

# Kräuterformeln zur Stärkung der Abwehrkräfte

Wie wähle ich richtig aus?

## **Andreas Kühne, GQA**

Gründer und Leiter der Thammavong Schule für Klassische Chinesische Medizin, Qigong und Kung Fu seit 1990

Klassische Chinesische Medizin Online Coaching und Konsultationen



# 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



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

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



# Chinesische Kräuterrezepturen zur Prävention von epidemischen Erkrankungen

➤ Welche Strategien der Prävention gibt es?

1. Vitalisierung der Wei- Qi- Ebene (Erde)
2. Regulation der Feuer/Wasser- Achse, Holz/Metall- Prozesse
2. Spezifische Korrektur eines vorhandenen Disharmonie- Musters
3. Vorsorgliche Prozessunterstützung aufgrund konstitutioneller Schwächen

Wichtig: Zur erfolgreichen Anwendung von Kräuterformeln müssen die 4 Bedingungsgruppen beachtet werden! (z.B. regionale Ernährung)

# Rezepturen zur Vitalisierung der Wei Qi-Ebene

## ➤ **Yu Ping Feng San** (Jade Wind Schild Pulver)

Huang Qi 60-180 g

Bai Zhu 60 g

Fang Feng 60 g


Vitalisiert die Wei Qi- Ebene, Tonisiert das Yang Qi

Zunge: blasser Körper, leichter weißer Belag

Puls: Xu, Fu

# Modifikationen von Yu Ping Feng San

- ▶ Hubei Provincial Hospital:  
plus Guan Zhong (Anti Parasiten, Bai Du), Jin Yin Hua, Chen Pi, Pei Lan (Li Shi)
- ▶ Wuhan Union Hospital:  
plus: Bei Sha Shen, Mian Ma Guan Zhong, Lian Qiao, Yu Xing Cao, Jie Geng, Gan Cao, Cang Zhu, Yi Yi Ren, Guang Huo Xiang, Fu Shen
- ▶ KPC: Ji Yu Ping Feng San /New Jade Screen (Fertigpräparat von Herba Natura)  
plus: Bei Sha Shen, Cang Zhu, Gan Cao, Ji Xue Teng
- ▶ Modifiziert wird hauptsächlich hinsichtlich: Nässe transformieren, Hitze-Gift eliminieren/vorbeugen



# Kombinationsrezept von Yu Ping Feng San, Gui Zhi Tang und Si Jun Zi Tang nach Dr. Li Jie

- ▶ Huang Qi 15g
- ▶ Dang Shen 9g
- ▶ Fang Feng 9g
- ▶ Cang Zhu 9g
- ▶ Huo Xiang 9g
- ▶ Gui Zhi 9g
- ▶ Bai Shao Yao 9g
- ▶ Da Zao 5g
- ▶ Sheng Jiang 9g
- ▶ Zhi Gan Cao 6g
- ▶ Xing Ren 9g
- ▶ Lu Gen 12g
- ▶ Fu Ling 9g
- ▶ Jie Geng 6g



# Sekundäre Rezepturen zur Stärkung von Zheng Qi und Yang Xue

- Bu Fei Tang (stärkt Atmung und Wei Qi)
- Shen Ling Bai Zhu San (stärkt Verdauung und Qi, transformiert Nässe)
- Liu Jun Zi Tang (stärkt Verdauung, Qi, transformiert Schleim)
- Li Zhong Wan (wärmt Mitte, stärkt Verdauungs-Qi)
- Sheng Mai San (stärkt Qi, nährt Yin, stabilisiert den Puls)
- Ba Zhen Tang (stärkt Qi und Xue)
- Zhi Gan Cao Tang (stärkt Qi und Xue)
- Dang Gui Bu Xue Tang (stärkt Qi und Xue)
- Xiao Yao San (reguliert Qi, stärkt Qi und Xue)



# Qing Fei Bai Du Tang bei Covid-19

Wann und wie wird sie angewendet?

## **Andreas Kühne, GQA**

Gründer und Leiter der Thammavong Schule für Klassische Chinesische Medizin, Qigong und Kung Fu seit 1990

Klassische Chinesische Medizin Online Coaching und Konsultationen



# 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!

# Stadien der Covid-19 Erkrankung

- 1. **Inkubationsphase:** 2-14 bis zu 27 Tage, milde oder keine Symptome (leichte Erschöpfung, allgemeines Unwohlsein)
- 2. **Milde Erkrankung:** ca. 5-7 Tage, Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Schweregefühl, Körperschmerzen, Völle nach dem Essen, etwas weicher Stuhl
- 3. **Moderate Erkrankung:** ca. 5-7 Tage, Halsweh, trockener Husten ohne Auswurf, leichtes Fieber mit abwechselnd Frösteln oder durchgehendes Fieber mit Abneigung gegen Wärme, Schweregefühl, Gliederschmerzen, möglich ist Durchfall und Brustbeklemmung
- 4. **Schwere Erkrankung:** meist nach 7 Tagen seit Beginn der Erkrankung, plötzliches Ansteigen des Fiebers auf über 39 Grad Celsius, Atemnot, Giemen, 2- 14 Tage, Lebensgefahr
- 5. **Erholungsphase:** Erschöpfung, Trockenheit, leichte Nässe (shi yu)

# Die Basis-Rezeptur: Qing Fei Bai Du Tang

► **Qing Fei Bai Du Tang** (Kläre Lunge, ausleiten Toxin Dekokt)

**Kombination aus den klassischen Formeln:**

Ma Xing Shi Gan Tang: Hitze eliminieren aus der Lunge (Kat. 2.4.)

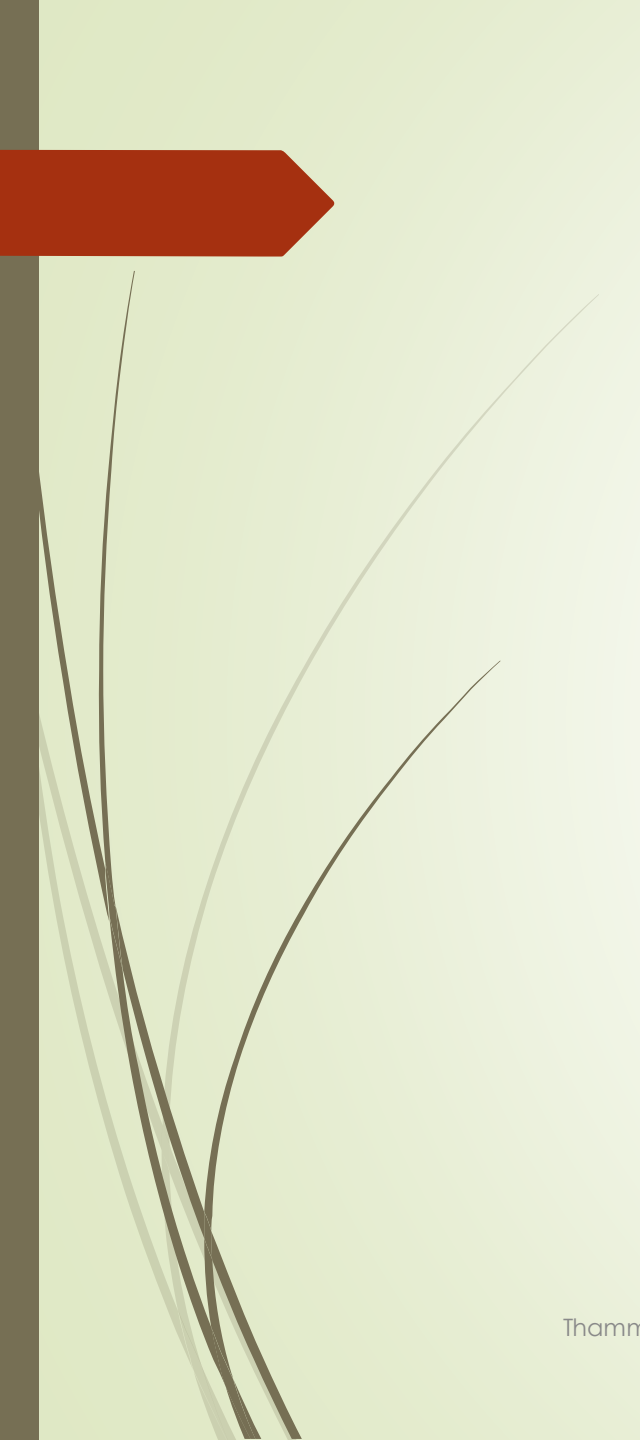
She Gan Ma Huang Tang: Wärmt Atmung, Transformiert kalten Schleim und Flüssigkeiten, Stoppt Husten (Kat. 1.1.)

Xiao Chai Hu Tang: Harmonisiert die Shao- Ebene (Kat. 4.1.)

Wu Ling San: Fördert den Harnfluss und leitet Nässe aus (Kat. 6.1.)

## Qing Fei Bai Du Tang (Kläre Lunge, ausleiten Toxin Dekokt)

- Ephedra Hb (**ma huang**) 9g -> Wind/Kälte, warm, scharf, leicht bitter
- Glycyrrhizae Rx prep (**zhi gan cao**) 6g -> Qi xu, warm, süß
- Pruni Armeniacae Sm (**xing ren**) 9g -> Husten/Schleim, warm, bitter, toxisch
- Gypsum fibrosum (**sheng shi gao**) 15-30g -> Hitze, Feuer, sehr kalt, süß, scharf
- Cinnamomi Ram (**gui zhi**) 9g -> Wind/Kälte, warm, scharf, süß
- Alismatis Rh (**ze xie**) 9g -> Nässe, kalt, süß, neutral
- Polyporus (**zhu ling**) 9g -> Nässe, kühl, süß, neutral
- Atractylodis macrocephalae Rh (**bai zhu**) 9g -> Qi xu, warm, süß, bitter
- Poria (**fu ling**) 15g -> Nässe, neutral, süß, neutral

- 
- *Bupleuri Rx* (**chai hu**) 16 g -> Wind/Hitze, Qi yu, kalt, bitter, scharf
  - *Scutellariae Rx* (**huang qin**) 6g -> Nässe/Hitze, kalt, bitter
  - *Pinelliae Rh* (**ban xia**) 9g -> Schleim/Kälte, warm, scharf, toxisch
  - *Zingiberis Rh Recens* (**sheng jiang**) 9g -> Wind/Kälte, warm, scharf
  - *Asteris Rx* (**zi wan**) 9g -> Husten/Schleim, warm, bitter, süß
  - *Farfaris Fl* (**kuang dong hua**) 9g -> Husten/Schleim, warm, scharf
  - *Belamcandae Rh* (**she gan**) 9g -> Hitze ,Du, Schleim, kalt, bitter
  - *Asari Rx* (**xi xin**) 6g -> Wind/Kälte, warm, scharf
  - *Dioscoreae Rh* (**shan yao**) 12g -> Qi xu, neutral, süß
  - *Auranti immaturus Fr* (**zhi shi**) 6g -> Qi yu, Schleim, kalt, bitter, scharf
  - *Citri reticulatae Peric.* (**chen pi**) 6g -> Qi yu, Nässe, Schleim, warm, scharf, bitter, arom.
  - *Agastachis Hb* (**huo xiang**) 9g -> Nässe, warm, scharf, arom.

# Anwendung von Qing Fei Bai Du Tang

- Muster: Nässe-Schleim blockiert Fließen, eingeschlossene Hitze-Du entstehen
- Strategien: Qing Fei, Li Shi, Hua Tang, Bai Du, Bu Qi, Hua Yu
- Methode: Dekokt, Menge für einen Tag, Gabe: morgens und abends je eine Tasse ca. 30-40 min nach der Mahlzeit, für 3 Tage
- Dünne Reissuppe nach der Einnahme, bei Yin xu /Zao etwas mehr
- Menge von shi gao je nach Fieberstärke anpassen
- Bei Besserung: zweiter 3-tägiger Einnahmezyklus mit modifizierten Kräutern
- Beachten von starkem Yin xu und Hintergrundmustern

# Modifikationen von Qing Fei Bai Du Tang

ma huang: Platycodi Rx / **jie geng** (Tan/Han, neutral, scharf, bitter, Oberkörper), **sheng jiang** (Feng/Han, warm, scharf, Shang/Zhong Jiao)

kuang dong hua: Trichosanthis Fructus (**gualou**) 18g (Tan/Re, kalt süß, bitter, Atmung)

xi xin: Cynanchi Stautonii Rh (**bai qian**) 9g (Tan/Han, leicht warm, scharf, süß, Atmung)





# Long Covid- Nachbehandlung

Zur Beachtung:

- Immer individuelles Muster bearbeiten
- Überstandenes Covid- Muster beachten
- Konstitution bedenken
- Ernährung mit einbeziehen
- Übungen zur Unterstützung
- Klimazone und Jahreszeit
- Atemtraining



# Fallbeispiel mit Folgerezepturen 1

- Ze Xie 9
- Zhu Ling 9
- Bai Zhu 9
- Huang Qi 9
- Fu Ling 12
- Chai Hu 9
- Huang Qin 12
- Zhi Zi 9
- Ban Xia 6
- Chuan Xiong 9
- Dang Gui 14
- Shan Yao 5
- Zhi Shi 9
- Huo Xiang 8
- Dang Shen 5
- Tu Si Zi 5
- Zhi Gan Cao 5



## 2

- ▶ Dang Gui 14
- ▶ Chuan Xiong 6
- ▶ Huang Qi 12
- ▶ Bai Zhu 9
- ▶ Cang Zhu 8
- ▶ Fu Ling 8
- ▶ Zhu Ling 8
- ▶ Suan Zao Ren 9
- ▶ Chai Hu 6
- ▶ Chen Pi 6
- ▶ Huang Jing 5
- ▶ Bai Shao Yao 8
- ▶ Shu Di Huang 5
- ▶ Zhi Shi 9
- ▶ Tu Si Zi 6
- ▶ Zhi Zi 9
- ▶ Zhi Gan Cao 5

# Verwendete Quellen:

- ▶ Dan Bensky & Randall Barolet/ Formulas & Strategies
- ▶ Dan Bensky, Andrew Gamble & Steven Clavey/ Materia Medica
- ▶ Andrew Ellis/ Notes from South Mountain
- ▶ Zhang Enqin/ Shanghai College of TCM Publishing House
- ▶ Philippe Sionneau, Lü Gang/ The Treatment of Disease in TCM

[www.nhc.gov.cn](http://www.nhc.gov.cn)

[www.ctca.center](http://www.ctca.center)

## Acknowledgments:

- Prof. Dr. Zhong Sheng He, Xian
- Dr. Michael Tierra, CA
- Prof. Dr. Wang, Beijing

**Bestellung** von KP Formeln und Einzelgranulate bei: [www.herba-natura.eu](http://www.herba-natura.eu)