



Die 90 wichtigsten Rezepturen der chinesischen Kräutermedizin

1

Thammavong Online-Ausbildung, 20 Monate, Seminar Q&A 2

Unterschied Ansatz Schulmedizin/ KCM

- Schulmedizin: kausal-analytischer Medizinansatz – Mensch wird durch seine strukturelle Manifestation beschrieben – alle Funktionen und Prozesse werden kausal von der Struktur abgeleitet

dadurch: Körper (Soma) ist die Grundlage (Ursache) für den Geist (Psyche)

- Chinesische Medizin: konditionaler Medizinansatz – Mensch wird als Prozess durch das individuelle Bedingungsgefüge beschrieben – Prozesse und Strukturen befinden sich auf derselben Bedeutungsebene

dadurch: Körper und Geist sind gleichbedeutend

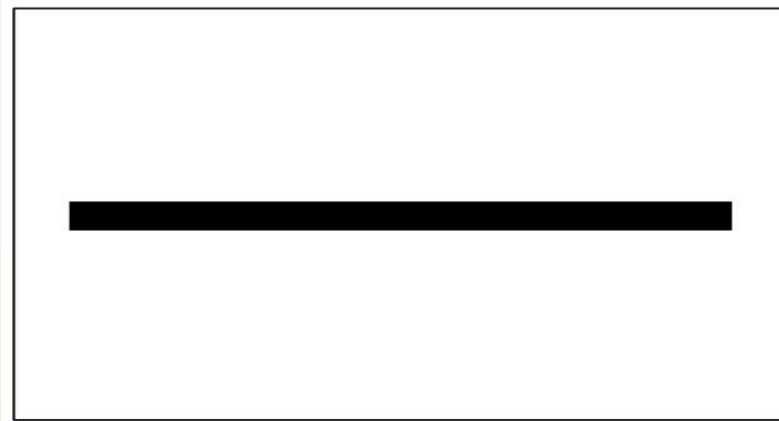
Das erste daoistische Gesetz

Die Gleichzeitigkeit von Sein und Nicht-Sein

Nicht-Begrenzung/Trennung

Nicht-Sein

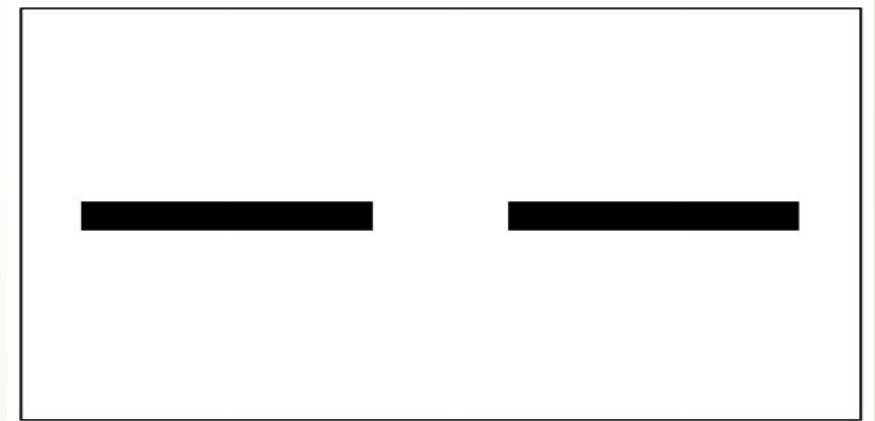
Yang



Begrenzung/Trennung

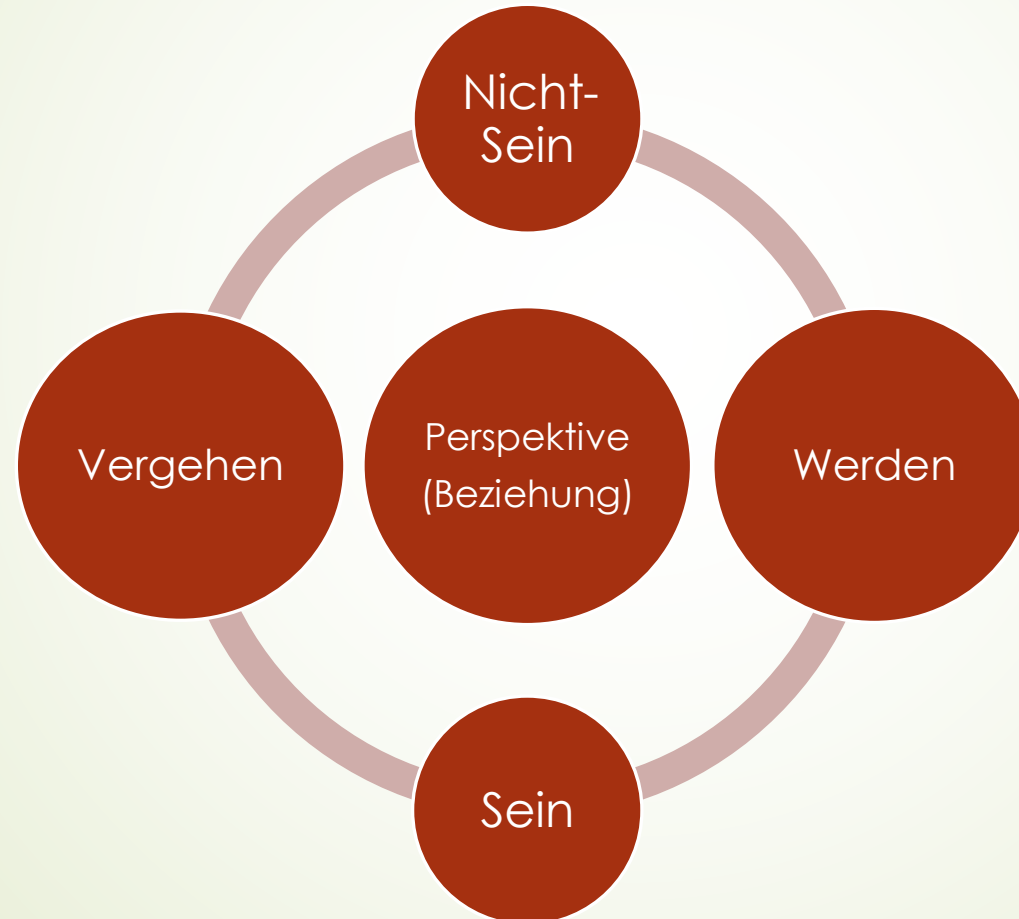
Sein

Yin

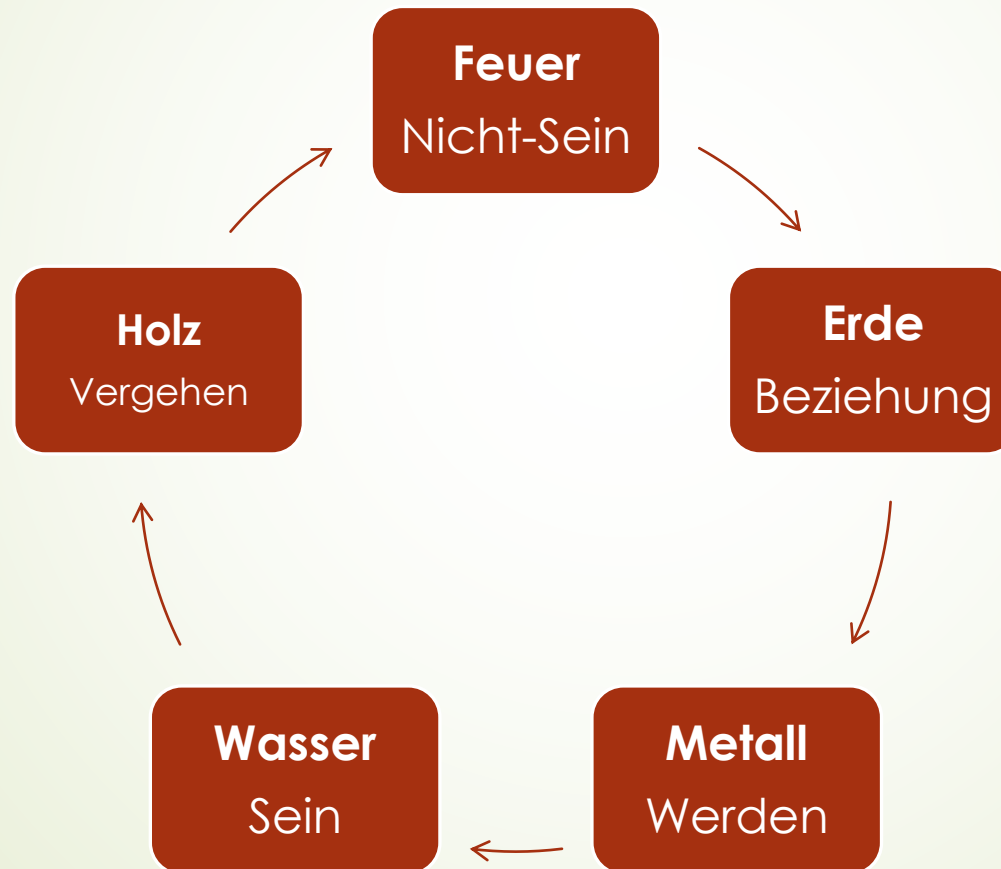


Die konstellierende Perspektive konditional

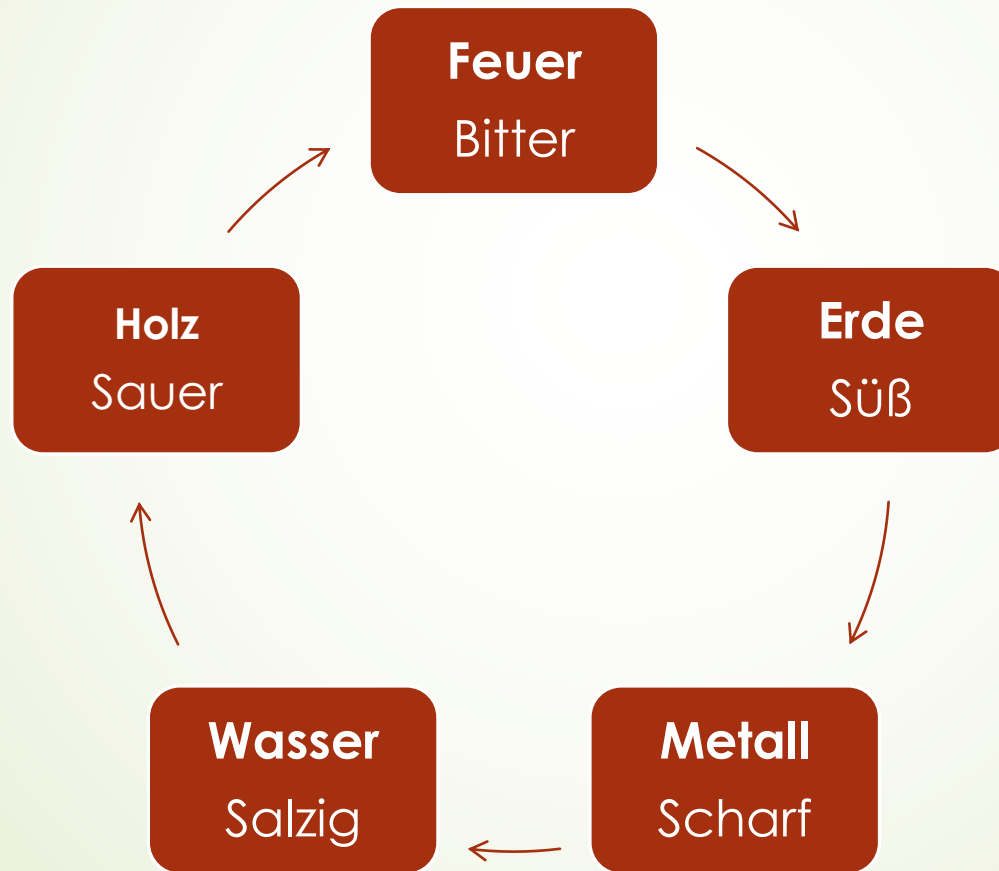
4



Die Perspektive (Beziehung) kausal eingeordnet



Die Beschreibung des Wesens von Nahrung

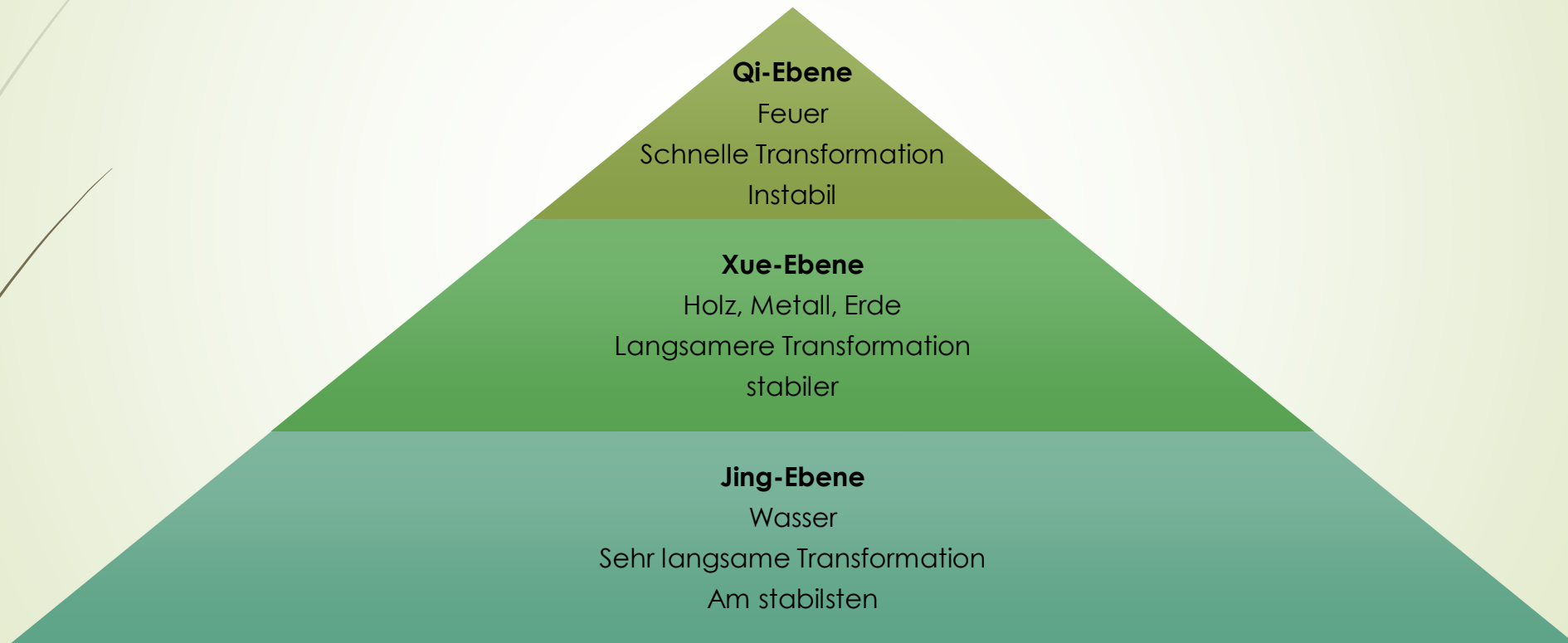


Wu Xing – 5 Wandlungen von Sein und Nicht-Sein eines jeden Systems

- Wasser (relatives Sein): Stabilität von Trennungs- und Verbindungskonstellation
- Feuer (relatives Nicht-Sein): Instabilität von Trennungs- und Verbindungskonstellation
- Holz (relatives Vergehen): vom System weg gerichtetes Vergehen
- Metall (relatives Werden): zum System hin gerichtetes Werden
- Erde (Transformation): Beziehung zu anderen Systemen

Die 3 Ebenen der Transformation

(Verbinden und Trennen)



Unterschiedliche Sicht auf Krankheiten

Schulmedizin: quantifizierbare Abweichung vom strukturellen Modell in kausaler Beziehung zum Symptom

Dadurch:

- Definition von standardisierten Krankheiten
- Kausale Ursachen-Denkweise
- Standardisierung genereller Behandlungsmethoden
- Medikamente entsprechend der Krankheit
- Objektive Belege mit systemischer Abrechenbarkeit

Klassische Chinesische Medizin: subjektive Unzufriedenheit mit dem individuellen Lebensprozess
(Krankheit ist eine Prozess-Stagnation)

Chinesische Diagnostik: Unter welchen Bedingungen läuft dieser Prozess so ab?

Der chinesische Begriff Krankheit (bing) beschreibt das Symptom!

Das konditionale Disharmonie-Muster (bian zheng) mit ben und biao beschreibt Prozessgefüge und Manifestation.

Dadurch:

- Keine definierten Krankheiten (schwierige Abrechenbarkeit im westl. System)
- Sammlung von Symptomen mit unterschiedlichsten Musterhintergründen
- Ursachen sind immer konditional (Bedingungsgruppen)
- Jede Krankheit ist individuell und muss individuell diagnostiziert werden
- Individuelle Behandlung mit individuellen Arzneien (Kräuterformeln, Übungen, Akupunktur, Tuina)



Was ist eine Erkrankung aus Sicht der Klassischen Chinesischen Medizin (KCM)?

Die Stagnation des Anpassungsprozesses von Mensch zur Umwelt

(der prinzipielle Konflikt ist keine „Erkrankung“, sondern erst die Stagnation darin)


Diese Anpassungsmechanismen unterliegen 4 Bedingungsgruppen:

1. Umgebungsfaktoren
2. Lebensweise
3. Emotionen
4. Konstitution und Vitalität



Was ist Gesundheit aus Sicht der KCM?

- Gesundheit ist nicht die Abwesenheit von Krankheit (Konflikt)
- Konflikte sind Ausdruck von Veränderungsnotwendigkeiten
- Veränderung (Anpassung) hinsichtlich: Richtung (Beziehung), Maß und Geschwindigkeit
- Das Ergebnis ist ein Verhältnis aus relativer Stabilität und Veränderung (**Fluss**)



Die Wechselwirkungen des Menschen mit den 4 Bedingungsgruppen ergeben 3 wesentliche Mechanismen der Pathogenese

- ▶ Die Beziehung des Menschen zur Umwelt auf Jing Ebene (Trennungs-/Verbindungskonstellation)
- ▶ Die Kultivierung dieser Konstellation auf Xue- Ebene (Werden/Vergehen)
- ▶ Das individuelle Verhältnis von Vitalität und pathogenen Faktoren als Resultat (Beziehung des Menschen zur Umwelt auf Qi- Ebene)

Disharmonische Stagnationen werden als „Liu Yu“ hinsichtlich ihre **Prozess**-Qualitäten klassifiziert nach:

1. Ebene des Prozesses
2. Wesen des Prozesses
3. Natur des Prozesses

➤ **Qi yu (Ebene)**

- Wei Qi level
- Shao Level
- Zheng Qi Level

➤ **Xue yu (Ebene)**

- Yang Xue
- Xue Xue
- Jing Xue

➤ **Jing yu (Ebene)**

- Yang Jing
- Xue Jing
- Jing Jing

➤ **Shi yu (Wesen)**

➤ **Tan yu (Wesen)**

➤ **Han yu (Natur) / Re yu**

➤ **Nahrungsstagnation**

- Es kann sich immer sekundär eine Re yu ausbilden



Disharmonische Stagnationen werden als „Liu Xie“ hinsichtlich ihre **klinischen Manifestation** klassifiziert nach:

- Feng (Wind)
- Re (Hitze)
- Han (Kälte)
- Shi (Nässe)
- Zao (Trockenheit)
- Tan (Schleim)
- Shu (Sommerhitze)



Eine Diagnose der KCM ermittelt 2 Aspekte:

1. den individuellen disharmonischen Prozess
 2. die relevanten Bedingungen, welche diesen Prozess ermöglichen
- Eine Diagnose der KCM ist also eine individuelle Beschreibung der momentane Prozessrealität
 - Es wird anhand von Zeichen und Symptomen exakt beschrieben, was abläuft. Es dürfen keine Prozesse „angenommen“ werden, die nicht an sauberen Zeichen „bewiesen“ werden können.

Die Diagnose benutzt: Betrachtung, Betasten, Befragung, Hören/Riechen

Das Ergebnis (Befund) wird als: **Disharmonie-Muster** dargestellt

Daraus ergeben sich dann: Strategie und Methodik

Muster der KCM

- ▶ Ein Muster strukturiert und organisiert die Diagnose
- ▶ Das Muster drückt aus:
 - Disharmonische Prozesse
 - entsprechende Ebenen
 - Prioritäten
 - Richtungen
 - Wesen und Natur
 - Symptomatische Manifestationen
 - Bedingungen
- ▶ Auf der Grundlage des Musters wird eine Behandlungsstrategie formuliert.
- ▶ Diese Strategie verknüpft die Wurzelprozesse (ben) mit den Manifestationen. (biao)
- ▶ Die Strategie wird in den Behandlungsmethoden umgesetzt.



Was bewirkt die Einnahme einer Chinesische Kräuterrezeptur aus Sicht der KCM?

- Ziel ist die Auflösung der Prozess- Stagnation hinsichtlich: Richtung, Maß und Zeit
- 1. Kräuter sind wie Nahrung eine Schnittstelle zum Austausch mit der Umwelt
- 2. Kräuter wirken mehr Prozess-korrigierend als nährend. (nähren wirkt stabiler verbindend)
- 3. Kräuter benötigen die 4 Bedingungsgruppen

Wichtig: Kräuter wirken nicht wie Medikamente im Sinne der westlichen Medizin!

Der Aufbau einer klassischen Kräuterformel

- **Kaiser-Ebene (Jun)** Hauptprozesse
- **Minister-Ebene (Chen)**
 - Unterstützt Kaiser
 - Sekundäre Prozesse
- **Assistent-Ebene (Zuo)**
 - Unterstützt Kaiser und Minister
 - Gleicht die harten Aspekte von Kaiser und Minister aus
 - Gegenteiliger Ausgleich in komplexen Mustern
- **Botschafter-Ebene (Shi)**
 - Lenkt Formelwirkung zu spezifischen Ebenen oder Manifestationen
 - Harmonisiert und integriert Kräuter miteinander

Sang Ju Yin

Kategorie: 1.2. Oberfläche befreien von Wind-Hitze

- **Sang Ye** 19,7%; K, kalt, süß, bitter, Atmung, Holz xue, Kat. 1.2.
- **Ju Hua** 7,9%; K, leicht kalt, süß, bitter, Atmung, Holz xue, Kat. 1.2.
- **Lian Qiao** 11,9%, M, leicht kalt, bitter, Holz xue, Wei qi, Shen, Kat. 2.4.
- **Bo He** 6,4%, M, kühl, scharf, aromatisch, Holz qi, Wei qi, Kat. 1.2.
- **Jie Geng** 15,9%, M, neutral, scharf, bitter, Atmung, Thorax, Kat. 6.2.
- **Xing Ren** 15,9%, M, leicht warm, bitter, toxisch, Atmung, Darm, Kat. 6.3.
- **Lu Gen** 15,9%, A, kalt, süß, Atmung, Magen, Harn, Kat. 2.1.
- **Gan Cao** 6,4%, B, neutral, süß, Wu Xing, Kat. 12.1.

Prozesswirkung:

- befreit die Oberfläche und weist Wind-Hitze aus (Anfangsstadium)
- lindert Husten und fördert die ungehinderten Fluss des Atem-Qi

Anwendungsmöglichkeiten:

- Trockener Husten, gelbes Sputum, leichtes Fieber, Durst, trockener Hals, schmerzende Augen

Zunge: weißer Belag

Pulse: shu mai, fu mai

Gegenanzeigen: Wind-Kälte, Innere Hitze

Sang Ye (Folium Mori) Weißes Maulbeeren Blatt

Kategorie: 1.2. **Oberfläche befreien kühl**

Natur: **kalt**

Wesen: **süß, bitter**

Wu Xing: **Holz xue**

Manifestation: **Atmung, Kopf, Wei-Qi**

Prozesswirkung:

- Weist Wind-Hitze aus
- Eliminiert Holz-Hitze und beruhigt aufsteigendes Holz-Yang
- Leicht kühlend auf der Xue-Ebene
- Stoppt bluten

Anwendungsmöglichkeiten:

- Trockener oder produktiver Husten, gelber, zäher Schleim
- Kopfschmerzen, Fieber, Halsschmerzen
- Schwindel, verschwommene Sicht, Augenentzündung
- Erbrechen von Blut

Dosis: 5-15 g

Sang Ye



Ju Hua (Flos Chrysanthemi) Chrysanthemen Blüte

Kategorie: 1.2. **Oberfläche befreien kühl**

Natur: **leicht kalt**

Wesen: **süß, bitter**

Wu Xing: **Holz xue**

Manifestation: **Atmung, Kopf, Wei-Qi**

Prozesswirkung:

- Weist Wind-Hitze aus, mit Fieber und Kopfschmerz
- Beruhigt aufsteigendes Holz-Yang
- Leicht kühlend auf der Xue-Ebene
- kühlt und nährt die Augen

Anwendungsmöglichkeiten:

- Kopfschmerzen, Fieber, Erkältung
- Schwindel, verschwommene Sicht, Augenentzündung, trockene Augen
- trägt Kräuter nach oben

Gegenanzeigen: Durchfall oder Verdauungsprobleme auf Grund Verdauungs-Qi xu

Dosis: 5-15 g

Ju Hua



Lian Qiao (Fructus Forsythiae) Forsythien Frucht

Kategorie: 2.4. **Hitze eliminieren und Hitze-Gift eliminieren**

Natur: **kühl**

Wesen: **bitter, leicht scharf**

Wu Xing: **Holz xue/qi, Feuer**

Manifestation: **Wei-Qi, Shao-Ebene, Zheng Qi**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift, Re Du yu
- Weist Wind-Hitze aus

Anwendungsmöglichkeiten:

- Abszesse, heiße Wunden, geschwollene Lymphe, Geschwüre, Mastitis, heiße Knoten
- Fieber, Halsschmerzen, Kopfschmerzen

Gegenanzeigen: Durchfall auf Grund von Verdauungs-Qi xu, geöffnete Abszesse, kalte Abszesse

Dosis: 6-15 g

Lian Qiao



Bo He (Herba Menthae) Feld Minze

Kategorie: 1.2. **Oberfläche befreien kühl**

Natur: **kühl**

Wesen: **scharf, aromatisch**

Wu Xing: **Wei Qi, Holz Qi,**

Manifestation: **Kopf, Augen, Geist, Atmung**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Wind-Hitze aus Kopf und Augen
- Fördert Hauteruptionen
- entspannt Holz Qi yu

Anwendungsmöglichkeiten:

- Fieber, Kopfschmerzen, Husten, Augenentzündungen, Halsschmerzen,
- Hauteruptionen (Wind-Hitze)
- Seitenschmerz, Brustenge, emotionale Anspannung, menstruale Anspannung

Gegenanzeigen: Yin xu mit Hitze, stillende Mütter

Dosis: 2-6 g

Bo He



Jie Geng (Platycodi Radix) Wurzel der Ballonblume

Kategorie: 6.2. **Wärmen und Schleim-Kälte transformieren**

Natur: **neutral**

Wesen: **bitter, scharf**

Wu Xing: **Qi-Ebene**

Manifestation: **Atmung, Thorax**

Prozesswirkung:

- Öffnet die Brust und befreit die Atmung, lindert Husten
- Bewegt Qi im Thorax
- Fördert das Ausweisen von Schleim aus den Atemwegen
- Fördert die Kehle und Stimme
- Dirigiert die Wirkung anderer Kräuter nach oben

Anwendungsmöglichkeiten:

- Husten, Schleim in der Atmung, Giemen, Halsschmerzen, Stimmverlust
- Husten bei Wind-Hitze und Wind-Kälte in Komb.
- Vereiterte Mandeln, gelber Schleim im Husten, Lungenabszess

Gegenanzeigen: Husten bei Yin xu, Erbrechen von Blut

Dosis: 3-9 g

Jie Geng



Xing Ren (Semen Pruni Armeniacae) Aprikosensamen

Kategorie: 6.3. **Husten und Giemen lindern**

Natur: **leicht warm**

Wesen: **bitter, leicht toxisch**

Wu Xing: **Qi-Ebene**

Manifestation: **Atmung, Thorax, Darm**

Prozesswirkung:

- Bewegt und befeuchtet die Atmung
- Lindert Husten und Giemen, heiß und kalt
- Befeuchtet die Därme und löst den Stuhl

Anwendungsmöglichkeiten:

- Husten, Schleim in der Atmung, Giemen, Asthma
- Verstopfung

Gegenanzeigen: Vorsicht bei kleinen Kindern, Überdosis ist toxisch, besonders roh

Dosis: 3-9 g

Xing Ren



Lu Gen (Phragmitis Rhizoma) Schilf Wurzelstock

Kategorie: 2.1. **Feuer eliminieren**

Natur: **kalt**

Wesen: **süß**

Wu Xing: **Qi-Ebene (Wei, Shao, Zheng)**

Manifestation: **Atmung, Magen, Harn**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze in Atmung und Magen
- Generiert Feuchtigkeit
- Löst Husten mit heißem, gelbem Schleim
- Eliminiert Magen-Hitze
- Eliminiert Hitze im Harn und fördert Harnfluss
- Bringt Hautausschläge nach oben

Anwendungsmöglichkeiten:

- Husten, gelber dicker Schleim, hohes Fieber, Durst, Lungenabszess, Aufstoßen, Übelkeit
- Unruhe, Hitze im Harn, Probleme beim Wasser lassen, Harnwegsinfektionen

Gegenanzeigen: Kälte in der Verdauung auf Grund von Mangel

Dosis: 15-30(60) g

Lu Gen



Gan Cao (Glycyrrhizae Radix) Süßholzwurzel

Kategorie: 12.1. **Qi tonisieren**

Natur: **neutral (roh)**

Wesen: **süß, neutral**

Wu Xing: **Qi-Ebene, Xue-Ebene, Jing-Ebene (besonders Feuer, Erde, Metall)**

Manifestation: **Atmung, Magen**

Prozesswirkung:

- Tonisiert Verdauungsfunktion, tonisiert Qi und etwas Xue
- Tonisiert Atemfunktion, befeuchtet Atmung
- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift, innerlich und äußerlich angewandt
- Lindert Krämpfe und Schmerzen
- Harmonisiert die Charaktere anderer Kräuter, lenkt, moderiert, entgiftet
- wirkt als Antidote für verschiedene toxische Substanzen, innerlich und äußerlich

Anwendungsmöglichkeiten:

- Schwäche, Appetitlosigkeit, Völle, weicher Stuhl, Kurzatmigkeit, trockener oder produktiver Husten
- Geschwüre, Wunden, Krämpfe
- Hauptbotschafter in Kräuterrezepturen

Gegenanzeigen: Fülle-Nässe, zu große Dosis

Dosis: 2-12 g

Gan Cao



Yin Qiao San

Kategorie: 1.2. Oberfläche befreien von Wind-Hitze

- **Jin Yin Hua** 18,0%; K, kalt, süß, bitter, Atmung, Holz xue, Kat. 2.4.
- **Lian Qiao** 17,9%; K, leicht kalt, bitter, Holz xue, Wei qi, Shen, Kat. 2.4.
- **Jie Geng** 10,7%, M, neutral, scharf, bitter, Atmung, Thorax, Kat. 6.2.
- **Niu Bang Zi** 10,7%, M, Kalt, scharf, bitter, Wei qi, Atmung, Kehle, Kat. 1.2.
- **Bo He** 10,7%, M, kühl, scharf, aromatisch, Holz qi, Wei qi, Kat. 1.2.
- **Dan Dou Chi** 8,9%, M, neutral, süß, leicht bitter, Feuer, Atmung, Kat. 1.2.
- **Jing Jie** 7,1%, A, leicht warm, scharf, aromatisch, Wei qi, Haut, Kat. 1.1.
- **Dan Zhu Ye** 7,1%, A, kalt, süß, neutral, Feuer, Magen, Darm, Harn, Kat. 2.1.
- **Gan Cao** 8,9%, A, neutral, süß, Wu Xing, Kat. 12.1.
- (Lu Gen A, kalt, süß, Atmung, Magen, Harn, Kat. 2.1.)

Prozesswirkung:

- befreit die Oberfläche und weist Wind-Hitze aus
- eliminiert Hitze und Hitze-Gift

Anwendungsmöglichkeiten:

- Fieber, mildes Frösteln, Kopfschmerzen, Husten, Halsschmerzen, Durst
- Masern, Enzephalitis, Geschwüre, akute Bronchitis

Zunge: gerötete Spitze, dünner weißer Belag oder gelber Belag

Pulse: shu mai, fu mai

Gegenanzeigen: Nässe-Hitze, Wind-Kälte

Jin Yin Hua (Flos Lonicerae Japonicae) Jap. Heckenkirschenblüte

Kategorie: 2.4. **Hitze eliminieren, Hitze-Gift eliminieren**

Natur: **kalt**

Wesen: **süß**

Wu Xing: **Wei Qi, Shao, Zheng Qi**

Manifestation: **Atmung, UE, Haut**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift
- Weist Wind-Hitze aus
- Eliminiert Nässe-Hitze (shi re yu) vom UE

Anwendungsmöglichkeiten:

- Heiße schmerzhaftes Geschwüre und Schwellungen, bes. Augen, Brust, Kehle, Haut
- Fieber, Halsschmerzen, Kopfschmerzen
- Schmerzhaftes Harn-Hitze, Hitze im Stuhl

Gegenanzeigen: Durchfall oder Verdauungsprobleme auf Grund Verdauungs-Qi xu, Kälte

Dosis: 6-15 g

Jin Yin Hua



Lian Qiao (Fructus Forsythiae) Forsythien Frucht

Kategorie: 2.4. **Hitze eliminieren und Hitze-Gift eliminieren**

Natur: **kühl**

Wesen: **bitter, leicht scharf**

Wu Xing: **Holz xue/qi, Feuer**

Manifestation: **Wei-Qi, Shao-Ebene, Zheng Qi**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift, Re Du yu
- Weist Wind-Hitze aus

Anwendungsmöglichkeiten:

- Abszesse, heiße Wunden, geschwollene Lymphe, Geschwüre, Mastitis, heiße Knoten
- Fieber, Halsschmerzen, Kopfschmerzen

Gegenanzeigen: Durchfall auf Grund von Verdauungs-Qi xu, geöffnete Abszesse, kalte Abszesse

Dosis: 6-15 g

Jie Geng (Platycodi Radix) Wurzel der Ballonblume

Kategorie: 6.2. **Wärmen und Schleim-Kälte transformieren**

Natur: **neutral**

Wesen: **bitter, scharf**

Wu Xing: **Qi-Ebene**

Manifestation: **Atmung, Thorax**

Prozesswirkung:

- Öffnet die Brust und befreit die Atmung, lindert Husten
- Bewegt Qi im Thorax
- Fördert das Ausweisen von Schleim aus den Atemwegen
- Fördert die Kehle und Stimme
- Dirigiert die Wirkung anderer Kräuter nach oben

Anwendungsmöglichkeiten:

- Husten, Schleim in der Atmung, Giemen, Halsschmerzen, Stimmverlust
- Husten bei Wind-Hitze und Wind-Kälte in Komb.
- Vereiterte Mandeln, gelber Schleim im Husten, Lungenabszess

Gegenanzeigen: Husten bei Yin xu, Erbrechen von Blut

Dosis: 3-9 g

Niu Bang Zi (Fructus Arctii Lappa) Große Kletten Samen

Kategorie: 1.2. **Kühle, scharfe Kräuter zur Öffnung der Oberfläche**

Natur: **kalt**

Wesen: **scharf, bitter**

Wu Xing: **Wei Qi-Ebene, Shao Ebene, Zheng Qi-Ebene**

Manifestation: **Atmung, Haut, Darm**

Prozesswirkung:

- Zerstreut Wind-Hitze und fördert die Kehle
- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift
- Ventiliert Ausschläge
- Befeuchtet die Därme

Anwendungsmöglichkeiten:

- Fieber, Husten, geschwollener Hals, Halsschmerzen
- heiße, rote Geschwüre, Mumps, rote akute Hautausschläge
- Anfangsstadium Masern
- Wind-Hitze Verstopfung

Gegenanzeigen: Qi xu und Durchfall, offene Geschwüre

Dosis: 3-9 g

Niu Bang Zi



Bo He (Herba Menthae) Feld Minze

Kategorie: 1.2. **Oberfläche befreien kühl**

Natur: **kühl**

Wesen: **scharf, aromatisch**

Wu Xing: **Wei Qi, Holz Qi,**

Manifestation: **Kopf, Augen, Geist, Atmung**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Wind-Hitze aus Kopf und Augen
- Fördert Hauteruptionen
- entspannt Holz Qi yu

Anwendungsmöglichkeiten:

- Fieber, Kopfschmerzen, Husten, Augenentzündungen, Halsschmerzen,
- Hauteruptionen (Wind-Hitze)
- Seitenschmerz, Brustenge, emotionale Anspannung, menstruale Anspannung

Gegenanzeigen: Yin xu mit Hitze, stillende Mütter

Dosis: 2-6 g

Dan Dou Chi (Semen Sojae) Behandelte Sojabohne

Kategorie: 1.2. **Oberfläche befreien kühl**

Natur: **kalt (warm)**

Wesen: **süß, leicht bitter**

Wu Xing: **Wei Qi, Feuer**

Manifestation: **Kopf, Atmung**

Prozesswirkung:

- Befreit die Oberfläche (Wind-Hitze, Wind-Kälte), auch bei Ben Yin xu
- Beruhigt Unruhe

Anwendungsmöglichkeiten:

- Kopfschmerzen, Fieber, Frösteln
- Unruhe, Ängstlichkeit, Reizbarkeit, Schlafprobleme

Gegenanzeigen: stillende Mütter

Dosis: 6-15 g

Dan Dou Chi



Jing Jie (Schizonepetae Herba) Katzminzekraut

Kategorie: 1.1. **Oberfläche befreien warm**

Natur: **leicht warm**

Wesen: **scharf, aromatisch**

Wu Xing: **Wei Qi, Xue Yang**

Manifestation: **Haut, Atmung**

Prozesswirkung:

- Befreit die Oberfläche von Wind (Wind-Hitze, Wind-Kälte)
- Entstehende Geschwüre und Karbunkel
- Ventiliert Ausschläge und beruhigt Jucken
- Stoppt Bluten (unterstützendes Kraut) Jie Sui Tan

Anwendungsmöglichkeiten:

- Kopfschmerzen, Fieber, Frösteln, Halsschmerzen
- Anfangsstadium Masern, Hauteruptionen, Hautausschläge, Geschwüre, Nesselsucht
- Blut in Harn, Stuhl, Husten, Uterus

Gegenanzeigen: Innerer Wind, Masern im Vollstadium

Dosis: 3-9 g

Jing Jie



Dan Zhu Ye (Lophateri Herba) Bambusblätter

Kategorie: 2.1. **Feuer eliminieren**

Natur: **kalt**

Wesen: **süß, neutral**

Wu Xing: **Feuer**

Manifestation: **Harn, Magen, Darm**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze und beruhigt den Geist und Durst
- Fördert den Harnfluss und eliminiert Nässe-Hitze
- Stoppt Bluten (unterstützendes Kraut) Jie Sui Tan

Anwendungsmöglichkeiten:

- Mundentzündungen, Zahnfleischentzündungen
- spärlicher, schmerzhafter Harn
- Unruhe im Geist

Gegenanzeigen: Vorsicht in der Schwangerschaft

Dosis: 6-9 g

Dan Zhu Ye



Gan Cao (Glycyrrhizae Radix) Süßholzwurzel

Kategorie: 12.1. **Qi tonisieren**

Natur: **neutral (roh)**

Wesen: **süß, neutral**

Wu Xing: **Qi-Ebene, Xue-Ebene, Jing-Ebene (besonders Feuer, Erde, Metall)**

Manifestation: **Atmung, Magen**

Prozesswirkung:

- Tonisiert Verdauungsfunktion, tonisiert Qi und etwas Xue
- Tonisiert Atemfunktion, befeuchtet Atmung
- Eliminiert Hitze und Hitze-Gift, innerlich und äußerlich angewandt
- Lindert Krämpfe und Schmerzen
- Harmonisiert die Charaktere anderer Kräuter, lenkt, moderiert, entgiftet
- wirkt als Antidote für verschiedene toxische Substanzen, innerlich und äußerlich

Anwendungsmöglichkeiten:

- Schwäche, Appetitlosigkeit, Völle, weicher Stuhl, Kurzatmigkeit, trockener oder produktiver Husten
- Geschwüre, Wunden, Krämpfe
- Hauptbotschafter in Kräuterrezepturen

Gegenanzeigen: Fülle-Nässe, zu große Dosis

Dosis: 2-12 g