das Blut im Uterus und reguliert den Uterus
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert Qi und Blut im Uterus, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das Blut im Uterus, tonisiert HerzBlut und MilzQi und unterstützt die Lunge
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenQi und -Yang, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert und bewegt das MilzQi, tonisiert das Blut, wärmt die Leber, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt hyperaktives LeberYang, wärmt den Uterus, tonisiert das HerzBlut
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das Lungen- und HerzQi, bewegt das Qi in Leber und Uterus, tonisiert das MilzQi und NierenYang
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Bewegt und tonisiert das LungenQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, wärmt und reguliert den Uterus, tonisiert das HerzQi, reguliert die MilzEnergie
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Tonisiert das reproduktive System, bewegt Qi und Blut im Uterus, bewegt und tonisiert das HerzQi, bewegt das Leber- und NierenQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi und das Blut
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das Blut und das MilzQi
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das Lungen- und LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, unterstützt den Uterus
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert Qi und Blut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das reproduktive Qi, stärkt das UterusBlut, bewegt das Lungen- und UterusQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das Qi von Leber, Lunge, Niere und Uterus, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, tonisiert das HerzBlut
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das Qi im Urogenitalsystem, in der Lunge und Leber, tonisiert HerzQi und -Blut, tonisiert das MilzQi, beruhigt LeberYang
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, tonisiert das MilzQi

■ Tab. 6.19 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert Qi und Blut im Uterus, bewegt UterusBlut-Stase, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert LeberBlut, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi, tonisiert das NierenYang, vertreibt Kälte aus den Meridianen
Rhiz.Zingiberis	Ingwer	Zingiber officinalis	Wärmt den Uterus und das NierenYang, tonisiert und bewegt das HerzQi

Literatur

- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Maciocia G (2000) Die Gynäkologie in der Praxis der chinesischen Medizin. Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Bad Kötzing
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM, Bad Kötzing

Kinderheilkunde

Birgit Baur-Müller

- 7.1 Fall 14 und Fall 89: „Eine prophylaktische Teeverordnung“ – 382**
- 7.2 Fall 35: „Einem unruhigen HerzGeist zu einem Ruhekissen verhelfen“ – 382**
 - 7.2.1 Diskussion und Verlauf – 384
- 7.3 Fall 3: „Heraus aus der Sackgasse“ – 385**
 - 7.3.1 Diskussion und Verlauf – 386
- 7.4 Fall 42: „Chronische Infektionen bei Lungen- und MilzQi-Schwäche“ – 386**
 - 7.4.1 Diskussion und Verlauf – 386
- 7.5 Fall 88: „Eine Salbe für eine aus dem Gleichgewicht geratene Haut“ – 386**
- 7.6 Fall 137: „Hilfe, um nach Krebstherapie die Batterien wieder aufzufüllen“ – 389**
 - 7.6.1 Diskussion und Verlauf – 389
- 7.7 Fall 128: „Ein aus der Balance geratener ‚LeberGeneral‘ besetzt den Thron des Kaisers“ (chronische Schlafprobleme) – 389**
 - 7.7.1 Diskussion und Verlauf – 391
- 7.8 Fall 119: „Erschöpftes Milz-, WeiQi und pathogener Restfaktor führen in eine Sackgasse von Schmerz und Hilflosigkeit“ (rezidivierende Kopf- und Ohrenschmerzen) – 392**
 - 7.8.1 Diskussion und Verlauf – 392
 - 7.8.2 Diskussion und Verlauf – 395
- Literatur – 395**

In diesem Kapitel geht es mir darum, durch verschiedene Rezepturen die Kräuter vorzustellen, die für die Behandlung von Kindern geeignet sind.

Wer mit Kindern arbeitet, weiß, dass diese Patienten etwas Besonderes sind. Ich halte es für sehr wichtig, Ihnen mit dem größten Respekt zu begegnen. Allem gegenüber, was wir tun, sind sie neugierig, offen und ohne Erwartungen. Ihre Fragen, wenn wir versuchen, sie ehrlich zu beantworten, fordern oft unsere vorgefassten (bequemen) Meinungen heraus. Für mich sind sie die liebsten und zugleich schwierigsten Patienten. Ich denke, es ist sehr wichtig, mit Kräutern zu arbeiten, die sie gerne zu sich nehmen, mit Pflanzen zu arbeiten, die, wie z. B. Melisse, ein breites Spektrum haben, sowohl attackierend als auch tonisierend und beruhigend wirken und dabei noch gut schmecken.

7.1 Fall 14 und Fall 89: „Eine prophylaktische Teeverordnung“

Bei den folgenden zwei Fällen möchte ich zeigen, wie man relativ unkompliziert auch „präventiv“ bei Kindern arbeiten kann, obwohl es im Augenblick keine „eindeutige“ Diagnose gibt. Wenn man aber die Zunge betrachtet, ist schon zu sehen, dass da etwas im Verborgenen „brodelt“. Bei Kindern ist es relativ schwierig, anamnestische Hinweise zu bekommen, außer wenn die Beschwerden sehr stark sind, sodass uns die Zungendiagnose wirklich weiterhilft.

In diesen beiden Fällen handelt es sich um zwei Brüder, 10 und 13 Jahre alt, die schon öfter mit deutlichen Beschwerden in der Praxis waren und sich jetzt (auf eigenen Wunsch) mit ihrer Mutter wieder vorstellen.

Der erste Fall dreht sich um den 13-jährigen Jungen. Dies ist ein Patient, der seit 1½ Jahren in der Praxis bekannt ist. Geburt per Sectio wegen vorzeitigem Blasensprung und fraglichem HELLP-Syndrom, in der Schwangerschaft litt die Mutter unter Anämie. Er hat immer wieder Probleme mit trockener Haut und juckenden Ekzemen, ab und zu Schmerzen in der oberen LWS, nach dem Mittagessen Müdigkeit. Er tut sich schwer mit Schreiben und Lesen. Es besteht extremer Fußschweiß. Er ist ziemlich schweigsam.

Zunge Roter Zungenkörper, vor allem an den Rändern, die Ränder auch aufgeworfen, rote Spitze, in der Mitte und hinten gelblicher klebriger Belag

Diagnose Hitze in Herz und Leber, MilzQi-Schwäche mit Schleim, LeberQi-Stagnation

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.1 hervor.

Der 10-jährige Bruder ist seit vier Jahren in der Praxis bekannt, Z. n. Spontangeburt nach unkomplizierter Schwangerschaft. Rezidivierende Bindehautentzündungen (auch gleich nach der Geburt), als 5-Jähriger an Mumps erkrankt, auch Scharlach, beide Male mit Antibiotika behandelt. Er ist mehrfach gestürzt (U-Bahn, Baumhaus, Trampolin), litt unter verdickten Halslymphknoten, starken Augenrändern morgens, hat Albträume mit Sprechen und leidet an Bettnässen gegen 23.00 Uhr. Nach wie vor besteht eine Vorhautverengung. Er drückt sich sehr gewählt aus, singt viel, mag es nicht, wenn man laut spricht. Eine Weile gab es Probleme mit „Milchallergie“. Im Augenblick keine besonderen Beschwerden, außer dass die Füße zappeln beim Klavierspielen, die Haut zu Trockenheit neigt und er eine „Kaba-Sucht“ (Milchkakao) hat.

Zunge Rote Spitze, rote Punkt vorne und seitlich, klebriger Belag in der Mitte

Diagnose Unruhiger HerzGeist mit HerzHitze, pathogener Restfaktor, MilzQi- und NierenSchwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.2 hervor.

In beiden Fällen werden die Kräuter zu gleichen Teilen (je 10 g) verordnet. Die Kinder trinken eine Tasse pro Tag in der Dosierung 2 Teel./125 ml. Der Tee kann mit Saft oder Honig abgeschmeckt werden.

7.2 Fall 35: „Einem unruhigen HerzGeist zu einem Ruhekitzen verhelfen“

Das 10-jährige Mädchen ist seit fast zehn Jahren in regelmäßiger Akupunkturbehandlung in der Praxis. Sie ist Down-Syndrom-Patientin und leidet akut unter den Symptomen von HerzHitze und unruhigem

■ Tab. 7.1 Rezeptur Fall 14

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Klärt Hitze, tonisiert das LungenQi, löst Feuchtigkeit im unteren Erwärmer
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, bewegt das LeberQi, tonisiert die Essenz
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, kühlt HerzFeuer und beruhigt den HerzGeist, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Herb.Euphrasiae	Augentrost	Euphrasia rotskoviana	Klärt feuchte Kälte in der Milz/Dam, befriedet die Leber, wenn sie den Magen angreift
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert und reguliert die Leber
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das HerzQi, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi

■ Tab. 7.2 Rezeptur Fall 89

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Tonisiert das Blut, tonisiert das Qi von Milz und Magen, klärt Hitze
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert das HerzQi, stabilisiert, stärkt und beruhigt den HerzGeist, tonisiert das HerzBlut und das MilzQi, Nahrungsstagnation
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das Herz- und LungenQi, beruhigt den HerzGeist, kühlt HerzHitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Befeuchtet Trockenheit, befeuchtet und kühlt die Haut, beruhigt den Geist
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das HerzQi, tonisiert die Nerven
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Tonisiert die NierenEssenz, tonisiert die Niere und die Leber, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, bewegt das Qi im unteren Erwärmer
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Bewegt und tonisiert das NierenQi, beruhigt den HerzGeist, tonisiert das HerzBlut, unterstützt die Lunge, tonisiert das MilzQi
Herb.Hyperici	Johanniskraut	Hypericum perforatum	Bewegt das NierenQi bei Schwäche, beruhigt NierenAngst und reguliert das BlasenQi, tonisiert die NierenEssenz, tonisiert und reguliert das Herz- und NierenQi und beruhigt den HerzGeist, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, wirkt LeberQi-Stagnation entgegen

■ Tab. 7.3 Rezeptur Fall 35

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei bervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist und kühlt HerzFeuer, tonisiert die Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das NierenQi, beruhigt den HerzGeist, tonisiert das HerzBlut und MilzQi
Flos.Matricariae	Kamille	Matricaria chamomilla	Bewegt das Qi im Darm, harmonisiert den mittleren Erwärmer wenn LeberQi die Milz angreift, bewegt das Qi der Gallenblase, kühlt LeberHitze, reguliert die Leber und bewegt das LeberQi, beruhigt den Geist und kühlt HerzFeuer
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert das HerzQi, stabilisiert, stärkt und beruhigt den HerzGeist, kühlt HerzFeuer, tonisiert das HerzBlut und MilzQi
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Bewegt das NierenQi bei nervalem Exzess, beruhigt den HerzGeist und reguliert das HerzQi, bewegt das Qi im Darm
Herb.Passiflorae	Passionsblume	Passiflora incarnata	Beruhigt YangExzess, beruhigt den HerzGeist, wirkt Herz- und LeberFeuer entgegen, beruhigt „Nieren-Angst“, bewegt das Leber- und LungenQi
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Beruhigt den Geist

HerzGeist sowie „unruhiger“ und hitziger Leber. Die HerzHitze ist eines der Hauptmuster, mit denen die Chinesische Medizin bei Down-Syndrom arbeitet (Scott u. Barlow 2003). Die Eltern schildern folgende Symptome: massiver Zorn, total „kibbelig“, zugleich erschöpft, nervös und aufgeregt, auch zornig-aggressiv, sehr unruhig im Schlaf, ständig Bauchweh, Ein- und Durchschlafstörung.

Zunge Spitze sehr rot und etwas geschwollen

Diagnose HerzHitze, unruhiger HerzGeist, LeberHitze, LeberQi-Stagnation, „aggressives LeberQi schlägt um sich“

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.3 hervor.

7.2.1 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10g) verordnet. Davon trinkt die Patientin eine Tasse in der Dosierung 2 Teel./125 ml. Als das kleine Mädchen zum ersten Mal den Tee trank, sagte sie: „Wie soll da jetzt meine Zunge kalt werden, wenn ich diesen heißen Tee trinke?“ Aufmerksam folgt sie allem, was während der Behandlung gesagt wird und passiert, und zieht ihre eigenen Schlüsse. Und ich hatte ja von Hitze gesprochen. In dieser Rezeptur habe ich nur Kräuter verwendet mit mildem Geschmack. Kinder können den Tee verdünnt mit Saft zu sich nehmen. Sie trinkt ihn gerne, und er zeigt eine deutliche Wirkung. Die Zungenspitze ist jetzt nicht mehr rot wie eine Ampel und auch nicht mehr geschwollen. Aktuell steht eine große Operation bevor, wo die künstliche Herzklappe ausgetauscht werden soll. Deshalb sind die Eltern sehr angespannt und nervös, und die ganze Familie trinkt den Tee.

■ Tab. 7.4 Rezeptur Fall 3

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Stärkt das MilzQi, löst feuchten Schleim in der Lunge, klärt Hitze, lindert Fieber und Entzündung
Fol.Plantaginis lanc.	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Lungen-Schleim-Hitze
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Stärkt und bewegt das LungenQi, löst Schleim in der Lunge, stärkt das LungenYang, stärkt das MilzQi
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgaris	Harmonisiert den Verdauungstrakt, leitet Schleim aus der Lunge aus
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, leitet Schleim aus
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Leitet Schleim-Feuchtigkeit aus
Herb.Thymi	Thymian	Thymus officinalis	Stärkt das WeiQi, stärkt und bewegt das LungenQi, löst Schleim aus der Lunge, stärkt das Qi im Allgemeinen, tonisiert das NierenYang
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Stärkt das MilzQi, wirkt antiallergisch, stärkt das LungenQi
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Tonisiert das LungenQi, leitet Schleim aus (v. a. im Kopfbereich)
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das Qi von Lunge und Herz, löst Schleim in der Lunge, tonisiert das MilzQi und Yang, tonisiert das NierenYang
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Klärt Schleim, nährt und erneuert die Nieren
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das Milz- und NierenYang, tonisiert das Milz- und NierenQi, tonisiert das LungenQi

Inzwischen, sieben Monate später, ist die Herzoperation erfolgreich überstanden.

7.3 Fall 3: „Heraus aus der Sackgasse“

Im Januar 2014 stellt sich der 10-jährige Patient in der Praxis vor: „Bin sehr grippeanfällig, bin sehr müde zur Zeit.“ Seine Stimme ist belegt, das Problem besteht massiv seit November 2012. Damals Fieber, Husten, Halsweh („Konnte nicht mehr schlucken“), drei verschiedene Antibiotika wurden ausprobiert, es kam sogar zu einer allergischen Hautreaktion. Seitdem „kam er nie wieder so richtig raus“ (sagt der Vater).

Er ist wetterfühlig, hat abends manchmal Kopfw. Der Schlaf ist gut, keine Träume. Appetit ist

nicht sehr groß, Verdauung normal, es bestehen Müdigkeit, Allergien und Infektneigung. Manchmal hat er Rückenschmerzen, ist mit dem Körper sehr sensibel, liebt die Wärme, kein Nachtschweiß. Z. n. operativ korrigierter Phimose. Vor zwei Jahren ist die Mutter verstorben.

Zunge Farbe fast normal, rote Punkte, sonst unauffällig

Puls Insgesamt schlüpfriß, unruhig, kräftiger linker Nierenpuls

Diagnose LungenQi- und WeiQi-Schwäche mit Schleim, pathogener Restfaktor, MilzQi-Schwäche, NierenYang-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.4 hervor.

7.3.1 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Davon trinkt der Patient eine Tasse täglich in der Dosierung 2 Teel./125 ml. Zusätzlich erhält er innerhalb von vier Monaten acht Akupunkturbehandlungen, dabei arbeite ich vor allem mit der „Heilsteinakupunktur“ (Baur-Müller 2015) und kleinen Dauernadeln, wie sie für die Ohrakupunktur verwendet werden. Nach einer Woche berichtet er: „Ich bin richtig fröhlich, aufgeweckt, als hätte man einen Eisblock an den Schädel geworfen, habe mehr Energie, hab gegessen wie ein Weltmeister, viel Schleim löst sich.“ Der Appetit wird ziemlich schnell deutlich besser, nach einem Monat wird die Kraft mehr, „reicht für die Schule, auch abends noch zum lernen“. „Manchmal fühle ich mich, als wäre der ganze Schleim draußen.“ Innerhalb der nächsten vier Wochen kommt es weiterhin zum Ausscheiden von reichlich Schleim, die Kraft nimmt stetig zu. Bei der Abschlussbehandlung hat sich der Energielevel in der Schule von 20 % auf 99 % verbessert, nur noch sehr selten Husten, insgesamt geht es sehr viel besser.

7.4 Fall 42: „Chronische Infektionen bei Lungen- und MilzQi-Schwäche“

Der 2-jährige Junge wird von seiner Mutter mit folgenden Beschwerden in die Praxis in die Praxis gebracht: Seit ca. einem Jahr hat er „eine Erkältung nach der anderen“, die Nase läuft klar und wässrig, manchmal gelblich, Reizhusten, vor einem halben Jahr hatte er eine Lungenentzündung, die mit Antibiotika behandelt wurde. Der Schlaf ist gut, kein Nachtschweiß, Appetit und Verdauung gut, Impfungen nach Plan. Geburt nach komplikationslosem Verlauf wegen Beckenendlage (er hat sich in der 30. SSW gedreht) per Sectio bei vorzeitigem Blasensprung und beginnender Wehentätigkeit. Neugeborenenikterus. Bis zum 4. Monat wurde er voll gestillt.

Diagnose LungenQi- und WeiQi-Schwäche, pathogener Restfaktor, MilzQi-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.5 hervor.

7.4.1 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Der Patient trinkt eine Tasse in der Dosierung 2 Teel./125 ml, bei Bedarf verdünnt mit Saft. Zugleich erhält er „Heilsteinakupunktur“ (Baur-Müller 2015). Nach zwei Monaten und sechs Behandlungen ist der Junge stabil. Vier Monate später ist er komplett beschwerdefrei. Wenn etwas „aufflackert“, ist es wesentlich besser, sobald er den Tee trinkt. Dann fängt er an, den Kindergarten zu besuchen. In dieser Zeit kommt es innerhalb der nächsten sieben Monate nur viermal zu einer notwendigen Behandlung.

7.5 Fall 88: „Eine Salbe für eine aus dem Gleichgewicht geratene Haut“

Im folgenden Fall möchte ich die topische Anwendung einer Rezeptur in Form einer Salbe vorstellen.

An einem Samstag, an dem ich normalerweise keine Sprechstunde habe, stand plötzlich eine Frau mit ihrem Enkel vor der Tür. Der 2-Jährige durfte bei ihr übernachten, hatte aber am ganzen Körper ein übles Ekzem, vor allem im Windelbereich sehr wund und gerötet, aber auch im Gesicht, an den Beinen und am rechten Arm (dekompensiertes atopisches Ekzem/Windeldermatitis, vorbehandelt u. a. mit Nyctatin). Er hatte wegen starkem Juckreiz Probleme, nachts zu schlafen, und so war sie ziemlich aufgeregt und fragte mich, ob ich nicht eine Salbe für ihn hätte.

Drei Jahre zuvor war ich im Wald unterwegs und wollte eine Salbe speziell für Kinder herstellen. Ich hatte keinen Plan, wollte mich vor Ort inspirieren lassen. Meine Idee war, „etwas Sanftes, Einhüllendes, leicht Trocknendes und Kühlendes“, und so fand ich die Blüten von Vergissmeinnicht, Ehrenpreis, Beinwell, Günsel und Vogelmilch. Daheim machte ich einen öligen Auszug (Olivenöl) und stellte mit Wollwachs und Bienenwachs eine Salbe her. Von dieser Salbe stand noch eine Dose im Schrank, als die beiden kamen. Ich hatte Bedenken, ob sie nach so langer Zeit noch gut war, aber es war weder Schimmel drauf, noch roch sie verdorben, also gab ich sie ihnen mit. Außerdem empfahl ich einen Tee von Viola tricoloris als „Körperspray“, zur Beruhigung des Juck-

■ Tab. 7.5 Rezeptur Fall 42

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Fruct.Foeniculi	Fenchel	Foeniculum vulgare	Wärmt den mittleren Erwärmer, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit-Kälte, stimuliert das Immunsystem, tonisiert und reguliert das Qi von Milz und Magen, leitet feuchte Kälte aus
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt und tonisiert das LungenQi, Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert das MilzQi
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das MilzQi, tonisiert das LungenQi und das Qi im Allgemeinen, Schleim-Kälte-Feuchtigkeit in der Lunge, senkt das LungenQi ab
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Feuchte Kälte, tonisiert das MilzQi, bewegt das Qi
Herb.Violae tricoloris	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Bewegt das LungenQi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das LungenQi, äußere WindHitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim, äußere Wind-Hitze/Kälte, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das MilzQi
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Wärmt die Mitte, tonisiert die Milz, Lungen-Schleim-Wind/Kälte, bewegt und tonisiert das LungenQi, bewegt und tonisiert das Qi im Allgemeinen, transformiert Feuchtigkeit und Schleim

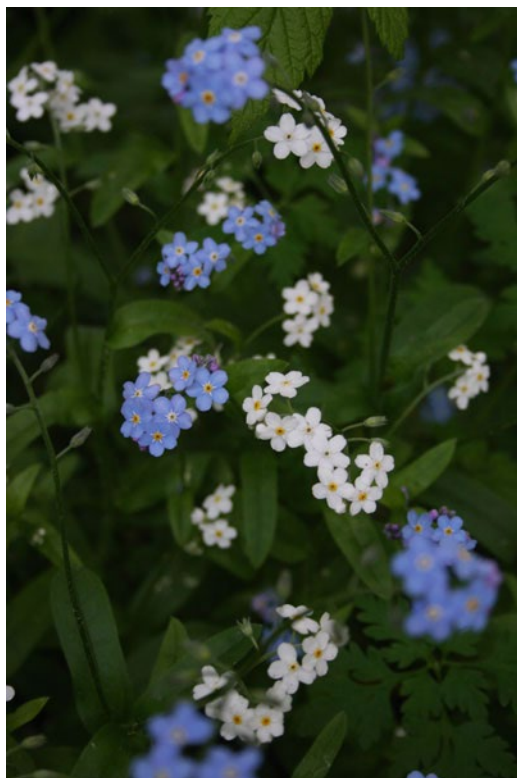
reizes. Eine Woche später kam die Frau wieder an meine Haustür und war sehr glücklich, das Ekzem wird besser, er hat die ganze Nacht bei ihr durchgeschlafen und benutzt die Salbe weiterhin. Natürlich war das „nur“ eine Erste-Hilfe-Maßnahme, und es wäre erforderlich, das Kind weiterzubehandeln wegen Milz- und LungenQi-Schwäche.

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.6 hervor.

Über das Vergissmeinnicht (■ Abb. 7.1) findet man kaum etwas in den Kräuterbüchern. Bei M. Grieve wurde ich fündig. „Forget-me-not“ hat eine starke Beziehung zu den Atmungsorganen, vor allem zur linken unteren Lunge. Auch gibt es eine Tradition, dass der Saft der Pflanze Stahl härten soll (Grieve 1980). Mit dem Ackervergissmeinnicht *Myosotis arvensis* behandelte man früher in der Volksheilkunde Lungentuberkulose, chronischen Bronchialkatarrh und Darmtuberkulose (Hiller u. Melzig 2006).

■ Tab. 7.6 Rezeptur Fall 88

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name
Flos. Cum Herb. Veronicae	Ehrenpreis	Veronica officinalis
Flos. Myosoti symphytifolii	Vergißmeinnicht	Myosotis symphytifolia
Flos.Symphyti	Beinwellblüten	Symphytum officinalis
Flos. Cum Herb.Ajugae	Günsel	Ajuga reptans
Herb. Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media



■ Abb. 7.1 Vergissmeinnicht, *Myosotis symphytifolia*

Der alte Name „Grindheil“, auch Wundkraut, könnte ein Hinweis sein auf die Verwendung bei grindartigen, nässenden Ausschlägen. Chevallier schreibt, dass der Ehrenpreis (■ Abb. 7.2) früher verwendet wurde zur Behandlung von Katarrhen, Husten und chronischen Hautbeschwerden sowie bei nervöser Erschöpfung. Die Anwendung ist allerdings nicht unumstritten, da es Phytotherapeuten gab, die von einer Verwendung dieser Pflanze nichts hielten: „Der Aufguss wirkt nicht besser als das verwendete heiße Wasser.“ (Chevallier 2000, S. 279) Laut Pahlow beschreibt Sebastian Kneipp die Pflanze als wirkungsvoll bei Schwindsucht, Rheuma, Gicht und Blasenkatarrh. Andere Autoren empfehlen die Anwendung beim Hautjucken alter Menschen, Magenverstimmung und Appetitlosigkeit, R.F.Weiß hält die Pflanze für wenig wirksam (Pahlow 2006).

Der Günsel (■ Abb. 7.3) taucht auch nicht in den gängigen Heilpflanzenbüchern auf. M. Grieve



■ Abb. 7.2 persischer Ehrenpreis, *Veronica persica*



■ Abb. 7.3 Günsel, *Ajuga reptans*

beschreibt den Günsel als engen Verwandten der kleinen Braunelle mit fast den gleichen Eigenschaften. Beide Pflanzen wurden früher als Wundkräuter hoch geschätzt und sowohl für die innere Anwendung, in Form von Sirups, als auch für die äußere Anwendung als Salbe empfohlen (Grieve 1980).

Bis auf die Vogelmiere, bei der ich das ganze Kraut verwende, habe ich von den anderen vier Pflanzen vor allem die Blüten verwendet.

7.6 Fall 137: „Hilfe, um nach Krebstherapie die Batterien wieder aufzufüllen“

In diesem Fall möchte ich zeigen, wie man die Kräuter integrieren kann in ein schulmedizinisches Konzept bzw. zu einem späteren Zeitpunkt den Organismus unterstützen kann, sich zu regenerieren.

Der 12-jährige Junge stellt sich im Juni 2015 in der Praxis vor. Nachdem er fünf Jahre zuvor wegen metastasierendem Medulloblastom behandelt wurde (mit Chemotherapie, Radiotherapie und Operation), leidet er nun seit der Therapie an nächtlichem Einnässen (oft ca. 4.00 Uhr morgens). Weiterhin hat er oft Halsweh, ist schnell erschöpft und klagt über Wachstumsschmerzen, vor allem an den Sprunggelenken.

Zunge Breit, eher flach, vorne geschwollen, ziemlich nass, in der Magenfurche kleine horizontale Risse, tiefe Delle im hinteren Drittel (■ Abb. 7.4), Unterzungenvenen o.B.

Puls Milz lässt sich komplett wegdrücken, Niere links fein und schlüpfrig, Niere rechts sehr fein und oberflächlich schlüpfrig, in der Tiefe leer, Herz in der Tiefe leer

Diagnose Milz- und MagenQi-Schwäche, Nieren-Yang-Schwäche, BlasenQi-Schwäche, NierenEssenzMangel, HerzBlut- und LungenQi-Schwäche

Die Rezeptur zur Behandlung geht aus ■ Tab. 7.7 hervor.

7.6.1 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet. Der Junge trinkt eine Tasse am Tag, in der Dosierung 2 Teel./125 ml. Außerdem erscheint er 1-mal monatlich zur Akupunkturbehandlung, wo ich mit Heilsteinakupunktur (Baur-Müller 2015), Dauernadeln und Moxa arbeite. Nach vier Wochen stellt er sich wieder in der Praxis vor. Nachdem er den Tee zwei Wochen lang getrunken hat, scheint ein Aufwärtstrend da zu sein, er ist seit einer Woche „trocken“. Auch spricht er mehr, äußert sich zu Dingen, wo er (so die Mutter) früher nichts gesagt hätte.



■ Abb. 7.4 Zunge Fall 137

7.7 Fall 128: „Ein aus der Balance geratener ‚LeberGeneral‘ besetzt den Thron des Kaisers“ (chronische Schlafprobleme)

Der folgende Fall handelt von einem 3-jährigen Mädchen, das von seiner Mutter wegen chronischer Schlafprobleme in die Sprechstunde gebracht wurde („Sie schläft immer schon schlecht“). Nach vier Fehlgeburten ist sie das erste Kind. In der Schwangerschaft war es zu Ödemen und Müdigkeit gekommen, wegen vorzeitigem Blasensprung kam sie 15 Tage vor dem errechneten Termin mit Hilfe von Wehentropf und PDA (Periduralanästhesie) zur Welt. Bereits in der Schwangerschaft gab es viel Stress mit dem Vater, von dem die Mutter jetzt getrennt lebt. Interessant in diesem Zusammenhang ist, dass das Mädchen unter einem prolongierten Neugeborenenikterus litt, was ich als angeborene konstitutionelle Leberschwäche deute. Im Augen-

■ Tab. 7.7 Rezeptur Fall 137

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Reguliert und bewegt das BlasenQi, Strahlenschäden, bewegt das NierenQi
Herb.Hyperici	Johanniskraut	Hypericum perforatum	Bewegt das BlasenQi, bewegt das NierenQi bei Schwäche, beruhigt NierenAngst und reguliert das BlasenQi, tonisiert die NierenEssenz, beruhigt den HerzGeist
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Tonisiert das Blut, tonisiert das Qi von Milz und Magen, bewegt das NierenQi
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das Herz-, Nieren- und LungenQi, bewegt das BlasenQi, tonisiert Gehirn und Nerven
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert das MilzQi, unterstützt die Lunge, tonisiert das HerzBlut und beruhigt den HerzGeist
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das Herz-Lungen- und NierenQi, reguliert das MagenQi, bewegt das BlasenQi, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das Blut
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Bewegt das HerzQi, tonisiert und reguliert das MagenQi, tonisiert das Herz- und LungenQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, tonisiert das NierenYang
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Stärkt das WeiQi, tonisiert das NierenYang und das Qi im Allgemeinen, tonisiert das LungenQi, tonisiert Nerven und Gehirn, reguliert die MilzEnergie, reguliert das BlasenQi, beruhigt den HerzGeist und die Niere (bei Angst), tonisiert das HerzQi, tonisiert das MagenYang
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert das HerzQi, stabilisiert, stärkt und beruhigt den HerzGeist, tonisiert das MilzQi
Fol.Rubi idaei	Himbeerblätter	Rubus idaeus	Tonisiert das aufrechte Qi, bewegt das Qi im mittleren Erwärmer, tonisiert die Essenz, stärkt das LungenQi
Rad.Angelicae arch.	Engelwurz	Angelica archangelica	Wärmt die Mitte, tonisiert die Milz, auch das MilzYang, tonisiert das LungenQi und -Yang, tonisiert das Qi im Urogenitalsystem, tonisiert, wärmt und bewegt das HerzQi, tonisiert das Qi und das Blut
Cort.Cinnamomi	Zimt	Cinnamomum verum	Tonisiert das Milz- und NierenYang, tonisiert das Qi von Milz und Magen, unterstützt den Aufbau von Qi und Blut
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, tonisiert das MilzQi, hebt das Qi
Herb. Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Bewegt das NierenQi, tonisiert das MilzQi

■ Tab. 7.8 Rezeptur Fall 128

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Beruhigt den Geist
Flos.Matricariae	Kamille	Matricaria chamomilla	Harmonisiert den mittleren Erwärmer, wenn Leber die Milz angreift, reguliert die Leber, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das LeberQi, beruhigt den HerzGeist
Flos.Verbasci	Königskerze	Verbascum thapsiforme	Beruhigt mild den Geist
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Beruhigt den Herzgeist und reguliert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess durch aufsteigendes LeberYang, beruhigt den HerzGeist, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi und das HerzBlut
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Tonisiert das HerzBlut, beruhigt den HerzGeist, unterstützt die Lunge, tonisiert das MilzQi
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Stabilisiert, stärkt und beruhigt den HerzGeist, tonisiert HerzBlut und MilzQi

blick leidet sie auch an einem „Darmpilz“ mit Pickelchen am Rumpf und Stuhlproblemen.

Zunge Vorne abgeflacht (keine Herzspitze), rote Punkte, weißlicher Belag

Diagnose Unruhiger HerzGeist bei HerzBlut-Mangel, Schleim und pathogener Restfaktor im unteren Erwärmer, LungenQi-Schwäche

Zunächst arbeite ich wegen ihres Alters nur mit Heilsteinakupunktur (Baur-Müller 2015) und Blütenessenzen. Die Haut-Stuhl-Beschwerden bessern sich schnell. Allerdings wird die Schlafsituation immer unerträglicher. Es kommt auch zu Vorfällen, wo sie „aus heiterem Himmel“ aggressiv mit Spielkameraden umgeht, auch in der Praxis beobachte ich ein für ihr Alter völlig inadäquates, fast bösartiges Verhalten, was für eine Weile die Behandlung für mich zu einer großen Herausforderung werden lässt. Nachdem ich eine Weile vor allem tonisierend (Herz, Lunge) gearbeitet habe, fange ich dann an, das LeberQi vermehrt zu bewegen (Le3, Di4, Pe6, 3E5). Ich habe ein Bild vor mir, wo der Kaiser, der HerzGeist, von einem aggressiven, außer Kontrolle geratenen LeberGeneral von seinem Thron vertrieben wurde und jetzt völlig apathisch in der Ecke kauert und natürlich in

der Nacht nicht zu seinem Ruhelager findet. In der Zwischenzeit regiert dieser von einer unbalancierten LeberEnergie getriebene General und erschafft eine sehr ungemütliche Situation. Jetzt ist es Zeit, eine Rezeptur zu verordnen.

Diagnose HerzGeist wird attackiert von LeberQi, HerzBlutMangel, LeberBlutMangel, LungenQi-Mangel

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.8 hervor.

7.7.1 Diskussion und Verlauf

Schon nach kurzer Zeit vermeldet die Mutter: „Der Tee wirkt Wunder.“ Wenn das Mädchen ihn trinkt, ist die Stimmung von einem Augenblick auf den anderen gleich besser. Es hat auch schon ein paarmal durchgeschlafen. Eine Woche später berichtet die Mutter: „Die Gereiztheit ist wesentlich besser, sie ist nicht mehr so aufbrausend.“ Seit 1½ Wochen schläft sie durch, was für die Mutter einen riesigen Schritt bedeutet. Wenn ich es mit einem schlaun LeberGeneral zu tun habe, dann traue ich oft dem Frieden noch nicht so recht, und so bin ich gespannt, wie sich die Situation entwickelt.

7.8 Fall 119: „Erschöpftes Milz-, WeiQi und pathogener Restfaktor führen in eine Sackgasse von Schmerz und Hilflosigkeit“ (rezidivierende Kopf- und Ohrenschmerzen)

Im Juni 2015 stellt sich die Patientin mit ihrer Mutter in der Praxis vor: „Das rechte Ohr tut weh, wenn Kopfweh (vor allem über Gb14), dann zieht es so rüber, Schmerzen innen im Ohr.“

Vorgeschichte: Vor vier Jahren war die Patientin schon einmal in der Praxis, wegen einer permanenten Mittelohrentzündung, „Jahre zurück“ mit Antibiotika behandelt (6- bis 8-mal), auch Paukenröhrchen und Polypenop zwei Jahre zuvor (2009), damals aktuell seit vier Monaten Kopfweh, Cortison-Spray, wieder verschiedene Antibiotika. Weiterhin besteht eine Einschlafstörung. Leider wurde damals die Behandlung schnell wieder abgebrochen.

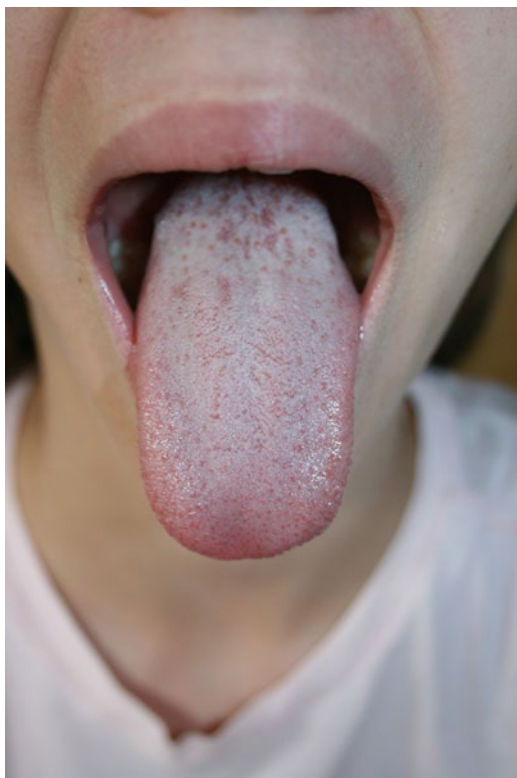
Interessant war damals für mich, außer einer schwierigen familiären Situation (die Mutter war allein erziehend), dass sie an ihrem Geburtstag (vor Jahren) einmal einen Eisklotz an den Kopf geworfen bekam, davon eine „Monsterbeule“ bekam. In der Chinesischen Medizin werden Traumata dieser Art als wichtig erachtet für die Entstehung von Blutstase, auch wenn das Ereignis viele Jahre zurückliegt. Das passt auch gut zu den Vorstellungen zu den Folgen einer Traumatisierung in der modernen Traumatherapie:

- » Traumasymptome entstehen nicht durch das traumatische Erlebnis, sondern durch erstarrte Energie, die nach Abklingen des traumatischen Erlebnisses nicht aufgelöst worden ist. Solche Energierückstände bleiben im Nervensystem gebunden und können verheerend auf Körper und Geist wirken. (Levine 1998, S. 28 f)

Aktuell besteht auch eine Einschlafstörung.

Zunge Farbe fast normal, langer Zungenkörper, Spitze rot mit roten Punkten, dicker weißer Belag (Abb. 7.5), Unterzungenvenen gestaut

Puls Etwas schnell, leerer Herzpuls



■ Abb. 7.5 Zunge Fall 119

Diagnose Unruhiger HerzGeist, pathogener Restfaktor, Schleim, Lungen- und MilzQi-Schwäche, Blutstase

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 7.9 hervor.

7.8.1 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verordnet, davon trinkt die Patientin eine Tasse (ca. 125 ml) pro Tag in der Dosierung 2 Teel./125 ml. Außerdem arbeiten wir mit Akupunktur und Moxa. Zunächst scheint es, als würde es jeden Tag etwas besser werden. Ich leite die Mutter an, täglich Moxa durchzuführen, an Gb14, Di20, Yin Tang und Dü19. Die Patientin spürt kaum Wärme an Dü19. Wenn man aber die Moxazigarre wegnimmt, ist es, als würde Kälte „eingesaugt“, und es tut weh. Dann scheint die Situation einen großen Schritt nach

■ Tab. 7.9 Rezeptur Fall 119-1

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Äußere WindHitze, feuchte Hitze/Kälte im Kopf, Feuchtigkeitsstagnation
Herb.Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das LungenQi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Lindert Entzündung, tonisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist, reguliert die Milzenergie, pathogener Restfaktor, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das Qi im Allgemeinen und v. a. das LungenQi, stärkt das WeiQi, transformiert Schleim
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das LungenQi, äußere WindHitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut, lindert Schwellung
Herb.Betonicae	Ziest	Stachys betonicae	Bewegt das HerzQi bei aufsteigendem LeberYang, leitet Schleim-Feuchtigkeit aus der Lunge
Herb.Agrimoniae	Odermennig	Agrimonia eupatoria	Leitet Lungen-Schleim-Feuchtigkeit aus, tonisiert das MilzQi, lindert Entzündung
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Pathogener Restfaktor, Blutstase, tonisiert das HerzQi, äußere WindHitze
Fruct.Anisi	Anis	Pimpinella anisum	Lungen-Schleim-Kälte, bewegt das LungenQi, tonisiert das Lungen- und HerzQi, tonisiert das MilzQi und -Yang, lindert Schmerz
Rad.Altheae	Eibisch	Althea officinalis	Schleim-Stagnation in der Lunge, erweicht Schwellungen und Geschwüre, beruhigt den Geist
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Äußere Wind-Hitze, LungenSchleim, beruhigt den HerzGeist, reguliert das HerzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang
Herb.Lamii albi	Taubnessel	Lamium album	Schleim-Stagnation, HerzBlut-Mangel, beruhigt den HerzGeist, unterstützt die Lunge, tonisiert das MilzQi
Fruct.Crataegi	Weißdorn	Crataegus monogyna	Tonisiert das HerzQi, stabilisiert, stärkt und beruhigt den HerzGeist, tonisiert das HerzBlut und das MilzQi

hinten zu machen, die Beschwerden werden wieder stärker, jetzt verändert sich die Reaktion auf den Wärmereiz, der Schmerz wird stärker. Da ich als Ursache der Schmerzen eine Druckausgleichsstörung in der Ohrtrompete sehe, evtl. mit nachgewachsenen Polypen, schlage ich eine Vorstellung beim HNO-Arzt vor.

Beim HNO-Arzt wird eine Hörminderung festgestellt und im Felsenbein rechts „Knochenschwund“, als ob sich der Knochen durch die chronischen Entzündungen aufgelöst hätte. Wei-

tere radiologische Abklärung und anschließend Vorstellung in der HNO-Klinik. Es kommt jetzt akut zu einer Sinusitis und Tonsillitis. Mit Fieber. Ich werte das als Reaktion auf unsere Behandlung und bespreche mit der Mutter, mit der Antibiotikatherapie noch zu warten. Ich verordne jetzt die aus ■ Tab. 7.10 ersichtliche Rezeptur.

Tab. 7.10 Rezeptur Fall 119-2

Rezepturform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Scrophulariae	Braunwurz, knotige	Scrophularia nodosa	Klärt SchleimHitze, toxische Hitze, klärt Hitze, kühlt das Blut, lindert Lymphstau
Herb.Violae tric.	Ackerveilchen	Viola tricoloris	Löst Ansammlungen und Lymphstau, Wind-Hitze in der Lunge, bewegt das LungenQi, toxische Hitze (v. a. im Bereich des Halses), BlutHitze
Rad.Echinaceae	Sonnenhut	Echinacea purpurea	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, klärt HitzeToxin, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und reguliert das WeiQi, bewegt Lymphstau, äußere WindHitze, Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert das MilzQi, lindert Schmerz und Schwellung
Herb.Alchemillae	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	HitzeToxin, löst Ansammlungen, bewegt das Qi, lindert Schmerz, tonisiert das MilzQi, fördert Geweberegeneration und lindert Entzündung
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, HitzeToxin und pathogener Restfaktor, äußere WindHitze, fördert Geweberegeneration
Flos.Sambuci	Holunder	Sambucus nigra	Äußere WindHitze mit FeuerToxin Lungen-Wind-Hitze mit feuchter Hitze/Kälte im Kopf, Feuchtigkeitstagnation, FeuerToxin
Fol.Tussilaginis	Huflattich	Tussilago farfara	FeuerToxin
Herb.Galii aparine	Klettenlabkraut	Galium aparine	Schleim-Stagnation, bewegt Blut, löst Blutstase, lindert Fieber und Infektion, HitzeToxin, fördert Geweberegeneration und lindert Entzündung
Rad.Rumicis crispi	Krauser Ampfer	Rumex crispus	Mikrobielle Toxikose mit feuchter und toxischer Hitze, pathogener Restfaktor
Herb.Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Kühlt äußere WindHitze, FeuerToxin, fördert Geweberegeneration, löst und zerteilt zähen Schleim
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, pathogener Restfaktor, wirkt auf der Blutebene, äußere WindHitze, fördert Geweberegeneration
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Löst Ablagerungen, Schwellungen und Knoten, klärt toxische Hitze, lindert Entzündung, lindert Schmerz, wirkt Qi-Stagnation entgegen, fördert Geweberegeneration
Herb.Plantaginis lanc	Spitzwegerich	Plantago lanceolata	Mikrobielle Toxikose mit feuchter Hitze, feuchte Hitze im Kopf, Lungen-Schleim-Hitze, lindert Schmerz
Herb.Meliloti	Steinklee	Melilotus officinalis	Lindert Schmerz, belebt das Blut- und Lymphsystem, HitzeToxin

■ **Tab. 7.10** (Fortsetzung)

Rezepturform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Feuchte Kälte im Kopf, Lungen-Schleim-Feuchtigkeit, löst Ansammlungen, fördert Geweberegeneration, tonisiert das WeiQi, klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und bewegt das LungenQi, klärt HitzeToxin, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Euphrasiae	Augentrost	Euphrasia rostkoviana	Feuchte Kälte im Kopf, äußere Wind-Kälte, klärt WindHitze, klärt LungenSchleim
Flos.Tiliae	Linde	Tilia cordata	Äußere WindHitze, Lungen-Schleim, beruhigt den HerzGeist
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Beruhigt den HerzGeist, äußere WindHitze, Lungen-Schleim-Hitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, tonisiert das MilzQi, lindert Schwellung, antiinfektios
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Transformiert Schleim, bewegt das LungenQi, stärkt das WeiQi, feuchte Kälte im Kopf, tonisiert das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die Milzenergie, lindert Entzündung, fördert Geweberegeneration
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Feuchte Kälte im Kopf, klärt Wind-Kälte, klärt WindHitze, HitzeToxin, beruhigt den Geist, tonisiert das Qi, tonisiert das MilzQi, fördert die Geweberegeneration

7.8.2 Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen (je 10 g) als Tee verschrieben, von dem die Patientin täglich mindestens einen halben Liter trinkt, in der Dosierung 2 Essl./500 ml. Vom HNO-Arzt wurde ein Antibiotikum verordnet, aufgrund der Vorgeschichte versuchen wir es jedoch zunächst „nur“ mit den Kräutern. Ich bitte aber die Mutter, mich zu jedem Zeitpunkt, wenn es fraglich ist, ob eine Intervention mit Antibiotika erfolgen soll, zu kontaktieren. Es gelingt, die Infektion ohne Antibiotikagabe auszuheilen. Ein erster Schritt ist getan. Allerdings kommen die Kopfschmerzen bald wieder. Von schulmedizinischer Seite gibt es sehr widersprüchliche Angaben, sodass die Mutter ziemlich hilflos ist. Es ist geplant, weiterhin das WeiQi und das MilzQi zu stärken und bei aufflackernden Infekten stärker attackierend vorzugehen.

Literatur

- Baur-Müller B (2015) Heilsteinakupunktur. „Qi“. Zeitschrift für Chinesische Medizin 3:51–54
- Chevallier A (2000) Die BLV Enzyklopädie der Heilpflanzen. BLV, München
- Grieve M (1980) A Modern Herbal. Penguin Books, Middlesex
- Hiller K, Melzig M (2006) Lexikon der Heilpflanzen und Drogen. Area, Erfstadt
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow Lotus Press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Levine P (1998) Trauma-Heilung. Synthesis Verlag, Essen
- Pahlow M (2006) Das große Buch der Heilpflanzen. Weltbild, Augsburg
- Ploberger F (2011) Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA, Schiedlberg
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM, Bad Kötzing
- Scott J, Barlow T (2003) Akupunktur in der Behandlung von Kindern. Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Bad Kötzing

Autoimmunerkrankungen

Birgit Baur-Müller

- 8.1 Autoimmunerkrankungen aus Sicht der Chinesischen Medizin – 398**
 - 8.1.1 Chronische Belastung des Immunsystems durch immer wieder attackierenden Wind – 398
 - 8.1.2 Qi-Mangel von Milz und Lunge schwächt das aufrechte Qi – 398
 - 8.1.3 Die Niere als Batterie für die Lebensenergie, Schleimpathologie durch eine Schwächung von Lunge, Milz und Niere – 399
 - 8.1.4 Woher kommt die aggressive Komponente? – 400
 - 8.1.5 Yin-Mangel als wesentlicher Faktor bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen – 400
- 8.2 Therapiestrategien bei Autoimmunerkrankungen – 401**
- 8.3 Patientenfälle – 404**
 - 8.3.1 Fall 55 – 404
 - 8.3.2 Fall 101 – 406
 - 8.3.3 Fall 129 – 409
 - 8.3.4 Fall 41 – 412
- Literatur – 414**

Der Drang, sich mit Autoimmunerkrankungen zu beschäftigen, kommt für mich als Praktikerin von den Kontakten mit Patienten in der Praxis sowie durch die Intuition, dass die Problematik einer Überfehlreaktion des Immunsystems in unseren heutigen modernen westlichen Gesellschaften zunimmt. Beispiele sind die Allergien, Heuschnupfen und Hauterkrankungen wie Urikaria, wo es zu Überreaktionen kommt, aber auch weit gefährlichere, weil tiefer in das körperliche System eingreifende und zerstörende sowie außerordentlich schwer zu behandelnde Erkrankungen wie etwa Hashimoto-Thyreoiditis, chronische Borreliosen, Lupus erythematodes. Im ersten Teil möchte ich mich der Thematik aus Sicht der Chinesischen Medizin nähern und dabei unter anderem Bezug nehmen auf die Ausführungen von Heiner Frühauf. Außerdem betrachten wir einen etwas weiter gefassten Ansatz, bei dem es vor allem um innere Prozesse geht, die zu derart gefährlichen inneren Zerstörungsprozessen führen können. In der Literatur finden wir nur vereinzelt Informationen, und ich werde die Ausführungen von Frühauf ergänzen durch die Konzepte von Hou et al. (2015) und Shen Pi'an (2012). Im zweiten Teil stelle ich einen Behandlungsansatz von Heiner Frühauf vor, mit welchen Anteilen man eine Rezeptur aufbauen kann, und versuche hier die westlichen Kräuter in das System zu integrieren. Im dritten Teil werde ich konkrete Patientenfälle aus der Praxis zeigen.

8.1 Autoimmunerkrankungen aus Sicht der Chinesischen Medizin

8.1.1 Chronische Belastung des Immunsystems durch immer wieder attackierenden Wind

Die zentrale Bedeutung für die Entstehung einer Autoimmunerkrankung hat in der Chinesischen Medizin der Wind. Das Trigramm für den Wind ist zusammengesetzt aus Überreaktion und Defizienz.

- » Er kommt von außen, unvorhersehbar, ist ein opportunistischer Dieb, der den Pathogenen die Tür öffnet, wenn aus unserer Vollkommenheit etwas herausgebissen ist. (Frühauf 2012)

Man kann die Autoimmunerkrankungen auch als „GU-Syndrom“ bezeichnen, eine Art Superinfektion, die den Körper, das Gefäß, von innen heraus zerstört. „Das Fundament ist von Mäusen angefressen, bis das ganze Haus einstürzt.“ (ebd.) Gu bezeichnete in alten medizinischen Texten einen Befall mit besonders bösartigen Parasiten, die ihr toxisches Potential vereinigen, um Körper und Geist des Patienten Schritt für Schritt zu zerstören. Aus moderner Sicht kann man diesen Ansatz auf Krankheiten wie AIDS, chronische Borreliose, verschiedene degenerative chronische Infekte und Autoimmunerkrankungen anwenden (ebd.).

8.1.2 Qi-Mangel von Milz und Lunge schwächt das aufrechte Qi

Das große Problem stellt die Schwäche des Patienten dar und fängt immer mit den Organen Lunge und Milz an. Die Ursachen sind beim modernen Menschen vielfältig (Frühauf 2012):

- Die Menschen werden immer älter, dadurch kommt es zu einer physiologischen Abnahme der Energie.
- Das Leben ist mit immer mehr Stress verbunden, sehr viele Menschen befinden sich schon sehr früh in der Kindheit oder im Jugendalter in einer von permanenter Angst beladenen, entwurzelten Lebenssituation.
- Das Leben ist der Natur entfremdet, der Mensch lebt sozusagen isoliert von „Himmel und Erde“, von wo er einen Großteil seines nachgeburtlichen Qi erhalten sollte.
- Die Nahrungsmittelproduktion wird zunehmend industrialisiert, und der Qi-Gehalt nimmt permanent ab.

Aus einem anderen Blickwinkel betrachtet, kann man sagen, dass es im modernen Leben immer mehr Kontrolle gibt, nichts will man mehr dem Zufall überlassen. Zugleich geht das Vertrauen ins Leben, in die Erde verloren, von der sich der moderne Mensch immer mehr isoliert und distanziert. Der Wind steht für Unvorhersehbarkeit, Veränderung, Frühling, unkontrolliertes Wachstum. Lässt man dem Wind in seinem Leben keinen Raum, dann

fängt er an, sich unkontrolliert in unserem Körper zu bewegen (Frühauf 2012).

Die Natur strebt immer nach Balance. Die Behandlung in chronischen Fällen erstreckt sich über 3–5 Jahre, wobei man immer noch ein Jahr weiterbehandeln sollte, nachdem der Patient beschwerdefrei ist. Das Problem bei all diesen Patienten ist das Milieu, und nicht der Exzess, und dies auszuheilen kann Jahre dauern und erfordert einen starken Willen (YangNiere) und Disziplin vom Patienten, denn er muss die Arbeit tun. Man muss jedes „Besserfühlen“, das durch die Therapie erreicht wird, nutzen, um die Organe und das Gewebe wieder aufzufüllen und zu regenerieren (ebd.).

Wie kann man die kranke Milz wieder stärken? In der Milz wird das Qi verwaltet, und wenn die Milz Qi haben will, dann muss sie warm und trocken sein. Durch die Anwendung von Antibiotika, die sehr oft den Patienten gegeben werden und energetisch kalt sind, wird die Milz abgekühlt, und es entsteht zusätzlich Schleim. Was die Milz außerdem abkühlt, ist Stress und das kontinuierliche Trinken kalter Flüssigkeiten (es gibt eine seltsame Mode unter Menschen, die abnehmen wollen, ihren Körper mit Wasser, meist natürlich kalt, zu überschwemmen). Wenn man allerdings nur tonisiert, dann stabilisiert man die gegebene Situation, und der pathogene Faktor wird noch mehr einbetoniert (ebd.). Das kann man sich vorstellen wie einen Vorratsschrank, in dem Mäuse hausen. Wenn man immer nur Nahrungsmittel auffüllt, dann werden auch die Mäuse immer mehr, man muss auch Fallen aufstellen, um die ungebetenen Gäste zu vertreiben. Hier ist große Sensibilität gefragt, da je nach Konstitution des Patienten vorsichtig attackiert werden muss oder auch einmal die Tonisierung überwiegen kann.

Maciocia befasst sich ausführlich mit der Möglichkeit bzw. der Notwendigkeit, die Stärkung des aufrechten Qi und das Vertreiben der pathogenen Faktoren in der Therapie zu vereinen (Maciocia 1997, S. 328 ff). Die westlichen Kräuter vereinen in einer Pflanze oft Tonisierung und Attackieren eines pathogenen Restfaktors, wie z. B. Schafgarbe, Brennnessel oder Löwenzahn. Wie oben erwähnt, spielen Milz und Lunge eine zentrale Rolle, als erste Organe, die geschwächt werden und wieder toni-

siert werden müssen. Als Nächstes läuft dann – bei chronischem Verlauf – die Batterie der Niere leer. Die Aufgabe der Erde (Milz) besteht darin, zu transformieren, in der Dynamik Stabilität zur Verfügung zu stellen. Der Mensch soll nicht nur in diesem Universum leben, sondern sich der Stellung in diesem Universum auch bewusst werden. Wenn sich eine Schwäche entwickelt, dann trifft es zuerst immer die Milz (Frühauf 2012).

Die meisten modernen Menschen sind mit ihrem Geist, ihrer Seelenkraft, nicht in ihrem Körper, sondern über den Wolken, was einem Heilungsprozess nicht förderlich ist. Deshalb ist es äußerst wichtig, neben Verfahren der Kräutermedizin auch mit Methoden der Achtsamkeitsschulung zu arbeiten, um so die Aufmerksamkeit wieder in den Körper zu bringen. Hier leistet uns die Akupunktur gute Dienste, die dabei hilft, den Körper wieder spüren zu lernen. Eine zentrale Position nimmt meiner Meinung auch die Atmung ein. Die Lunge verwaltet das WeiQi, die Abwehr des Körpers, welches bei Autoimmunerkrankungen überschießend reagiert, weil es völlig mit der Situation überfordert ist. „Es ist, wie wenn 10 Soldaten einer Invasion von 400 gegenüberstehen und dann voller Panik mit dem Maschinengewehr auch noch die eigenen Leute erschießen.“ (Frühauf 2012) Neben der Milz ist die Lunge das zweite wichtige Organ in der Behandlung.

8.1.3 Die Niere als Batterie für die Lebensenergie, Schleimpathologie durch eine Schwächung von Lunge, Milz und Niere

Als drittes, meiner Meinung nach zentrales Organ ist die Niere zu nennen, wobei je nach Patient entweder die Yin- oder die YangNiere im Vordergrund stehen. Allein durch den chronischen Verlauf kommt es zu einer Beteiligung der Niere am Geschehen, aber auch in der Lebensgeschichte des Patienten zeigen sich oft Hinweise darauf, was dazu geführt haben könnte, dass die Batterie völlig leergefahren ist. Für einen funktionierenden Flüssigkeitsmetabolismus ist die Transportfunktion der Milz,

das rhythmische Hinabführen durch die Lunge und die Qi-Transformation durch die Niere essentiell. Ist der Ablauf in einer dieser drei Stationen gestört, verlangsamt sich die Zirkulation der Flüssigkeiten. Dadurch kommt es zu einer Ansammlung und Verdickung, zu Schleim (Clavey 2004). Dieser Schleim wird vom San Jiao, dem dreifachen Erwärmer, Pfad der Flüssigkeiten, überall hintransportiert (ebd.). Dort erzeugt er Schmerzen, ist an der Tumorbildung beteiligt, wirkt mit an der Entstehung der Schwere und Müdigkeit, über die die Patienten klagen, und bildet außerdem noch einen sogenannten Biofilm (Frühauf 2012), unter dem sich die Pathogene verbergen können, eine undurchdringliche Schleimschicht, die als Maskierung der Erreger dient. Schleim wird also gebildet durch die vier Qi (LungenQi, MilzQi, NierenYangQi, YuanQi des San Jiao) und das eine Pathogen (pathogenes Feuer) (Clavey 2004, S. 260). Maciocia ergänzt hier noch die emotionale Komponente, wonach emotionale Faktoren über Qi-Stagnation zu Schleim führen können, sowie Ernährung und Überarbeitung, was ja letztlich wieder zu Qi-Mangel der Milz führt (Maciocia 2012).

8.1.4 Woher kommt die aggressive Komponente?

Wie kann es so weit kommen, dass dieses hochkomplexe Schutz(Immun)-System völlig aus dem Ruder läuft und den eigenen Organismus zerstört, letztlich die eigene Lebensgrundlage? Dazu wurde in den obigen Ausführungen schon viel erklärt. Ich möchte an dieser Stelle noch Stellung nehmen zur Selbstentfremdung, die uns an eine Weggabelung führt. In der Regel entsteht eine Autoimmunerkrankung nicht von heute auf morgen. Schon lange versucht der Organismus, unsere Aufmerksamkeit zu erhalten, mitzuteilen, dass etwas nicht mehr stimmig ist. Viele von uns kennen die Geschichte mit dem Ölwarmlämpchen. Wenn das Ölwarmlämpchen in unserem Auto aufleuchtet, dann halten wir an, fahren vielleicht in eine Werkstatt und füllen Öl nach. Täten wir das nicht, wären wir ein wenig später gezwungen, anzuhalten, da der Motor „den Geist aufgegeben hat“. Unser modernes Leben und auch unsere moderne Medizin hat uns beigebracht, mit

uns selbst anders zu verfahren, wir schrauben das Ölwarmlämpchen heraus und machen so weiter wie bisher, bis dann der Körper irgendwann völlig streikt und uns zum Innehalten zwingt. Wir müssen wieder lernen, unseren Körper zu spüren und aufmerksam die Zeichen wahrnehmen und lesen lernen, und das möglichst zu einem Zeitpunkt, an dem man noch relativ einfach Abhilfe schaffen kann. Wenn ein Körper mit einer Autoimmunerkrankung reagiert, ist das System allerdings gehörig aus der Balance. Leider benötigen wir solch massive Botschaften, um uns bewusst zu werden, dass wir seelisch und körperlich über unsere Grenzen gegangen sind.

Oft haben wir völlig verlernt, wie es sich anfühlt, wenn „ich mich wohlfühle in meiner Haut“. Hier steht oft eine Grundsatzentscheidung an, das Ruder herumzureißen, um einen Neustart in ein Leben zu wagen, das mir mehr entspricht. Vorher ist es natürlich notwendig, den erschöpften Organismus zu stärken, um die nötige Stabilität zu erlangen, damit klare Entscheidungen und anschließendes Handeln möglich werden. Hier bietet die Kräuterheilkunde einen guten Einstieg.

8.1.5 Yin-Mangel als wesentlicher Faktor bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen

„Kürzlich hat man im Fachgebiet der chinesischen Medizin erkannt, dass ein Yin-Mangel die Voraussetzung dafür ist, dass ein Patient eine Autoimmunerkrankung entwickelt: ohne Yin-Mangel keine Autoimmunerkrankung“ (Hou et al. 2015, S. 28). Dabei beziehen sich die Autoren vor allem auf die vermehrte Gewebedegeneration in Form von vermehrter Apoptose (eine organisierte Form von Zelltod, um die Homöostase in Geweben aufrechtzuerhalten), verursacht durch intrazelluläre Regulationsprozesse und auch extrazelluläre Faktoren, wie z. B. zellulärer Stress oder Hormone, was eine vermehrte Antigenexpression zur Folge hat. Das körpereigene System kann dann nicht schnell genug „aufräumen“, und die ursprünglich eigenen Antigene werden zu Fremdkörpern, was die Entstehung von Autoimmunerkrankungen fördern kann. Weiterhin entsteht durch die apoptotischen Prozesse eine Entzündung (= Feuer), die aufgrund des Yin-

Mangels emporflammt (= LeereFeuer) und das Yin weiter schädigt (Hou et al. 2015).

Auch warnen die Autoren davor, in der symptomfreien Phase alleinig das Yang zu wärmen und das Qi zu nähren, da man wegen konstanter Antigenanwesenheit (im Gegensatz zu saisonalen allergischen Antigenen, wie z. B. Blütenpollen, sind die körpereigenen Substanzen permanent vorhanden) die entzündlichen Prozesse weiter anheizen könnte bzw. einen Schub hervorrufen und das Yin weiter schädigen könnte (ebd.). Auch Shen Pi'an geht davon aus, dass die Wurzel in einer Yin-Schwäche zu sehen ist, die innere Hitze verursacht, betont aber auch, dass am Anfang eine Schwäche von Milz und Niere steht (Shen Pi'an 2012).

8.2 Therapiestrategien bei Autoimmunerkrankungen

Die Idee stammt von Heiner Frühauf, vorgestellt beim Fortbildungswochenende „Autoimmunerkrankungen aus Sicht der Chinesischen Medizin“

in Frankfurt/Oberursel am 9./10.6.2012. Ich habe versucht, die einzelnen Kategorien mit westlichen Kräutern zu besetzen. Dabei verwende ich meine Erfahrung und Intuition sowie die Informationen von Jeremy Ross (2010), Peter Holmes (1989) und Florian Ploberger (2011). Die Liste (■ Tab. 8.1) ist keineswegs vollständig, sondern mehr als Inspiration gedacht, um sie mit eigenen Ideen/Erfahrungen anzureichern, da dieses Konzept der westlichen Kräuter in der Chinesischen Medizin jung ist und klinische Erfahrungen benötigt, um zu wachsen.

Feldmohn (■ Abb. 8.1) ist in den Pflanzenporträts nicht vorgestellt. Für mich ist die Pflanze eine Metapher dafür, wie „beweglich“ meine Ideen mit Pflanzen sind – speziell für die Thematik der Autoimmunerkrankungen. Angeregt durch die tägliche Arbeit könnte ich diese Tabelle im Augenblick täglich variieren.

Bezüglich der Pathologie, dass ein Yin-Mangel innere LeereHitze-Prozesse hervorruft, die an der Gewebeerstörung beteiligt sind, füge ich zur obigen Liste in ■ Tab. 8.1 noch LeereHitze kühlende Kräuter (■ Tab. 8.2) hinzu.

■ Tab. 8.1 Therapieprinzipien und westliche Kräuter bei Autoimmunerkrankungen

Therapieprinzip	Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Wind zerstreuen und ausleiten	Beifuß Große Klette Schafgarbe Alant Mädesüß Eisenkraut ...	Artemisia vulgaris Arctium lappa Achillea millefolium Inula helenium Filipendula ulmaria Verbena officinalis ...	Herb.Artemisiae vulg. Rad.Bardanae Herb.Millefolii Rad.Helenii Herb.Spireae Herb.Verbenae ...
Auflösen des „Biofilms“ einer zähen, schlecht zu durchdringenden Schleimschicht, unter der sich die Erreger „verstecken“	Schachtelhalm Brennnessel Gundermann Mädesüß Huflattich Wermut Große Klette Schafgarbe ...	Equisetum arvense Urtica dioica Glechoma hederacea Filipendula ulmaria Tussilago farfara Artemisia absinthum Arctium lappa Achillea millefolium	Herb.Equiseti Herb.Urticae Herb.Glechomae Herb.Spireae Fol.Tussilaginis Herb.Artemisiae abs. Rad.Bardanae Herb.Millefolii
Antiparasitäre Wirkung	Melisse Löwenzahn Alant Große Klette Eisenkraut Spitzwegerich ...	Melissa officinalis Taraxacum officinalis Inula helenium Arctium lappa Verbena officinalis Plantago lanceolata	Fol.Melissae Rad.Taraxaci Rad.Helenii Rad.Bardanae Herb.Verbenae Herb.Plantaginis lanc.

■ Tab. 8.1 (Fortsetzung)

Therapieprinzip	Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Bluttonika	Petersilie Große Klette Brennnessel Schachtelhalm ...	Petroselinum crispum Arctium lappa Urtica dioica Equisetum arvense	Rad.Petroselini Rad.Bardanae Herb.Urticae Herb.Equiseti
Yin Tonika	Vogelmiere Rotklee Baldrian Große Klette Löwenzahn Wegwarte Salomonsiegel ...	Stellaria media Trifolium pratense Valeriana officinalis Arctium lappa Taraxacum officinalis Cichorium intybus Polygonatum odoratum	Herb.Stellariae Flos.Trifolii Rad.Valerianae Rad.Bardanae Rad.Taraxaci Rad.Cichorii Rad. Polygonati odorati
Wirkung speziell bei Autoimmunsyndromen	Schachtelhalm Brennnessel Große Klette Alant ...	Equisetum arvense Urtica dioica Arctium lappa Inula helenium	Herb.Equiseti Herb.Urticae Rad.Bardanae Rad.Helenii
Beruhigende Kräuter Aufgrund der permanenten adrenergen Stoffwechsellaage ist der Organismus völlig erschöpft und zugleich ruhelos	Melisse Baldrian Schafgarbe Feldmohn (■ Abb. 8.1) Eisenkraut ...	Melissa officinalis Valeriana officinalis Achillea millefolium Papaver rhoeas Verbena officinalis	Fol.Melissae Rad.Valerianae Herb.Millefolii Flos.Papaveri Herb.Verbenae
Yang wärmend, die Lebensenergie wieder in die Batterie zurückleitend	Beifuß Brennnesselsamen Alant Schafgarbe Baldrian Ysop ...	Artemisia vulgaris Urtica dioica Inula helenium Achillea millefolium Valeriana officinalis Hyssopus officinalis	Herb.Artemisiae vulg. Sem.Urticae Rad.Inulae Herb.Millefolii Rad.Valerianae Herb.Hyssopi
Schmerzstillender Effekt	Mädesüß Baldrian Alant Feldmohn ...	Filipendula ulmaria Valeriana officinalis Inula helenium Papaver rhoeas	Herb.Spireae Rad.Valerianae Rad.Helenii Flos.Papaveri
Qi tonisierend	Alant Karde Eisenkraut Rotklee Gundermann Ysop ...	Inula helenium Dipsacus sylvestris (v. a. Niere) Verbena officinalis Trifolium pratense Glechoma hederacea Hyssopus officinalis	Rad.Helenii Rad.Dipsaci Herb.Verbenae Flos.Trifolii prat. Herb.Glechomae Herb.Hyssopi
Bei Beteiligung des Nervensystems (Parkinson, Alzheimer, MS usw.)	Johanniskraut Eisenkraut Wermut Gingko ...	Hypericum perforatum Verbena officinalis Artemisia absinthum Gingko biloba	Herb.Hyperici Herb.Verbenae Herb.Artemisiae abs. Fol.Gingko



■ Abb. 8.1 Feldmohn, *Papaver rhoeas*

■ Tab. 8.2 LeereHitze kühlende Kräuter bei Autoimmunerkrankungen

Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Baldrian	<i>Valeriana officinalis</i>	Rad.Valerianae
Hopfen	<i>Humulus lupulus</i>	Strobuli lupuli
Salbei	<i>Salvia officinalis</i>	Fol.Salviae
Odermennig	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Herb. Agrimoniae
Borretsch	<i>Borago officinalis</i>	Herb.Boraginis
Ruprechtskraut	<i>Geranium robertianum</i>	Herb.Geranii rob.
...		

■ Tab. 8.3 Das Blut belebende und Blut bewegende Kräuter bei Autoimmunerkrankungen

Pflanze	Botanischer Name	Rezeptierform
Steinklee	<i>Melilotus officinalis</i>	Herb.Meliloti
Rotklee	<i>Trifolium pratense</i>	Flos.Trifolii
Ringelblume	<i>Calendula officinalis</i>	Flos.Calendulae
Große Klette	<i>Arctium lappa</i>	Rad.Bardanae
Hirtentäschel	<i>Capsella bursapastoris</i>	Herb.Capsellae bursap.
Schafgarbe	<i>Achillea millefolium</i>	Herb.Millefolii
Klettenlabkraut	<i>Galium aparine</i>	Herb.Galii aparine
Beifuß	<i>Artemisia vulgaris</i>	Herb.Artemisiae vulg.
...		

Eine weitere wichtige Therapiestrategie bei Hou et al. und Shen Pi'an, die in obiger Liste fehlt, ist die Bewegung von Blutstase (Hou et al. 2015; Shen Pi'an 2012). Auch hierfür möchte ich noch geeignete Kräuter vorschlagen (■ Tab. 8.3).

Einzelne Pflanzen sind in mehreren Kategorien zu finden (z. B. große Klette), sodass es möglich ist, mit relativ wenigen Pflanzen eine Rezeptur zu beginnen, vielleicht auch eine Standardrezeptur mit 5–6 Pflanzen zusammenzubasteln, was gerade für Anfänger eine Möglichkeit bieten könnte, mit solchen Patienten zu arbeiten. Dann kann man nach und nach, je nach Verlauf, die Rezeptur mit anderen Kräutern erweitern. Wie Heiner Frühauf in seinem Seminar sagte (Frühauf 2012) und es auch meiner Erfahrung entspricht und von Hou et al. und Shen Pi'an bestätigt wird, benötigen diese Patienten lange Behandlungszeiten, mehrere Monate bis Jahre. Leider besuchen sie uns oft am Anfang mit der Absicht, jetzt vier Wochen Kräuter zu sich zu nehmen und „das Problem“ so zu lösen, was in der Regel nicht funktioniert. So ist es eine Entwicklung, dass die Patienten und Patientinnen begreifen, dass es sich hier

um eine längere Wegbegleitung handelt. Im Folgenden möchte ich anhand einiger Beispiele aus der Praxis erläutern, wie so eine Begleitung aussehen könnte. Auch werde ich von einem Fall berichten, in dem sich eine Patientin zu einem Zeitpunkt vorstellt, an dem die Situation zwar schon ernst, aber noch nicht dekompenziert ist. Auch sie kann in der Prophylaxe von der Kräutertherapie profitieren.

Insgesamt möchte ich nochmals betonen, wie sich mein persönliches Verständnis für diese Krankheiten oft täglich verändert, neue Pflanzen in die Arbeit integriert werden und Sichtweisen das Verständnis erweitern. (Im Augenblick beschäftige ich mich mit Psychoneuroimmunologie.) Somit entspricht vor allem dieses Kapitel einer Art Momentaufnahme.

8

8.3 Patientenfälle

8.3.1 Fall 55

Der folgende Fall zeigt ein komplexes Geschehen und eine Begleitung der Patientin über einen langen Zeitraum, wobei sich, wie sie selbst beschreibt, mit Hilfe der Chinesischen Medizin „das Ruder für ihr Leben herumgerissen hat, auch wenn alles nicht ganz leicht ist“. Bei Patienten und Patientinnen, die durch eine Autoimmunerkrankung geschwächt sind, vor allem in ihrer NierenYang-Energie, ist es ein sehr langwieriger Verlauf, bei dem man geduldig Schritt für Schritt vorgehen und auch in Kauf nehmen muss, dass es nach einem Schritt vorwärts wieder zwei Schritte zurückgehen kann. Die Behandlungsgrundlage ist ein gutes, offenes Verhältnis, Vertrauen und Geduld. Die Patientin sagte nach den ersten sechs Monaten: „Ich bin sehr froh, dass ich an Sie gekommen bin, ich habe das Gefühl, das ist der letzte Weg, der wirklich hilft.“

Im Juni 2013 stellt sich die 25-jährige Patientin in der Praxis vor, und zwar mit folgenden Beschwerden: „Es ist schwierig in Worte zu fassen, meine Gesamtsituation ist nicht so gut, bin im Alltag belastet, nicht ich selber, meine Gefühle sind abgeflacht, ich fühle mich unwohl im Kontakt mit Menschen.

Während der Einnahme der Pille (Diane) war es schon viel schlechter, auch Suizidgedanken. Es gab die letzten zwei Jahre immer mal Phasen, wo es gut war, die Blockade war schon mal weg.“ Die Beschwerden im Einzelnen:

- Die Gefühle sind extrem abgeflacht, sie spürt Einsamkeit, Leere, Verzweiflung, Depression (nach Absetzen der Pille hat sich das ziemlich schnell gebessert)
- Nach dem Absetzen der Pille „Stiche“ im Körper, zunächst im Unterleib, jetzt aber überall im Körper
- Raynaud-Symptomatik, Lupus erythematoses
- Ganz starke Alpträume, schlechter Schlaf
- Manchmal extreme Müdigkeit („Muss mich die Treppe hochschleppen“), dann wieder ganz stabile Phasen
- Nebel im Kopf, wie wenn ich nichts im Kopf hätte, keine Ideen

Weitere anamnestische Hinweise:

- komplett unregelmäßiger Zyklus (zurzeit 21–23 Tage), Tage vor der Periode Unwohlsein, früher Kopfweh,
- viel schlafen, aber nicht erholt, oft müde, Konzentration ganz schwierig, auch Lesen ganz schwierig,
- Appetit eher viel, Gewicht stagniert, Müdigkeit,
- während der Pilleneinnahme dauernd krank, jetzt stabil,
- kälteempfindlich, Nachtschweiß, manchmal Hitzewallungen.

In der Vorgeschichte sind noch wichtig:

- eine Skoliose, die die Zeit im Alter von 7–14 Jahren durch Kuraufenthalte, Korsett und Krankengymnastik prägte,
- die Scheidung der Eltern (als das Kind 12 Jahre war),
- eine sehr schwierige Pubertät,
- Magersucht mit 17 Jahren.

Zunge Eher klein, furchig, wenig Belag, nass, Riss in der Mitte, vorne und an den Seiten gerötet, Unterzungenvenen o.B.

Puls Langsam, Lungen-, Leber- und rechter NierenPuls leer

Diagnose Unruhiger HerzGeist, Herzöffnungen durch Schleim „benebelt“, MilzQi- und MagenQi-

Mangel, NierenYang-Mangel und NierenEssenz-Mangel, LungenQi-Schwäche, LeberBlut und EssenzMangel

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 8.4 hervor.

■ Tab. 8.4 Rezeptur für Fall 55

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das Qi von Lunge, Niere und Herz, beruhigt den Herzgeist, tonisiert das NierenYin
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt, tonisiert und stabilisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist
Fol.Rosmarini	Rosmarin	Rosmarinus officinalis	Tonisiert das NierenQi und -Yang, tonisiert und bewegt das HerzQi, tonisiert und bewegt das MilzQi, tonisiert das Blut, Bi-Syndrom durch Wind/Feuchtigkeit/Kälte, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LungenQi, befreit die Orifizen des Herzens von feuchtem Schleim, tonisiert das HerzBlut
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Leitet Wind aus und zerstreut ihn, löst den Biofilm, löst pathogenen Restfaktor und Schleim, beruhigt die adrenerge Stoffwechsellage, wärmt das Yang
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Tonisiert das WeiQi, tonisiert das Qi im Allgemeinen, pathogener Restfaktor, beruhigt die Niere bei HerzAngst und den HerzGeist, tonisiert das HerzQi und das NierenYang
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Antiparasitär, beruhigt die adrenerge Stoffwechsellage, tonisiert die Essenz von Leber und Niere
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Tonisiert das Yin von Herz und Niere, beruhigt den HerzGeist, befreit die Herzkanäle von feuchtem Schleim, wärmt das Yang, schmerzstillend
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Befreit die Oberfläche, zerstreut Wind und leitet ihn aus, antiparasitär, beruhigt den HerzGeist, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert die NierenEssenz, aktiviert den 3Erwärmer, schmerzstillend
Sem.Urticae	Brennnesselsamen	Urtica dioica	Tonisiert die Essenz, löst die Schleimschicht (Biofilm), tonisiert das Blut, wirkt bei Autoimmunerkrankungen, wärmt das Yang
Rad.Helenii	Alant	Inula helenium	Zerstreut Wind und leitet ihn aus, antiparasitär, wirkt bei Autoimmunerkrankungen, wärmt das Yang, schmerzstillend, tonisiert das Qi
Herb.Anserinae	Gänsefingerkraut	Potentilla anserina	Bewegt Qi und Blut, tonisiert das MilzQi
Herb. Glechomae	Gundermann	Glechoma hederacea	Löst zähen Schleim (Biofilm), tonisiert das LungenQi, leitet Schleim aus dem Kopfbereich
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Tonisiert das Yin und das Qi, lindert Schmerz und wirkt Qi-Stagnation entgegen

Tab. 8.4 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb. Artemisiae vulg	Beifuß	Artemisia vulgaris	Zerstreut Wind und leitet ihn aus, wärmt das Yang, tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das leberBlut und das MilzQi, vertreibt Kälte aus den Meridianen
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Antiparasitär, tonisiert das Yin, bewegt und tonisiert das Qi von Leber und Gallenblase, pathogener Restfaktor
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Löst zähen Schleim (Biofilm), tonisiert das Blut, wirkt bei Autoimmunsyndromen, tonisiert die NierenEssenz, tonisiert Leber und Niere

Diskussion und Verlauf

Zunächst (sechs Monate lang) arbeiten wir nur mit Kräutern, da die Patientin von einer früheren Akupunkturbehandlung traumatisiert ist. Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin 5 pro Tag, was einer Gesamtkräuterdos^{is} von 1 g entspricht. In dieser Zeit kommt es zunächst zu einer Verlängerung der Zyklen, was für die Patientin positiv ist. Nach vier Wochen kommt „etwas in Bewegung“, es kommt auch zu guten Phasen, wo sie sich als aufnahmefähiger, konzentrationsfähiger und auch schwingungsfähiger bezeichnet. Nach vier weiteren Monaten wird auch von außen eine Veränderung bemerkt („Meine Chefin hat gesagt, sie habe das Gefühl, dass es mir besser geht“). Allerdings stellen die emotionale Abflachung und der Nebel im Kopf immer noch große Probleme dar. Die Müdigkeit variiert, es gibt auch bessere Tage.

Da die Patientin einen langen Anfahrtsweg hat, kommt sie nur ca. 4-mal pro Jahr in die Praxis. Wir beginnen dann auch mit Akupunktur zu arbeiten und stellen die Rezeptur immer wieder etwas um, je nach aktueller Situation. So arbeite ich z. B. auch mit Johanniskraut, Vogelmiere, Wegwarte, Anis, Wermut und großer Klette. Im Verlauf von zwei weiteren Monaten zeigt sich ein leichter „gesunder“ Belag auf der Zunge, der Zungenbelag wird durch die Arbeit des MagenQi verursacht und ist als dünner weißer Belag physiologisch (Kirschbaum 2002). Das Fehlen des Zungenbelags deutet auf einen Yin-Mangel hin.

Nach wie vor ist der Zustand fragil und immer mal wieder instabil, sie hat aber auch gute Phasen:

„Seit langem stellt sich Normalität ein, absoluter Aufwärtstrend.“ Sie stellt sich aktiv ihrem Leben und hat die Energie, Situationen zu verändern, die ihr nicht mehr gerecht werden (Wohnortwechsel). Bei ihrem letzten Besuch zwei Jahre später berichtet sie mir von einer Glutenunverträglichkeit. Seitdem sie die Ernährung umgestellt hat, „ist nochmal viel herausgekommen, der Nebel im Kopf ist weg“.

8.3.2 Fall 101

Der folgende Fall zeigt den Anfang einer Patientengeschichte. Hier wird die Patientin erstmals mit der Diagnose Autoimmunerkrankung konfrontiert, in diesem Fall einer Hashimoto-Thyreoiditis, die Schilddrüse ist noch nicht zerstört. Sie realisiert noch nicht, dass in der Tiefe mit dem Körper etwas nicht in Ordnung ist bzw. wie man damit umgehen kann. Es handelt sich auch um den Versuch, zu einer Zeit, als der Schaden auf der körperlichen Ebene „noch nicht so groß ist“, gemeinsam mit der „Schulmedizin“ das beste Behandlungskonzept auszuarbeiten.

Im Mai 2015 stellt sich die 44-jährige Patientin in der Praxis vor: Bis auf das Ausbleiben der Periodenblutung, was die Diagnostik in Gang gesetzt hat, hat sie keine Beschwerden („Fühle mich pudelwohl“). In der Vorgeschichte ist eine Endometriose bekannt, Z. n. Pfeiffer'schem Drüsenfieber mit extremen Lymphknotenschwellungen, bis vor zwei Jahren starke Infektneigung („Jede Erkältung mitgenommen“).

Zunge Tiefe Delle im hinteren Bereich, Farbe fast normal, wenig Belag, Risse im Lungenareal, Zahneindrücke (■ Abb. 8.2); Unterzunge: Venen „schleimig“ (Zeichen für Schleim)

Puls Etwas langsam, Milz leer, Niere rechts etwas leer

Diagnose Nieren-Schwäche (Essenz), MilzQi-Mangel, LungenQi-WeiQi-Schwäche, autoimmunes Geschehen (chronische Invasion von Wind/Schleim/Blutstase)

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 8.5 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet und fein vermahlen in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin 5 pro Tag, was einer Gesamtkräuterdosierung von 1 g entspricht. Nach vier Wochen ist die erste Dosis aufgebraucht (ich verschreibe in der Regel 200 Kapseln), und die Patientin stellt sich wieder vor. Die Zungendiagnose zeigt eine Verschlechterung des Zustandes (■ Abb. 8.3), im hinteren Drittel gibt es vermehrt Belag (auch bräunlich) und eine tiefe Rinne mit rötlichem Boden (deute ich als akutes entzündliches Geschehen).



■ Abb. 8.2 Zunge Fall 101-1

■ Tab. 8.5 Rezeptur für Fall 101

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb. Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Zerstreut Wind und leitet ihn aus, wärmt das Yang, tonisiert und bewegt das LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, tonisiert das NierenYang
Rad. Levistici	Liebstockel	Rad. Levistici	Bewegt Qi und Flüssigkeiten in Leber und Niere
Rad. Helenii	Alant	Inula helenium	Tonisiert das Qi, wärmt das Yang, antiparasitär, zerstreut Wind und leitet ihn aus, wirkt bei Autoimmunsyndrom
Herb. Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Zerstreut Wind und leitet ihn aus, löst zähen Schleim (Biofilm), beruhigt bei adrenerger Stoffwechsellaage, wärmt das Yang
Herb. Spireae	Mädesüß	Filipendula ulmaria	Löst zähen Schleim (Biofilm), zerstreut Wind und leitet ihn aus, bewegt das LeberQi
Herb. Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Zerstreut Wind und leitet ihn aus, antiparasitär, beruhigt bei adrenerger Stoffwechsellaage, tonisiert das Qi, bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert die NierenEssenz, tonisiert das WeiQi

■ Tab. 8.5 (Fortsetzung)

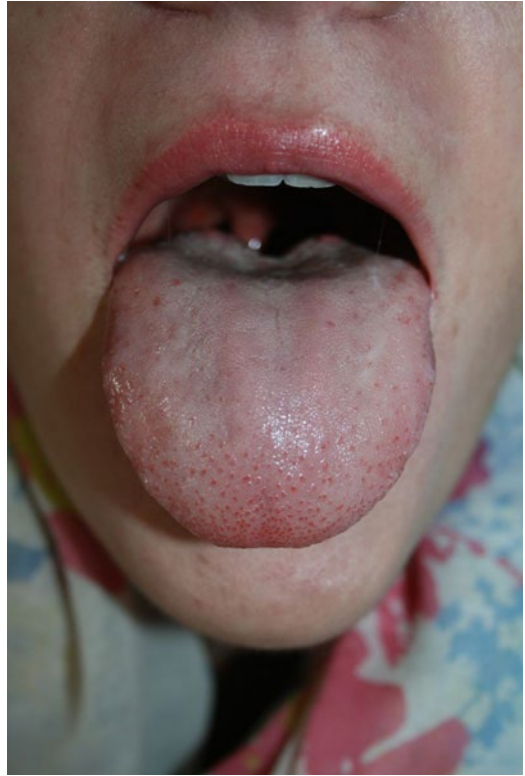
Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Pathogener Restfaktor, zerstreut Wind und leitet ihn aus, löst zähen Schleim (Biofilm), antiparasitär, tonisiert das Blut, tonisiert das Yin
Herb.Equiseti	Schachtelhalm	Equisetum arvense	Löst zähen Schleim (Biofilm), tonisiert das Blut, wirkt bei Autoimmunsyndromen, tonisiert die Nierenessenz
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Löst zähen Schleim (Biofilm), tonisiert das Blut, wirkt bei Autoimmunsyndromen, tonisiert das LeberBlut, bewegt LeberQi-Stagnation, klärt pathogenen Restfaktor, leitet Wind aus
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Tonisiert das Yin, beruhigt bei adrenerger Stoffwechsellage, wärmt das Yang, bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, tonisiert das MilzQi, bewegt das LeberQi, stimuliert das WeiQi, klärt Parasiten
Fol.Tussilaginis	Huflattich	Tussilago farfara	Löst zähen Schleim (Biofilm), beruhigt den Geist
Herb. Glechomae	Gundermann	Glechoma herderacea	Löst zähen Schleim (Biofilm), tonisiert das Qi, tonisiert das LungenQi
Flos.Trifolii prat.	Rotklee	Trifolium pratense	Tonisiert das Yin, tonisiert das Qi, tonisiert das Blut, bewegt das Qi
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Antiparasitär, beruhigt bei adrenerger Stoffwechsellage, bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi
Rad.Petroselini	Petersilie	Petroselinum crispum	Tonisiert das Blut, tonisiert das MilzQi, tonisiert und reguliert das LeberQi
Herb.Stellariae med.	Vogelmiere	Stellaria media	Nährt Yin und Flüssigkeiten, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Blut, bewegt das NierenQi
Rad.Taraxaci	Löwenzahn	Taraxacum officinalis	Antiparasitär, tonisiert das Yin, pathogener Restfaktor, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt und tonisiert das Qi von Leber und Gallenblase, tonisiert das MilzQi

Auch die Laborwerte zeigen, dass sich der autoimmune Prozess im Körper verstärkt hat. Die Schilddrüsenantikörper MAK sind angestiegen auf einen Wert von 38 auf 108, auch Kreatinin ist leicht angestiegen. Ich empfehle der Patientin, zunächst zu einem Endokrinologen zu gehen, um auch die schulmedizinische Therapiealternative „ins Boot zu holen“, da die Schilddrüse noch nicht zerstört ist und um ein optimales Therapiekonzept zu erarbeiten. Es wird ihr jedoch auch klar, dass es sich hier um ein langwieriges Geschehen handelt, bei dem es evtl. auch darum gehen wird, dem Körper mit mehr Aufmerksamkeit zu begegnen. Im nächsten Schritt,

nach schulmedizinischer Abklärung, wollen wir einmal pro Monat auch mit Akupunktur arbeiten, um das Spüren des Körpers zu unterstützen. Dabei wird die Kräuterrezeptur jeweils an den aktuellen Zustand angepasst.



■ Abb. 8.3 Zunge Fall 101-2



■ Abb. 8.4 Zunge Fall 129

8.3.3 Fall 129

Dieser Fall zeigt ein Beispiel, wo es vielleicht gelingen kann, mit der Chinesischen Medizin prophylaktisch zu arbeiten, da die Patientin ein Bild zeigt, das darauf schließen lässt, dass sie sich möglicherweise im Vorfeld der Entstehung einer Autoimmunerkrankung befindet und man vielleicht das Ruder noch einmal herumreißen kann.

Im Juni 2015 stellt sich die 24-jährige Patientin in der Praxis vor: „Ich habe momentan das Problem, dass ich gar nicht mehr gesund werde.“ Es gibt Probleme mit rezidivierenden Darm- und Scheidenpilzinfekten, Urtikaria, Infekten mit geschwollenen Lymphknoten, als kleines Kind immer gleich schwere Bronchitiden, wenn eine Erkältung kam, es wurde auch Asthma diagnostiziert. Häufige Behandlungen mit Antibiotika. Sehr nervös. Während sie mit mir spricht, sind das Dekolletée und der Hals rot und fleckig, oft innerlich unter Druck. Es

bestehen auch Allergien gegen Hausstaubmilben, Schimmelpilze und Amoxizillin. Den Scheidenpilzinfekt hat sie, seit sie angefangen hat, die Pille zu nehmen.

Zunge Farbe fast normal, rote Flecken und Punkte, vor allem an der Spitze und im Lungenareal, aber auch im hinteren Drittel vereinzelt, Ränder belaglos mit Kerben, insgesamt wenig Belag (■ Abb. 8.4), Unterzungenvenen leicht gestaut

Puls Eher schnell, Lungen- und Leberpuls etwas schlüpfrig, beide Nierenpuls schwach, der rechte fast ganz leer

Diagnose WeiQi-Mangel, pathogener Restfaktor, unruhiger HerzGeist, NierenSchwäche, LeberQi-Stagnation

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 8.6 hervor.

■ Tab. 8.6 Rezeptur für Fall 129

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Rad.Echinaceae	Sonnenhut	Echinacea purpurea	Klärt pathogenen Restfaktor, tonisiert und reguliert das WeiQi, äußere WindHitze, tonisiert das MilzQi
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Tonisiert das NierenQi, beruhigt das LeberYang und den HerzGeist, tonisiert das WeiQi, transformiert Feuchtigkeit und Schleim, tonisiert das MilzQi und -Yang
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Klärt WindKälte/Hitze, klärt feuchten Schleim im Darm, klärt feuchte Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert Blut und Qi, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Millefolii	Schafgarbe	Achillea millefolium	Löst feuchten Schleim und leitet ihn aus, tonisiert das reproduktive System, tonisiert das HerzQi, bewegt das LeberQi, äußere WindHitze-Kälte, pathogener Restfaktor, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Thymi	Thymian	Thymus vulgaris	Transformiert Schleim, bewegt das LungenQi und senkt es ab, stärkt das WeiQi, Lungen-Wind/Kälte, feuchte Kälte im Kopf, feuchter Schleim im Darm/Milz, feuchte Kälte im Darm, feuchte Kälte im Urogenitalsystem, tonisiert das Qi und v. a. das LungenQi, pathogener Restfaktor, reguliert die Milzenergie, tonisiert das HerzQi und beruhigt den HerzGeist
Herb.Thujae	Thuja	Thuja occidentalis	Feuchte Kälte im Urogenitalsystem, Lungen-Schleim/ Feuchtigkeit, tonisiert das WeiQi, pathogener Restfaktor, tonisiert und bewegt das LungenQi, tonisiert das HerzQi und beruhigt den Geist, klärt Feuchtigkeit und Schleim
Herb.Artemisiae vulg	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, pathogener Restfaktor, klärt Wind-Hitze/Kälte, stärkt das NierenYang
Herb.Urticae	Brennnessel	Urtica dioica	Bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, klärt äußeren Wind und Schleim im Darm, vertreibt Feuchtigkeit aus dem unteren Erwärmer, klärt pathogenen Restfaktor
Rad.Bardanae	Große Klette	Arctium lappa	Mikrobielle Toxikose mit toxischer Hitze, pathogener Restfaktor, tonisiert das Qi des Urogenitalsystems und leitet feuchte Hitze aus dem unteren Erwärmer, leitet äußere WindHitze aus
Flos.Calendulae	Ringelblume	Calendula officinalis	Pathogener Restfaktor, bewegt das LeberQi, leitet feuchte Hitze aus dem unteren Erwärmer, äußere WindHitze, tonisiert das HerzQi
Herb.Basilici	Basilikum	Ocimum basilicum	Lungen-Schleim-Kälte, tonisiert das Lungen- und NierenYang, bewegt das LeberQi, klärt feuchte Kälte im respiratorischen und intestinalen System
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Befreit die Oberfläche, äußere WindHitze, bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den HerzGeist, beruhigt aufsteigendes LeberYang, tonisiert die NierenEssenz, vertreibt Parasiten, aktiviert den 3Erwärmer, stimuliert das WeiQi

■ Tab. 8.6 (Fortsetzung)

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Hyperici	Johannis- kraut	Hypericum perforatum	Tonisiert und reguliert das Herz- und NierenQi, beruhigt den HerzGeist, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, wirkt LeberQi-Stagnation entgegen
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist, äußere WindHitze, tonisiert die Essenz von Leber und Niere, bewegt das LeberQi, tonisiert das MilzQi, tonisiert das Qi der reproduktiven Organe, wirkt antiinfektiös
Herb.Solidaginis	Goldrute	Solidago virgaurea	Löst feuchten Schleim, bewegt das LeberQi im unteren Erwärmer, leitet Feuchtigkeit und Schleim aus dem unteren Erwärmer

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin fünf pro Tag, was einer Gesamtdosis von 1 g entspricht. Zugleich arbeiten wir am Beginn der Behandlung mit Akupunktur, um dabei die Patientin zu unterstützen, das Körperbewusstsein wieder zu stärken.

Auch dies ist wieder ein Fall, bei dem es für mich auffällig ist, dass bei Nieren- und/oder Leberschwäche die Einnahme von hormonellen Antikonzeptiva ein Problem darstellen könnte und man mit den diagnostischen Methoden der Chinesischen Medizin eine Schwächung des Organismus feststellt. Die unmittelbare Wirkung der Pille betrifft in der Regel das LeberQi. Entweder es wird vermehrt bewegt (Dysmenorrhoe, zyklusbedingte Kopfschmerzen werden besser), oder es staut sich vermehrt. Meiner Meinung nach wird die Verstoffwechslung der Pille von LeberQi/Blut, aber vor allem von der NierenEnergie geleistet. Wir sehen oft bei Hormonbehandlungen in der Fertilitätsmedizin, dass die Patienten mit Zeichen von NierenSchwäche reagieren. Ich halte es für wichtig, die Patientinnen darauf hinzuweisen, da es in diesen Fällen verstärkt zu Problemen kommen könnte, wenn die Pille bei Kinderwunsch abgesetzt wird (verlängerte, unregelmäßige Zyklen, NierenSchwäche, LeberBlutmangel). In diesem Fall kommt es zu einer massiven Reaktion auf die Kräuter, die Patientin reagiert mit Kopfschmerzen und bekommt Angst.

An diesem Fall sieht man auch, dass es wichtig ist, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. Ich empfehle, zunächst eine Einnahmepause zu machen und anschließend mit nur einer Kapsel zu beginnen. Auch wenn, verglichen mit anderen Dosierungen aus der Kräutermedizin, die 1-g-Tagesdosis sehr gering scheint, ist es doch gerade am Anfang für sehr empfindliche Patienten zu viel. Manche erschrecken angesichts der Reaktionen und fühlen sich überfordert. Auch auf die Akupunkturbehandlung reagiert die Patientin sehr heftig mit Kopfschmerzen, was sie verstört. Hier ist es wichtig, in der Kommunikation zu bleiben und die Behandlung immer individuell anzupassen. Meines Erachtens ist es das Wichtigste, dass der Zeitpunkt stimmt. Manche Patienten und Patientinnen besuchen uns, brechen dann aber schnell die Behandlung ab, um Jahre später wieder in die Praxis zu kommen, in der dann eine Zusammenarbeit stattfinden kann. Eine andere Patientin benötigte mehr als zwei Jahre, bis sie sich auf die Kräuter einlassen konnte, wobei es für sie wichtig war, mich vor allem auch in Akupunkturbehandlungen kennenzulernen und mir vertrauen zu können. Manchmal wird der Weg auch abgebrochen, bevor man anfangen konnte, ihn konsequent zu gehen, weil es im Augenblick nicht stimmig ist für die Patienten oder eine andere Therapie besser auf ihren Zustand anspricht. In diesem Fall stabilisiert sich die Patientin nach vier Wochen, und auch zwei Monate später sind keine Infekte mehr aufgetreten.

8.3.4 Fall 41

Zum Abschluss möchte ich nochmals einen ziemlich komplizierten Fall vorstellen, um zu demonstrieren, dass es manchmal, besonders bei sehr komplexen Mustern, eine Weile dauern kann, bevor die „richtige“ Rezeptur gefunden hat.

Die damals 40-jährige Patientin stellt sich im März 2012 erstmals in der Praxis vor. Das Hauptanliegen ist im Moment eine Trigeminusneuralgie, die seit 20 Jahren besteht. Aufgetreten erstmals im Anschluss an eine Zahnoperation, nachdem schon sehr früh massive Probleme mit den Zähnen bestanden hatten (in der Pubertät bereits eine „Zahnodyssee“). „Ich habe ganz wenig Energie, bin sehr kraftlos, habe eine Autoimmunerkrankung, Sklerodermie, schon viele Jahre Morbus Raynaud.“

Weitere anamnestische Hinweise:

- Stimmungsschwankungen bei Periode, auch die Neuralgie ist oft periodenabhängig, starke Dysmenorrhoe, Schmerz oft im Rücken,
- seit ganz vielen Jahren Seroquel, seit Mitte 20 Trevilor („Schlafe nur mit Medikamenten“),
- oft Erinnerungslücken („Wenn ich die Unruhe besiege, kann ich mich konzentrieren“),
- Appetit normal („Wenn die Neuralgie da ist, geht gar nichts“),
- Müdigkeit, Erschöpfungszustände,
- total kälteempfindlich, keine Rückenschmerzen, Wasserlassen unauffällig, relativ häufig erkältet.

Zunge Etwas bläulich, zittert, kleiner Zungenkörper, Magenriss, schleimiger Belag, Ränder belaglos

Puls Ziemlich schnell, fein, kaum rechter Nierenpuls

Diagnose LeberQi-Stagnation, aufsteigendes LeberYang, NierenYang-Schwäche, Schleim, MilzQi-Mangel, Blutstase

Über zwei Jahre behandeln wir regelmäßig mit Akupunktur (2- bis 4-mal pro Monat) sowie mit wechselnden Kräuterrezepturen. Die Patientin ist u. a. in der Lage, nach ca. einem Jahr wieder eine Psychotherapie aufzunehmen. Außerdem kann sie auch nach ca. einem Jahr ihren Wohnort wechseln, nachdem sie zuvor immer noch von der Arbeits-

stelle zur 45 Kilometer entfernten elterlichen Wohnung gependelt ist.

Im August 2014 verordne ich eine neue Rezeptur. Die Veränderungen sind:

Zunge Spitze nicht ganz einsehbar, Farbe rosa, kaum Belag, etwas Belag seitlich im Gallenblasenbereich, eher trocken, Ränder wie geschält, leichte Stauung der Unterzungenvenen, durchgehender Riss

Puls Unruhig, eher schnell, Herzpuls leer, Leber- und Milzpuls fein, Nierenpuls rechts schwach

Diagnose Aufsteigendes LeberYang, innerer LeberWind, Leber attackiert Magen/Milz, unruhiger HerzGeist, HerzBlutMangel, NierenEssenz-Schwäche, NierenYang-Schwäche

Die Rezeptur geht aus ■ Tab. 8.7 hervor.

Diskussion und Verlauf

Die Kräuter werden zu gleichen Teilen verordnet, fein vermahlen und in Kapseln abgefüllt. Davon nimmt die Patientin fünf pro Tag, was einer Gesamtdosis von 1 g entspricht. Seit wir mit dieser Rezeptur arbeiten, waren nur zwei Behandlungen innerhalb von fünf Monaten nötig. Mit dieser Rezeptur arbeiteten wir ca. ein Jahr. Nachdem es zuvor bei jeder Periodenblutung zu einer Attacke kam, kommt die Neuralgie nun nur noch in Extremstress-Situationen zum Ausbruch. Interessant ist, dass es im Zuge dieser Stabilisierung nun zu „Unverträglichkeitsreaktionen“ auf die Kräuter kommt (nach Einnahme leichte Übelkeit, Schwindel, Herzklopfen), nachdem es zuvor keinerlei Beschwerden gegeben hatte. Wir entschließen uns, die Kräuter auszuschleichen und anschließend eine Einnahmepause zu machen.

■ Tab. 8.7 Rezeptur für Fall 41

Rezeptierform	Pflanze	Botanischer Name	Wirkung/Indikation
Herb.Rutae	Raute	Ruta graveolens	Bewegt das Qi von Leber und Niere, tonisiert das NierenQi, NierenAngst, beruhigt LeberYang und Wind, beruhigt den HerzGeist, tonisiert das WeiQi, tonisiert das MilzQi
Herb.Artemisiae vulg.	Beifuß	Artemisia vulgaris	Tonisiert und bewegt das LeberQi, tonisiert das LeberBlut, beruhigt aufsteigendes Yang und Wind, tonisiert das MilzQi, vertreibt Kälte in allen Meridianen, tonisiert das NierenYang
Fol.Salviae	Salbei	Salvia officinalis	Beruhigt den HerzGeist, beruhigt hyperaktives LeberYang, tonisiert das Qi und das Blut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das WeiQi, beruhigt inneren Wind, bewegt das NierenQi
Herb.Chrysanthemi parth.	Mutterkraut	Chrysanthemum parthenium	Lindert Schmerz und Entzündung, beruhigt hyperaktives LeberYang und das LeberQi, beruhigt inneren Wind
Strob.Lupuli	Hopfen	Humulus lupulus	Bewegt das HerzQi, beruhigt inneren Wind bei nervösem Exzess, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das LeberQi im mittleren Erwärmer, beruhigt den HerzGeist
Herb.Leonuri	Herzgespann	Leonurus cardiaca	Bewegt und tonisiert das HerzQi, beruhigt den HerzGeist, bewegt das NierenQi
Flos.Lavandulae	Lavendel	Lavandula officinalis	Bewegt das Herz-, Nieren- und LeberQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang und den HerzGeist, beruhigt inneren Wind, tonisiert die Essenz, stimuliert das WeiQi
Rad.Valerianae	Baldrian	Valeriana officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, beruhigt den HerzGeist, beruhigt inneren Wind und klärt die Meridiane, wenn sie durch Wind/Schleim verlegt sind, tonisiert Herz- und NierenYin, tonisiert das HerzBlut, tonisiert das MilzQi, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Leber- und MagenQi, stimuliert das WeiQi
Herb.Betonicae	Ziest	Betonica officinalis	Bewegt das Herz-, Leber- und NierenQi, tonisiert die Essenz
Fruct.cum Sem. Cynosbati	Hagebutte/ Hundsrose	Rosa canina	Tonisiert die Essenz, beruhigt aufsteigendes LeberYang, beruhigt den HerzGeist, bewegt das Qi von Leber und Gallenblase
Fol.Melissae	Melisse	Melissa officinalis	Bewegt das HerzQi bei nervösem Exzess, bewegt das Nieren- und MagenQi, beruhigt den HerzGeist, tonisiert die Leber- und NierenEssenz, bewegt das LeberBlut, tonisiert das MilzQi, tonisiert das HerzBlut
Rad.Cichorii	Wegwarte	Cichorium intybus	Tonisiert die Essenz und das Yin von Leber und Niere, tonisiert das Blut, bewegt das Qi in Leber und Magen, kühlt LeberFeuer
Herb.Verbenae	Eisenkraut	Verbena officinalis	Bewegt das Qi bei Schwächezuständen, tonisiert das Qi, tonisiert und bewegt das LeberQi, bringt den Inhalt des HUN an die Oberfläche, beruhigt den HerzGeist, beruhigt aufsteigendes LeberYang, bewegt das Leber-, Nieren- und MagenQi, tonisiert die NierenEssenz, stimuliert das WeiQi

Literatur

- Clavey S (2004) Die Körperflüssigkeiten in der Chinesischen Medizin. Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Bad Kötzing
- Frühauf H (2012) Autoimmunprozesse aus der Perspektive der chinesischen Medizin. Praxis-Workshop 9./10. Juni 2012. Arte Medica Dialog e. V., Frankfurt Oberursel
- Holmes P (1989) The Energetics of Western Herbs Bd. 1. Snow Lotus press, Boulder, Colorado (& Vol. 2)
- Hou W, Xu G, Wang H (2015) Autoimmunerkrankungen mit chinesischer Medizin gezielt behandeln. Elsevier, München
- Kirschbaum B (2002) Atlas und Lehrbuch der Chinesischen Zungendiagnostik. Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Bad Kötzing
- Maciocia G (1997) Die Grundlagen der Chinesischen Medizin. Verlag für Ganzheitliche Medizin Dr. Erich Wühr GmbH, Bad Kötzing
- Maciocia G (2012) Drei Pathogene Faktoren, Qi-Stagnation, Blutstase, Schleim. Praxis-Workshop 24./25. März 2012. Arte Medica Dialog e. V., Frankfurt Oberursel
- Ploberger F (2011) Das Große Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin. BACOPA, Schiedlberg
- Ross J (2010) A Clinical Materia Medica. Greenfield Press & VGM, Bad Kötzing
- Shen Pi'an (2012) Shen's Textbook on the Management of Autoimmune Diseases with Chinese Medicine. Donica Publishing Ltd., Herts, United Kingdom

Service teil

Stichwortverzeichnis – 416



Stichwortverzeichnis

3Erwärmer 301
3-Erwärmer-Meridian 88

A

Abdominale Krämpfe 271
Aberglauben 66
Abhängigkeit 240
Abortivum 197
Absinkendes MilzQi 88
Absinth 315
Abszesse 28, 35
Abtreibungsmittel 329
Achillea millefolium 98
Achtsamkeitsschulung 399
Ackerveilchen 28
ADHS 251
Adipositas 174
Adnexitis 258
Aggressive Keime 16
Agitiertheit 106, 242, 251
Agrimonia eupatoria 324
Agropyrum repens 34
AIDS 187
Akne 34, 123, 172
Akonitvergiftung 138
Akupunktur 214
Alant 95
Albkrankheit 96
Albträume 26
Albuminurie 206
Alchemilla vulgaris 313
Alfalfa 123
Alkoholismus 102
Alkoholunverträglichkeit 144
Allantion 207
Allergie 73
Allergische Rhinitis 56
Aloe 126
Altersflecken 275
Althea officinalis 107
Alzheimerkrankheit 278
Amenorrhoe 25, 281, 371
Amoxizillin 409
Analfissur 208
Anämie 35, 179
Angelica archangelica 128
Angelica officinalis 128
Angina pectoris 101
Ängstlichkeit 59
Angstträume 161
Anis 31
Anorexie 47, 130
Anosmie 174
Antibiotika 16, 399
Antidämonische Wirkung 237
Antidepressiva 71
Antihistaminika 75
Antikoagulation 282
AntiMüller-Hormon 376
Antiöstrogene Wirkung 123
Antivirale Wirkung 237
Antoniusfeuer 256
Antriebschwäche 181
Anurie 182
Apathie 228
Aphrodite 164
Aphten 114
Apiol 134
Apoplex 298, 321
Apoptose 400
Appendizitis 311
Appetitlosigkeit 33, 90, 135, 248
Arctium lappa 195
Ärger 8
Aromatherapie 243
Artemis 167
Artemisia absinthium 315
Artemisia vulgaris 167
Askariden 240
Aspirin 109
Atemnot 7
Atemrhythmus 5
Ätherische Öle 231
Ätherleib 6
Atopische Dermatitis 120
Aufsteigendes LeberYang 298, 299
Augenentzündungen 192
Augenränder 382
Augenschwäche 322
Augentrost 327
Auraschwäche 5
Ausdauerverlust 174
Autoimmunerkrankungen 97, 278, 397
Avicenna 233

B

Balance 346, 399
Baldrian 237
Baldur 117, 261
Bandscheibenprolaps 284
Basilikum 173
Bauchweh 384
Begräbniszeremonien 132
Beifuß 167
Beinwell 206
Bergbohnenkraut 180
Bergkristall 49
Bestrahlung 114, 183
Betablocker 282
Betonie 246
Bettnässen 30, 161, 172, 188, 382
Bettsiroh 104
Betula pendula 209
Betula pubescens 209
Betula verrucosa 209
Beunruhigter HerzGeist 233
Bewusstsein 226
Bierherstellung 241
Bindegewebe 110
Bindegewebedeeneration 185
Bindegewebsschwäche 112
Biofilm 202, 400
Birke 209
Bitterorange 115
Blähungen 20
Blähungskolik 133
Blasenentzündung 213
BlasenQi-Mangel 161
BlasenQi-Stagnation 163
Blasensteine 250
Blepharitis 328
Blinddarmreizung 193
Blutandrang 358
Blütenessenz 99
Blutreinigung 38
Bluttonika 90, 231
Blutvergiftung 371
Boraginaceen 43
Borago officinalis 258
Borreliose 341, 398
Borretsch 258
Böser Blick 164
Braunelle 64
Brechreiz 119
Breitwegerich 54
Brennnessel 184
Brennnesselsamen 158, 402
British Herb Tobacco 27
Brombeere 192
Bronchitis 28
Brunnenkresse 157
Brustfibrome 125
Bulimie 329
Burn-out 45

C

Calendula officinalis 275
 Candidiasis 167
 Capsella bursapastoris 139
 Capsicum 157
 Carum carvi 59
 Catapressan 284
 Centaurium erythraea 134
 Chamomilla recutita 117
 Chelidonium majus 322
 Chemotherapie 114
 Chinarinde 211
 Chiron 134
 Cholezystitis 127
 ChongMai 356
 Chorea Huntington 239, 262
 Chronic fatigue syndrome 39, 307
 Chronische Bronchitis 15, 97
 Chronischer Husten 13
 Chronische Sinusitis 216, 371
 Chronische Verstopfung 21
 Chronische Zystitis 164
 Chrysanthemum parthenium 334
 Cichorium intybus 178
 Cinnamomum verum 175
 Citrus aurantium 115
 Clavikulaluxation 375
 Colitis ulcerosa 119
 Crataegus monogyna 249
 Cumarin 107

D

Dämonen 187
 Darmparasiten 317
 Dehydratation 108
 Denkende Kräuter 144
 Depression 27
 Dermatitis 39
 Desorientierung 175
 Diabetes 37, 97
 Diarrhoe 18
 Dill 157
 Dipsacus fullosus 341
 Dipsacus sativus 341
 Dipsacus sylvestris 341
 Dost 46
 Down Syndrom 382
 Drachen 173
 Drehschwindel 185, 254
 Durchblutungsstörungen 138
 Durchfall 21
 Durchschlafstörung 216, 348
 Durchspülungstherapie 181
 Dysmenorrhoe 273, 308, 363

E

Echinacea 61
 Echinacea angustifolia 61
 Echinacea pallida 61
 Echinacea purpurea 61
 Echter Thymian 22
 E. coli 64
 Eibisch 107
 Eigeninitiative 304
 Eisenkraut 304
 Eisprung 355
 Ejaculatio praecox 156, 242
 Ekzeme 30, 210
 Ellagsäure 41
 Emmenagogum 168
 Emotionale Labilität 254
 Emotionaler Schock 354
 Emporloderndes Leberfeuer 297
 Emporloderndes Leerefeuer 160
 Endometriose 406
 Endometriumhyperplasie 376
 Endometriumkarzinom 376
 Energiespeicher 154
 Engegefühl 14
 Engelwurz 128
 Engelwurz Balsam 129
 Entscheidungen 294
 Entscheidungsschwäche 304
 Entwicklungsstörungen 153
 Enzian 126
 Epidemien 138, 240
 Epilepsie 164, 199
 Equisetum arvense 48
 Erbsünde 279
 Ernährungslehre 83
 Erschöpfung 15, 65, 165, 307, 320
 Erysipel 62
 Erythema migrans 341
 Erzwengelwurz 129
 Essenz 153
 Euphrasia rostkoviana 327
 Evil Eye 31
 Extreme Hitze 298

F

Fallsucht 246
 Fazialisparese 197
 Feldminze 331
 Feldmohn 402
 Feldthymian 22
 Fenchel 102
 Fettintoleranz 314, 337
 Fettsucht 250
 Feuchte Hitze 18, 94

Feuchte Kälte 163
 Feuchte Kälte im Darm 21
 Feuchter Schleim im Darm 22
 Fibromyalgie 120, 189
 Fieber 180
 Fieberkrämpfe 298
 Filipendula ulmaria 109
 Fissuren 69
 Fisteln 101
 Flatulenz 60
 Flohmittel 329
 Fluor vaginalis 276
 Flüssigkeitsmetabolismus 399
 Foeniculum vulgare 102
 Fontanellenschluss 156
 Fossil 277
 Fötus 354
 Frauendreißeiger 57
 Frauenkrankheiten 264
 Frauenmantel 313
 Frauenpflanzen 167
 Frau Holle 190
 Freisamkraut 29
 Frigidität 169
 Frontalkopfschmerz 165, 274
 Frühling 293
 Fülle 358
 Fußschweiß 382

G

Galium aparine 211
 Galium verum 46
 Gallenblase 294, 302
 GallenblasenQi-Mangel 304
 GallenblasenQi-Stagnation 304
 GallenblasenYang-Exzess 304
 Gallenfluss 336
 Gallenkolik 311
 Gallensteine 100, 134
 Gangrän 109, 277
 Gänsefingerkraut 36
 Gastroenteritis 172
 Gebärmutterhalskrebs 68
 Geburt 41, 355
 Geburtsstillstand 130, 248
 Geburtsvorbereitung 255
 Gedächtnisschwäche 236
 Gelbkörperphase 355
 Gelbwurzel 139
 Genitalekzeme 123
 Genitaltrakt 338
 Gentiana lutea 126
 Geranium robertianum 200
 Gerinnungsfähigkeit 107
 Germanen 261

Geschwüre 341
 Gesellschaft 7
 Gesichtrose 40
 Getreidekaffee 178
 Gewebedegeneration 400
 Gewichtsverlust 122
 Gewichtszunahme 199
 Gicht 33
 Gingko 277
 Gingko biloba 277
 Ginseng 129, 310
 Glastonbury 249
 Glaukom 324
 Glechoma hederacea 65
 Globusgefühl 293
 Glutenunverträglichkeit 406
 Glycyrrhiza glabra 112
 Glykogenspeicher-Erkrankungen 124
 Goldkraut 322
 Goldrute 181
 Gonorrhoe 50
 Gottesgnadenkraut 200
 Große Klette 195
 Gründonnerstagsuppe 66
 Gundermann 65
 Gurkenkraut 258
 Gürtelrose 189
 GU-Syndrom 398
 Gynäkologie 354
 Gynocardin 269

H

Haarausfall 38
 Hafer 156
 Haferbrei 158
 Hagebutte 157, 243
 Hagen 270
 Halbschmarotzerpflanze 327
 Halsschmerzen 10, 53
 Hämaturie 67
 Hämorrhagie 56
 Hämorrhoiden 22, 140, 194, 206
 Harnsteine 34, 51, 141, 326
 Harntrakt 338
 Harnwegsinfekt 186
 Hashimoto-Thyreoiditis 398
 Hauptmeridiane 113
 Hausstaubmilben 409
 Heiliger Gral 249
 Heilsteinakupunktur 386
 Heiserkeit 10
 HELLP-Syndrom 382
 Hepatitis B 326
 Hepatotoxische Wirkung 209
 Herpes labialis 127

HerzBlut-Mangel 231, 358
 HerzBlut-Stagnation 228
 HerzFeuer 232
 Herzgespann 264, 378
 Herzmuskulenzündung 144, 272
 HerzQi-Mangel 227
 HerzQi-Stagnation 228
 Herzenschwäche 69
 HerzYang-Kollaps 230
 HerzYang-Mangel 230
 HerzYin-Mangel 231
 Hexenschuss 325
 Hexerei 187
 Hiatushernie 108
 High risk HPV 367
 Himbeere 40
 Himmelsbrot 200
 Himmelsschlüssel 272
 Hinterkopfschmerz 10
 Hirsutismus 103
 Hirtentäschel 139
 HitzeToxin 16
 Hitzewallungen 122, 284, 319
 Hodenschmerzen 103
 Holunder 190
 Homocystein 282
 Homöopathie 363
 Honigwein 109
 Hopfen 240
 Hormonelle Antikonzeptiva 411
 Huflattich 26
 Humulus lupulus 240
 Husten 8
 Hydrozele 69, 122
 Hyperaktives LeberYang 218
 Hyperemesis 138
 Hypericum perforatum 187
 Hyperlipidämie 166
 Hyperthyreose 265
 Hypertonus 64
 Hyperviskosität 271
 Hypoglykämie 135
 Hypophysenüberfunktion 320
 Hypothyreose 175
 Hyssopus officinalis 279
 Hysterie 267

I

Ibisblut 193
 I Ging 99
 Illusion 226
 Immunschwäche 18
 Impotenz 138
 Infektanfälligkeit 16
 Infektneigung 385

Infektprophylaxe 64
 Infertilität 244
 Influenza 63
 Ingwer 136
 Inkontinenz 56, 183
 Innerer Frieden 295
 Innerer LeberWind 297
 Innerer Wind 293
 Insektenstich 177, 309
 Integration 227
 Interesselosigkeit 230
 Interstitielle Zystitis 210
 Introvertiertheit 133
 Intuition 85
 Inula helenium 95
 Inulin 96
 Ischialgie 98
 Isis 304

J

Johanniskraut 187
 Juckreiz 22, 30
 Juglans regia 37

K

Kachexie 208
 Kaffeersatz 211
 Kälteaversion 138
 Kälte-Stagnation 302
 Kamille 117
 Kampf 231
 Kapillarresistenz 105
 Karde 342, 402
 Kardendistel 341
 Karies 40, 196
 Karminativum 60
 Karrierefrauen 265
 Karzinom 6
 Katarakt 324
 Katarrhale Taubheit 67
 Katatonie 85
 Kater 315
 Kelten 249
 Keuchhusten 24, 203, 273
 Kieselsäure 43
 Kinderheilkunde 381
 Kinderwunsch 376
 Klettenlabkraut 211
 Klimakterische Beschwerden 100
 Knalltrauma 216
 Knochenbrüche 133
 Knochenerweichung 156
 Knochensporne 44
 Knotige Braunwurz 51

Stichwortverzeichnis

Kollektives Unbewusstes 294
 Koma 230, 298
 Kommunikationsprobleme 227
 Königskerze 57
 Königsöl 58
 Konjunktivitis 328
 Konservierungsmittel 83
 Konstitution 153
 Konstitutionstherapie 376
 Kontaktallergien 96
 Kontrollverlust 155
 Konzentrationsschwäche 26
 Konzentrationsschwierigkeiten 255
 Koordination 6
 Kopfschmerzen 65
 Körperbewusstsein 411
 Körperflüssigkeiten 5
 Körperseele Po 6
 Körperspray 29
 Kosmopolit 204
 Krämpfe 37
 Krause Minze 332
 Krauser Ampfer 336
 Kräuterbuschen 57
 Kreatinin 408
 Krebstherapie 275
 Krebsvorsorgeuntersuchung 363
 Kreislaufschwäche 171
 Kreuzkümmel 59
 Kropf 51
 Krötenkräuter 118
 Krupphusten 204
 Kultur 7
 Kümmel 59
 Kummer 260
 Künzle 184
 Kurzatmigkeit 45

L

Labkraut 46, 104
 Lamium album 256
 Langlebigkeit 103
 Laryngitis 56, 260, 319
 Launenhaftigkeit 245
 Läuse 33
 Lavandula officinalis 252
 Lavendel 252
 Leaky-gut-Syndrom 326
 Lebensbaum 68
 Lebenselexier 128, 233
 Lebensgeister 257
 Lebensgestaltung 346
 Lebenskünstler 226
 Lebensmotivation 177
 Leber 294

LeberBlut-Mangel 298, 299
 LeberBlut-Stagnation 297
 LeberFeuer 232
 Leber-Leitbahn 302
 LeberQi 302
 LeberQi-Stagnation 295
 Leberschwäche 169, 316
 Leberstau 133
 LeberWind 298
 LeereFeuer 297
 LeereHitze 9, 231
 Leonurus cardiaca 264
 Lethargie 86, 316
 Leukopenie 65
 Leukorrhoe 111
 Levisticum officinalis 170
 Libidotonikum 42
 Lichtempfindlichkeit 102
 Liebesbräuche 209
 Liebeszauber 170
 Liebfrauenbettstroh 46
 Liebstöckel 170
 Linde 269
 Lindwurm 270
 Lippenzyanose 228
 Lochialstau 169
 Löwenzahn 309
 Lungenentzündung 27, 386
 Lungenkraut 42
 LungenQi-Mangel 7
 LungenQi-Stagnation 8
 Lungen-Schleim-Hitze 14
 Lungen-Schleim-Kälte 15
 Lungen-Schleim-Trockenheit 14
 Lungen-Trockenheit 10
 LungenYang-Mangel 15
 LungenYin-Mangel 8
 Lupus erythematodes 398
 Luzerne 123
 Lymphknotenschwellungen 54
 Lymphome 212

M

Mädesüß 109
 MagenFeuer 93
 Magengeschwür 337
 MagenQi 91
 MagenQi-Mangel 90
 MagenQi-Stagnation 91
 Magenriss 90
 Magensäureproduktion 312
 Magenschwäche 96
 Magen-Trockenheit 94
 Magenulkus 125
 Magersucht 404
 Maggikraut 170
 Makrobiotik 310
 Makuladegeneration 278
 Malabsorption 326
 Malaria 56, 141
 Mammakarzinom 70
 – östrogenpositives 70
 Manie 271
 Maracuja 267
 Masern 195
 Mastitis 53, 109
 Matricaria chamomilla 117
 Medicago sativa 123
 Medikamentenabusus 166
 Meerrettich 163
 Melancholie 24, 187, 295
 Melilotus officinalis 104
 Melissa officinalis 233
 Melisse 233
 Menometrorrhagie 314
 Menopause 319, 355
 Menorrhagie 141
 Mentha arvensis 331
 Mentha pulegium 329
 Mentha spicata 331
 Mentha x piperita 331
 Menthol 332
 Merlin 249
 Metabolische Azidose 122
 Migräne 254
 Milchfluss 173
 Milchschorf 29
 MilzQi-Mangel 86
 Milzschwäche 214
 MilzYang-Mangel 87
 Mistel 261
 Mitgefühl 85
 Mithridat 325
 Mittelalter 126
 Mittlerer Erwärmer 46, 295
 Mononucleose 69
 Morbus Parkinson 298
 Motivation 155, 312
 Motivationsverlust 323
 Motten 253
 Mouches volantes 299
 Moxibustion 371
 Müdigkeit 33
 Mukoviszidose 367
 Multiple Sklerose 118, 197, 199
 Mumps 195
 Mundtrockenheit 122, 208
 Muskelfaserriss 378
 Muskelschmerz 111
 Mutagene Wirkung 209
 Mutlosigkeit 166
 Mutterkorn 139

Mutterkraut 334
 Myalgie 130

N

Nach-Himmels-Qi 83
 Nachtschweiß 8, 320
 Nahrungsmittelallergien 311
 Nahrungsmittelstagnation 95
 Narben 45
 Nasenbluten 100
 Nasennebenhöhlen 255
 Nässe 88
 Nässe-Hitze 161, 301
 Nässe-Kälte 88
 Nässe-Schleim 13
 Naturärztereinerung 28
 Nebenhöhlen 310
 Nebenhöhlenentzündung 66
 Nebennieren 112
 Neroli-Öl 115, 231
 Nervöse Anspannung 307
 Nervosität 228
 Netzgefäße 275
 Neugeborenenikterus 386
 Neunkräutersuppe 66
 Neuralgie 59, 177, 333
 Neurokardiale Symptome 242
 Neurose 239
 Neurotoxizität 70
 Niere 153
 Nieren-Angst 161
 NierenEssenz 358
 NierenEssenz-Mangel 156
 Niereninsuffizienz 182
 Nierenkolik 109, 326
 NierenQi 160
 NierenQi-Mangel 158
 NierenQi-Stagnation 158
 Nierensand 192
 Nierenschwäche 50
 Nierenversagen 114
 NierenYang-Mangel 156
 NierenYang-Schwäche 358
 NierenYin-Mangel 155
 Nikotinvergiftung 328
 Nimue 249
 Notfallmedizin 297
 Nykturie 348

O

Oberer Erwärmer 295
 Obstipation 6, 302
 Ocimum basilicum 173
 Ödeme 5

Odermennig 324
 Offene Beine 249
 Ohnmachtsneigung 333
 Opisthotonus 298
 Organprolaps 83, 88
 Organtransplantationen 278
 Origanum vulgare 46
 Orvale 200
 Osteopathie 375
 Osteoporose 39, 50, 208
 Otitis 67, 332
 Ovarialzyste 142, 196
 Ozontherapie 363

P

Palpitationen 31, 199
 Pan 190
 Panikattacken 265
 Pap III D 367
 Pap IV 363
 Paranoia 233
 Parasiten 136
 Parasympatikusschwäche 262
 Parkinson-Krankheit 268
 Parodontose 182
 Passiflora incarnata 267
 Passionsblume 267
 Pathogener Restfaktor 8, 215, 385
 Pathophysiologie 363
 Periodenblutung 406
 – Ausbleiben 406
 Pest 126, 338
 Pestwurz 338
 Petasites hybridus 338
 Petasites officinalis 338
 Petechien 83
 Petersilie 131
 Petit-Grain-Öl 115
 Petit Mal 169
 Petroselinum crispum 131
 Petroselinum sativum 131
 Pfefferminze 331
 Pfeiffer'sches Drüsenfieber 406
 Phenobarbital 243
 Phimose 385
 Phlebitis 100
 Phobien 235
 Physiotherapie 375
 Pille 404
 Pimpinella anisum 31
 Plantago lanceolata 54
 Plantago major 54
 Plazentaretention 130
 Plinius 240
 Pneumonie 63

Poleiminze 329
 Polygonatum odoratum 44
 Polygonatum vulgare 44
 Polygonum aviculare 204
 Polyposis 324
 Polyzystisches Ovar 198
 Pomeranze 115
 Pomeranzenschale 95
 Portaler Hypertonus 338
 Postfebrile Schwäche 128
 Postmenopausale Blutung 376
 Postoperative Übelkeit 137
 Potentilla anserina 36
 Priapismus 242
 Primula veris 272
 Progesteronmangel 169, 244, 314
 Prostaglandinsynthese 334
 Prostatahyperplasie 258
 Prostatairritation 41
 Prostatareizung 257
 Prostatitis 50, 186, 333
 Prunella vulgaris 64
 Pseudokrupp 43
 Pseudomembranöse Kolitis 56
 Psoriasis 53, 196, 281
 Psychose 189
 Pulmonaria officinalis 42
 Pyramiden 332
 Pyrrolizidinalkaloide 27, 209

Q

Qi-Mangel 356
 Qi-Stagnation im Darm 20
 Quälendes Denken 8
 Quecke 34
 Quecksilber 34

R

Ramses II. 117
 Räucherungen 168, 329
 Raute 197
 Raynaud-Symptomatik 404
 Reflux 84
 Refluxkrankheit 70
 Reinigungskur 209
 Reisekrankheit 136
 Reizbarkeit 179
 Reizblase 35, 212
 Reizdarm 33
 Reizhusten 25, 33, 280
 Rekonvaleszenz 41
 Remittierendes Fieber 324
 Reproduktives System 218
 Rheuma 29

Stichwortverzeichnis

Ringelblume 275
 Römheld-Syndrom 340
 Rosa canina 243
 Rosa gallica 243
 Rose 243
 Rosmarin 164
 Rosmarinus officinalis 164
 Rotklee 201
 Rubus fruticosus 192
 Rubus idaeus 40
 Rückbildungsstörungen 362
 Rudolf Steiner 184
 Ruhelosigkeit 58, 268
 Rumex crispus 336
 Ruprechtskraut 200
 Ruta graveolens 197

S

Sakrum 163
 Salbe 121, 207
 Salbei 318
 Salicylsäure 109
 Salomonsiegel 44
 Salvia officinalis 318
 Sambucus nigra 190
 Sanddorn 156
 Sappho 243
 Sartane 282
 Satureia montana 180
 Säuglingskoliken 61, 104
 Schachtelhalm 48
 Schafgarbe 98
 Scharlach 196
 Schilddrüsenantikörper 408
 Schilddrüsenüberfunktion 235
 Schilddrüsenunterfunktion 122
 Schimmelpilze 409
 Schlafapnoe 343
 Schlaflosigkeit 106, 116, 230, 268, 330
 Schlafstörungen 189
 Schlafwandeln 187
 Schlaganfall 262
 Schleim 400
 Schleimbatzen 14
 Schleimstoffe 31
 Schluckauf 33, 91, 333
 Schlüsselblume 272
 Schmeißfliegenlarven 207
 Schnittlauch 157
 Schock 264
 Schokoladenhunger 142
 Schöllkraut 322
 Schreckhaftigkeit 225
 Schüchternheit 165
 Schuldgefühle 85
 Schüttelfrost 101
 Schwächezustände 177
 Schwangerschaft 358
 Schwarzgalle 233
 Schwerhörigkeit 155
 Schwindel 130, 236, 299
 Schwindsucht 48
 Schwitzen 238
 Scrophularia nodosa 51
 Seborrhoe 116
 Sectio 362
 Seele 7
 Seelenkraft 399
 Sehschwäche 166, 328
 Selbstentfremdung 400
 Selbstheilungskräfte 363
 Selbstzweifel 257
 Selleriesamen 132
 Sepsis 62
 Seroquel 412
 Sesam 156
 Sexualleben 153
 Shakespeare 29, 247
 Shigella 64
 Siegfried 270
 Sigmadivertikulitis 107
 Signaturenlehre 38, 187
 Sklerodermie 412
 Skoliose 404
 Skorbit 40
 Skrophulose 52
 Sodbrennen 93, 246, 252, 340
 Solarplexus 188
 Solidago virgaurea 181
 Sommerdurchfall 186
 Sommernachtsstraum 272
 Sonnenbrand 188, 213
 Sonnenhut 61
 Sorge 85
 Spannungskopfschmerz 106, 248, 335
 Spargel 240
 Spätschwangerschaft 359
 Spermatorrhoe 69
 Spermienfunktion 217
 Spitzwegerich 54
 Spondylarthritis 342
 Spontane Blutungen 125
 Sprechunlust 228
 Springwurz 44
 Sri Lanka 175
 Standardrezeptur 403
 Staphylokokkenbesiedlung 276
 Steinklee 104
 Stellaria media 121
 Steroide 114
 Stiefmütterchen 28
 Stillzeit 170

Stimmverlust 42, 194
 Stinkender Storchschnabel 200
 Stomatitis 114
 Stottern 233
 Strangurie 59
 Stress 398
 Struma 53
 Stuhlbefechtung 20
 Stupor 317
 Suizidgedanken 404
 Süßholz 112
 Sympthiemedizin 54
 Symphysendehnung 369
 Symphytum officinalis 206
 Syphilis 195, 337

T

Tabak 26
 Tamoxifen 99
 Tanacetum parthenium 334
 Taraxacum officinalis 309
 Tarnkappe 178
 Tatoointfernung 120
 Taubheit 192
 Taubnessel 256
 Tausendgüldenkraut 134
 TBC 58
 Teratogene Wirkung 269
 Teufelshand 338
 Teufelshut 338
 Therapiealternativen 376
 Thuja 68
 Thuja occidentalis 68
 Thujon 318
 Thymus serpyllum 22
 Thymus vulgaris 22
 Thyreotoxikose 265
 Tic 298
 Tilia cordata 269
 Tilia platyphyllos 269
 Tinnitus 262, 297
 Tollwut 134
 Tonsillitis 47
 Toxinelimination 197
 Toxische Hitze 95
 Tranquillizer 267
 Trauer 6
 Trauma 119, 202, 378
 Tremor 120, 330
 Trevilor 412
 Trichomonaden 206
 Trichterbrust 153
 Trifolium pratense 201
 Trigemini 335
 Trigemini neuralgie 191, 412

Trigramm 398
 Triticum repens 34
 Trockenheit im Darm 20
 Trunksucht 24
 TSH-Werte 371
 Tubenkatarrh 328
 Tulasi 173
 Tumor 39, 190
 Tumorbildung 316
 Tussilago farfara 26

U

Übelkeit 129
 Übererregbarkeit 268
 Übergewicht 70, 196
 Unbewusstes 302
 Universum 7
 Unterer Erwärmer 22, 295, 364
 Unterwelt 261
 Unterzungenvenen 358
 Unverdaute Nahrung 22
 Urogenitalsystem 216
 Urteilkraft 225
 Urtica dioica 184
 Urtikaria 30, 363
 Uterus 293
 UterusBlut-Mangel 356
 UterusBlut-Stase 358
 Uterus-Gefäß 354
 UterusKälte-Stagnation 356
 Uterus-Leitbahn 354
 Uterusprolaps 37
 UterusQi-Stagnation 356

V

Valdoxan 71
 Valeriana officinalis 237
 Vampire 249
 Venenschwäche 106
 Venusbad 341
 Verbascum thapsiforme 57
 Verbena officinalis 304
 Verbrennungen 63
 Verdauungsenzyme 252
 Verdauungsschwäche 135, 179
 Verzauberung 51
 Verzeihen 155
 Verzweiflung 331
 Vier-Winde-Öl 61
 Viola tricoloris 28
 Viscum album 261
 Vitiligo 198
 Vogelknöterich 204
 Vogelmiere 121

Volksetymologie 171
 Volksmedizin 171
 Völlegefühl 48, 84
 Vorhautverengung 382

W

Wahnsinn 246
 Walafried Strabo 331
 Walnuss 37
 Wanderröte 341
 Wanderseele 294
 Wangenröte 160
 Wassermünze 109
 Weberkarde 341
 Wegerich 54
 Wegwarte 178
 Wehenschwäche 308
 WeiQi-Mangel 18
 Weißdorn 249
 Wermut 315
 Wetterkerze 57
 Wilde Distel 341
 Wilder Oregano 46
 Wildkräuter 121
 Wille 154
 Windpocken 47, 192
 Wochenbettdepression 225, 265
 Wohlgemut 46
 Wohlriechende Weißwurz 44
 Wollblume 57
 Wundermittel 204
 Wundkraut 98, 325
 Wurzelloser Belag 94

Y

Yin-Mangel 94
 Ysop 279

Z

Zahneindrücke 87, 359
 Zahnende Babys 119
 Zellulitis 48, 111
 Zervixdysplasie 363
 Zervizitis 314
 Zeugung 153
 Ziest 246
 Zimmermannskraut 98
 Zimt 175
 Zingiber officinalis 136
 Zinnkraut 49
 Zirrhose 312
 Zitronen 231

Zornausbrüche 297
 Zystitis 50, 62
 – interstitielle 50