



Die 90 wichtigsten Rezepturen der chinesischen Kräutermedizin

1

Liu Wei Di Huang Wan & Si Ni Tang

Thammavong Online-Ausbildung, 20 Monate, Seminar-Monat 9/2

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

Liu Wei Di Huang Wan (6 Zutaten mit Rehmannia Pille)

Kategorie: 8.4. Yin tonisieren und nähren

- **Shu Di Huang** 32,0%, K, leicht warm, süß, Xue Jing, Holz, Wasser, Kat. 12.2.
- **Shan Zhu Yu** 16,0%; M, leicht warm, sauer, süß, Jing, Xue, Kat. 13
- **Shan Yao** 12,1%; M, neutral, süß, Erde, Metall, Wasser, Kat. 12.1.
- **Mu Dan Pi** 10,0%, A, leicht kalt, scharf, bitter, Xue, Kopf, Kat. 2.2.
- **Fu Ling** 9,7%, A, neutral, süß, neutral, Erde, Verdauung, Geist, Kat. 4
- **Ze Xie** 12,0%; A, kalt, neutral, süß, Xia Jiao, Harn, Kat. 4

Liu Wei Di Huang Tang ist eine Modifikation von **Jin Gui Shen Qi Wan** (Qian Yi)

Plus Wu Wei Zi: **Du Qi Wan**

Plus Gou Qi Zi und Ju Hua: **Qi Ju Di Huang Wan**

Plus Zhi Mu und Huang Bai: **Zhi Bai Di Huang Wan**

Plus Mai Men Dong und Wu Wei Zi: **Ba Xian Chang Shou Wan**

Plus Ci Shi, Shi Chang Pu, Wu Wei Zi: **Er Long Zuo Ci Wan**

Prozesswirkung:

- Nährt Wasser Yin und beseitigt Leere-Hitze
- Stabilisiert und nährt Wasser bei verzögerter Kindes-Entwicklung
- Balanciert das Yin-Nähren mit Nässe-Regulation

Anwendungsmöglichkeiten:

- Schwindel, Tinnitus, Nachtschweiß, nächtliches Wasserlassen, Schwäche im unteren Rücken, trockener Mund, 5-Flächenfieber, Durchschlafprobleme, Degenerations-Probleme, Diabetes
- Fontanelle schließt spät, abendliche Unruhe, Bettnässen, Weinen, Angst

Liu Wei Di Huang Tang reguliert Steigen und Sinken in Bezug auf das Sinken!
Bu Zhong Yi Qi Tang in Bezug auf das Steigen!

Zunge: verringerter Belag, roter Körper,

Pulse: xi mai, shu mai

Gegenanzeigen: Verdauungsschwäche, verstärkter Zungenbelag

Shu Di Huang (Rehmanniae Rx. prep.) gekochte Rehmania Wurzel

Kategorie: 12.2. **Xue Ebene tonisieren**

Natur: **leicht warm**

Wesen: **süß**

Wu Xing: **Xue Jing Ebene, Holz, Wasser**

Manifestation: **Jing, Knochen**

Prozesswirkung:

- Tonisiert die Xue Jing Ebene
- Nährt das Yin, besonders Wasser Yin und Holz Yin
- Nährt Xue Ebene in Richtung Jing Ebene

Anwendungsmöglichkeiten:

- Blässe, Schwindel, Palpitationen, Schlafprobleme, Anämie, menstruale Schwäche
- Tinnitus, Nachtschweiß, Durchschlafprobleme, Schwäche von Rücken, Knie, nächtliches Wasserlassen, Durst, Diabetes, Hautprobleme
- Entwicklungsprobleme bei Kindern (R6), Alterungsprobleme, Impotenz, Gedächtnisverlust, Heilungsprobleme

Gegenanzeigen: Qi yu, Tan yu, Verdauungsschwäche, shi yu, schwer verdaulich

Dosis: 9-30 g

Shu Di Huang



Shan Zhu Yu (Corni Fructus) Asiatische Kornelkirsche

Kategorie: 13 **Stabilisieren und binden**

Natur: **leicht warm**

Wesen: **sauer, (süß, scharf)**

Wu Xing: **Wasser, Holz**

Manifestation: **Jing-Ebene, Jing Qi, Xue Jing**

Prozesswirkung:

- Stabilisiert die Jing-Ebene, das Jing Qi und das Wasser Yin/Yang
- Stabilisiert Yang Qi- Kollaps (z.B. nach Schock)
- Unterstützt die Tonisierung von Wasser und Holz (Yin und Yang)

Anwendungsmöglichkeiten:

- Häufiges Wasserlassen, Inkontinenz, Impotenz, Uterus-Bluten, starkes Schwitzen
- Schwindel, Rückenschmerz, Schwäche, Knieschwäche, Tinnitus, Herzklopfen, Unruhe

Gegenanzeigen: Shi Re yu, Schwierigkeiten beim Wasserlassen

Dosis: 6-12 g

Shan Zhu Yu



Shan Yao (Dioscoreae Rhizoma) Chinesische Yams-Wurzel

Kategorie: 12.1. **Qi tonisieren**

Natur: **neutral**

Wesen: **süß, leicht sauer**

Wu Xing: **Qi- Ebene, Jing- Ebene**

Manifestation: **Verdauung, Xia Jiao**

Prozesswirkung:

- Tonisiert das Qi der Verdauung und nährt (Nahrungs-Kraut)
- Tonisiert das Atem-Qi und unterstützt das Yin der Atmung
- Tonisiert das Qi auf der Jing- Ebene und stabilisiert das Jing

Anwendungsmöglichkeiten:

- Durchfall, spontanes Schwitzen, Erschöpfung, Appetitlosigkeit
- Chronischer Husten, Giemen, Atemschwäche
- Diabetes, häufiger Harndrang, Spermaverlust, vaginaler Ausfluss

Gegenanzeigen: nicht allein nehmen bei Shi yu und Völle im Abdomen

Dosis: 9-30 g, 60-240 g

Shan Yao



Mu Dan Pi (Moutan Cortex) Paeonienwurzelrinde

Kategorie: 2.2. **Xue-Ebene kühlen**

Natur: **leicht kalt**

Wesen: **scharf, bitter**

Wu Xing: **Xue-Ebene**

Manifestation: **Haut, Seiten, Augen**

Prozesswirkung:

- Eliminiert Hitze von der Xue-Ebene
- Eliminiert Hitze bei Yin xu
- Bewegt Xue-Ebene und löst Stagnationen auf (Xue yu)
- Eliminiert aufsteigendes Holz- Feuer
- Eliminiert Eiter und reduziert Schwellungen

Anwendungsmöglichkeiten:

- Nasenbluten, Blut im Sputum, Blut unter der Haut, Hitze in Menstruation
- Hitzewallungen, besonders nach Hitze-Erkrankung der Xue Ebene, Hitze in der Nacht und Kühle am Morgen, besonders gut bei Abwesenheit von Schwitzen
- Xue yu Muster in Menstruation, abdominale Massen, Knoten, oder auch Schwellungen nach traumatischen Verletzungen
- Kopfschmerzen, Augenschmerzen, Seitenschmerzen, Hitzewallungen
- Darm- Abszesse, äußerlich auch für Wunden

Gegenanzeigen: Schwangerschaft, starkes Schwitzen (Tu Si Zi, Chuan Bei Mu, Da Huang)

Dosis: 6-12 g

Mu Dan Pi



Fu Ling (Poria) Wolfporia, Hoelen

Kategorie: 4 **Nässe ausweisen**

Natur: **neutral**

Wesen: **süß, neutral**

Wu Xing: **Erde**

Manifestation: **Verdauung, Geist**

Prozesswirkung:

- Fördert den Harnfluss und zieht Nässe heraus
- Fördert die Verdauung und den ME bei Qi xu
- Fördert die Transformation von Nahrung und wandelt Schleim um
- Beruhigt und nährt den Geist

Anwendungsmöglichkeiten:

- Schwierigkeiten Wasser zu lassen, Durchfall, Ödeme, trüber Urin bei shi re
- Appetitlosigkeit, weicher Stuhl, Durchfall, Blähungen
- Palpitationen, Kopfschmerzen, Schwindel, dicker schmieriger Zungenbelag
- Palpitationen, Schlaflosigkeit, Vergesslichkeit, Unruhe

Gegenanzeigen: bei häufigem Harndrang und Yang xu

Dosis: 9-15 g

Fu Ling



Ze Xie (Alismatis Rz.) Froschlöffelknolle

Kategorie: 4 **Nässe ausweisen**

Natur: **kalt**

Wesen: **süß, neutral**

Wu Xing: **Xia Jiao, Wasser**

Manifestation: **Harn**

Prozesswirkung:

- Fördert den Harnfluss und zieht Nässe aus dem Körper
- Eliminiert Leere-Feuer auf der Wasser-Ebene

Anwendungsmöglichkeiten:

- Schwierigkeiten Wasser zu lassen, Ödeme, schmerzhafter Harn, tröpfelnder Harn, Hitze im Harn
- Nässe-Hitze, die das Wasser- Yang erregt
- Sicherheitsanwendung bei Tonisierung des Wasser-Yang

Gegenanzeigen: Nässe-Kälte, Yang Qi xu

Dosis: 6-9 g

Ze Xie



Si Ni Tang (4 Gegenläufig Suppe)

Kategorie: 7.3. Innere Kälte wärmen/Inaktives Yang retten

- ▶ **Zhi Gan Cao** 50%, A, warm, süß, Wu Xing, Xue, Kat. 12.1.
- ▶ **Gan Jiang** 33,3%; M, heiß, scharf, Zhong Yang, Verdauung, Kat.11
- ▶ **Fu Zi** 16,7%; K, sehr heiß, scharf, toxisch, Wasser/Feuer-Yang, Kat. 11

Si Ni San: Extremitäten sind kalt, weil Holz qi yu das qi im Inneren bindet!

Si Ni Tang: Extremitäten sind kalt, weil das Yang schwach ist!

Plus Ren Shen: **Si Ni Jia Ren Shen Tang**

Prozesswirkung:

- Stärkt das Yang der Jing-Ebene und der Mitte
- Reguliert den Zusammenhang zwischen Xia Jiao Yang und Zhong Jiao Yang
- Reguliert Steigen und Sinken
- Unterstützt Feuer Yang

Anwendungsmöglichkeiten:

- Extrem kalte Extremitäten, Kälte, Schlafsucht, Lethargie, Erbrechen von unverdauter Nahrung, kalte Bauchschmerzen, kein Durst
- Durchfall, Antriebslosigkeit, Bewusstseins-Schwäche
- Chronische und plötzliche Yang Qi-Schwäche
- Bei starken Ödemen: Zhen Wu Tang

Zunge: blasser Körper, weißer, schlüpfriger Belag

Pulse: xi mai, xu mai, chen mai

Gegenanzeigen: Echte Hitze/ Falsche Kälte, nicht für längere Einnahme
Plus Bai Zhu und Bai Shao Yao kann Einnahmezeit verlängern

Zhi Gan Cao (Glycyrrhizae Radix) Süßholzwurzel gebacken in Honig

Kategorie: 12.1. **Qi tonisieren**

Natur: **warm**

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, bewegt 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
- Herzklopfen, Herzstolpern

Gegenanzeigen: Fülle-Nässe, zu große Dosis

Dosis: 2-12 g

Zhi Gan Cao



Gan Jiang (Zingiberis Rhizoma) Getrocknete Ingwerwurzel

Kategorie: 11. **Das Innere Wärmen und Kälte vertreiben**

Natur: **Heiß**

Wesen: **scharf**

Wu Xing: **Erde, Metall, Zhong Yang**

Manifestation: **Atmung, Verdauung**

Prozesswirkung:

- Wärmt die Mitte und weist Kälte aus (und auch Nässe)
- Stellt Yang wieder her (besonders Zhong Yang) und weist innerer Kälte aus
- Wärmt die Atmung und transformiert Nässe und trocknet Schleim
- Reduziert Toxizität andere Kräuter, besonders Fu Zi und Ban Xia (Kombi mit Fu Zi)
- Wärmt das Fließen bei Kälte yu im Qi

Anwendungsmöglichkeiten:

- Kälte in der Verdauung durch innere Schwäche oder pathogenen Befall
- Kälte-Schwäche mit kalten Extremitäten und xu mai
- Husten mit wässrigem, weißem Sputum
- Einblutungen und Blutungen durch Kälte yu, kalte Extremitäten, blasses Gesicht, chen mai

Gegenanzeigen: Schwangerschaft, Hitze

Dosis: 3-9 g

Gan Jiang



Fu Zi (zhi) (Aconiti Radix lateralis) Eisenhutseitenwurzel

Kategorie: 11. **Das Innere Wärmen und Kälte vertreiben**

Natur: **sehr Heiß**

Wesen: **scharf, toxisch**

Wu Xing: **Wasser Yang, Feuer Yang**

Manifestation: **Öffnungen, innere Yang**

Prozesswirkung:

- Belebt Yang wieder und reguliert Yang-Kollaps
- Fördert Wärme und Zirkulation, bewegt sehr effektiv Stillstand
- Aktiviert Yang aller 3 Jiao und Ebenen
- Wärmt und stimuliert alle Prozesse

Anwendungsmöglichkeiten:

- Yang Schwäche, extreme Yang Qi xu, Kälte blockiert Yang, Kältegefühl, Ohnmacht
Durchfall, nach schweren Verlust durch Durchfall, Schwitzen, Erbrechen
- Stagnationen, festsitzende Muster, etablierte Stagnationen, Han Bi, Schmerzen
- Stagnation in Muskeln, Bändern, Sehnen, Transformationsprozessen, Öffnungen

Gegenanzeigen: Schwangerschaft, Leere-Hitze, Fülle-Hitze, muss lange gekocht werden

Dosis: 1,5-15 g

Fu Zi unbehandelt: Sheng Fu Zi

Fu Zi



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

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