

# Chinesische Arzneimittel



## Teil 5

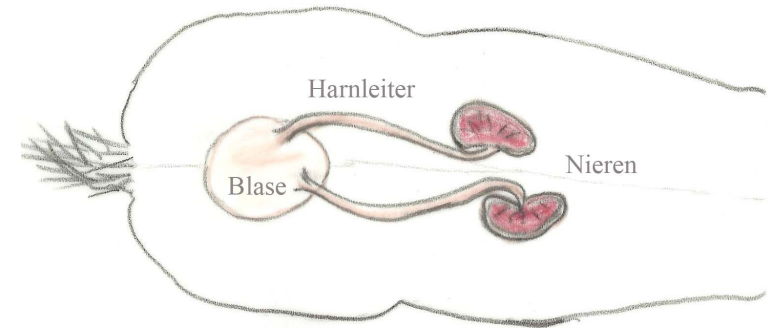
Inhaltsverzeichnis	
Nieren Tonika	3
Jin Gui Shen Qi Wan-Kidney Pill from the golden Cabinet	4
Sheng Di Huang – 生地黄 – Rehmanniae radix – Rehmannia Wurzel	7
Shan Zhu Yu – 山茱萸 – Corni fructus – Hartriegelfrüchte	8
Shan Yao – Dioscorae oppositae radix – Yamswurzelknollen	9
Ze Xie – 泽泻 – Alismatis rhizoma – Froschlöffelwurzelstock	10
Mu Dan Pi – Moutan cortex radix –Strauchpäonienwurzelrinde	11
Fu Ling – 茯苓 – Poriae sclerotium cocos albae – Kokospilzmycel	12
Gui Zhi – 桂枝 – Cinnamomi ramulus – Zimtbaumzweige	13
Fu zi – 附子 – Aconiti radix lateralis praeparata – Eisenhutwurzel	14
Yi Yi Ren Tang-Coicis Semen Dekokt	15
Ma Huang – 麻黄 – Ephedrae herba – Meerträubel	18
Gui Zhi – 桂枝 – Cinnamomi ramulus – Zimtbaumzweige	19
Dang Gui – 当归 – Angelica sinensis radix – Chinesische Engelwurz	20
Bai Shao – 白芍 – Paeoniae lactiflorae alba – Weiße Pfingstrosenwurzel	21
Cang Zhu – 苍术 – Atractylodis Rhizoma – Speichelkrautwurzelstock	22
Yi Yi Ren – 薏苡仁 – Coicis semen – Hiobstränensamen	23
Gan Cao – 甘草 – Glycyrrhizae radix – Süssholzwurzel	24
Sheng Jiang – 生姜 – Zingiberis Rhizoma Recens – Frische Ingwerwurzel	25
Knochen Stase Formel nach Tina Doxtader	26
Sehnen und Bänder Formel nach Tina Doxtader	27

## Nieren Tonika

Yin: **Zuo Gui Wan** – Pille die die linke Niere wiederherstellt

Yang: **You Gui Wan** – Pille die die rechte Niere wiederherstellt

In der TCM bezeichnet man die Nebenniere, auch als die „Feuer-Niere“. Der Ausdruck Feuer deutet dabei auf das Yang hin. Gemeint ist damit das Adrenalin, welches ein starkes „Yang-Hormon“ ist und uns in Sekundenschnelle voll aktiv und kampfbereit macht.



### **Kann man „Jin Gui Shen Qi Wan“ auch beim Nieren-Yin-Mangel geben?**

Jin Gui Shen Qi Wan ist die Pille aus dem goldenen Schrein, man findet sie unter den Yang tonisierenden Rezepturen.

Man kann sie auch bei Nieren Yin Mangel geben. Das kommt zum Einen daher dass, beim Nieren Yin, bzw. Yang Mangel immer beide betroffen sind.

Man kann sich die Nieren Energie wie eine Batterie vorstellen: Minus kann nicht ohne Plus existieren. Bei einem Tier besteht dann, je nach Fall x Prozent Yin, bzw. x Prozent Yang Mangel gleichzeitig. Bei der Auswahl der Arznei achtet man nun darauf den Zustand des Körpers genau zu erfassen und die passende Rezeptur herauszusuchen.

Zum Anderen kann die Nieren Pille aus dem goldenen Schrein auch bei Yin Mangel gegeben werden, weil sie auf Liu Wei Di Huang Wan basiert. Das ist eine Arznei zur Tonisierung von Leber und Nieren Yin. Dieser Rezeptur wurden lediglich die beiden wärmenden Mittel, Gui Zi und Fu Zhi, hinzugefügt.

## Jin Gui Shen Qi Wan-Kidney Pill from the golden Cabinet

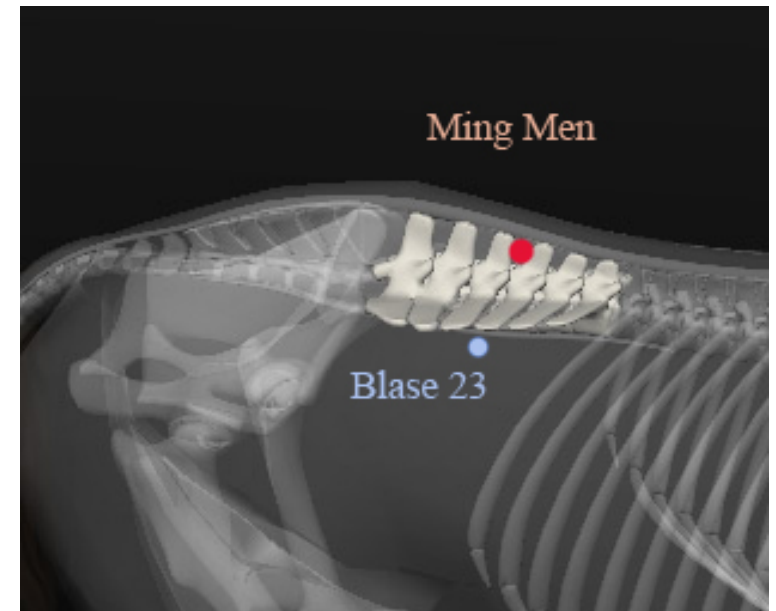
**Art der Formel:** Nieren Tonika

**Chinesische Diagnosen:** Nieren Yang Mangel, Nieren Yang Mangel mit überschießendem Wasser

**Zunge:** blass bis blau, feucht, gedunsen

**Puls:** tief, dünn, schwach

**Symptome des Patienten:** Kalte Lendenpartie, Rückenschmerzen im untern Rücken, Hinterhandschwäche, schwache Knie, kalte Ohren, Polyurie, Inkontinenz, periphere Ödeme, Diabetes, Schilddrüsenunterfunktion, Cushing Syndrom, Unfruchtbarkeit, Nephritis, Nierenversagen, Proteinurie, Bandscheibenerkrankungen, Asthma, wenig Energie, angelaufene Hinterbeine



**Anwendung bei:** Wärmt und tonisiert das Nieren Yang, stärkt Ming-Men

**Pharmakologische Wirkungen:** Anti-Aging Wirkung, Immunstimulierend, Erhöht die Tätigkeit der Hirnanhangsdrüse und des Hypothalamus

**Humanstudien:** Besserung bei Asthma, Harninkontinenz, Lumbalgie

**Nicht anwenden bei:** Leere Hitze, Trächtigkeit, Appetitmangel, weichem Kot, Durchfall, Milz und Magen Leere

**Anwendungsdauer:** Etwa sechs Monate

**Modifikationen:** Zahlreiche Modifikationen, je nach Erkrankung

**Sonstiges:** Nur gering toxisch

**Punkte:** Blase 23, Niere 3, Niere 7, Lenker 4, Milz 9



## Jin Gui Shen Qi Wan-Kidney Pill from the golden Cabinet

### Rezeptur

Sheng Di Huang	Radix Rehmannia	Braunwurz Wurzel	24 gr
Shan Zhu Yu	Fructus Cornis	Hartriegel Früchte	12 gr
San Yao	Rhizoma Dioscoreae	Yamswurzel	12 gr
Ze Xie	Rhizoma Alismatis	Froschlöffelwurzelstock	9 gr
Mu Dan Pi	Cortex Moutan	Strauchpaeonienwurzelrinde	9 gr
Fu Ling	Poria	Kokospilz	9 gr
Gui Zhi	Ramulus Cinnamomi	Zimtweige	3 gr
Fu Zi	Radix Aconiti lat. Praeparata	Aconit	3 gr



## Sheng Di Huang – 生地黃 – Rehmanniae radix – Rehmannia Wurzel

Die frische, unbehandelte Rehmannia-Wurzelknolle hat eine kalte Temperatur und wird meist zur Ableitung von Hitze verwendet.

**Wörtliche Übersetzung:** Gelbheit der Erde

**Eigenschaften:** kalt, bitter, süß

**Leitbahnen:** Herz, Leber, Niere

**Anwendung:** Yin nähren (Körpersäfte fördern), klärt Hitze, kühlt Blut, stärkt das Herz

**Wirkrichtung:** tief

**Dosierung:** 9 g bis 30 g

**Therapeutische Wirkungen:** Verbesserung der Herzfunktion, Senkung des Blutzuckerspiegels, harntreibend, mildes Abführmittel, antibiotisch, stillt Blutungen, unterstützt die Leber

**Erfolgreiche Studien:** Entzündungshemmende Wirkung im Versuch belegt. Endokrinologisch erhöht Sheng di huang die Plasma-Kortikoid Werte.

**Sonstiges:** Nicht bei Verdauungsschwäche anwenden. Nicht bei Patienten anwenden, die an Qi-oder Yang Mangel von Milz und Magen leiden. Durch seine süßen/nährenden/kalten Eigenschaften kann es Stagnation und Feuchtigkeit im Mittleren Erwärmer verursachen.



## Shan Zhu Yu – 山茱萸 – Corni fructus – Hartriegelfrüchte

**Wörtliche Übersetzung:** Saures Bergkraut, Wilde Dattel

**Eigenschaften:** sauer, leicht warm

**Leitbahnen:** Niere, Leber

**Anwendung:** Leber und Nieren Mangel, Nieren Yang Mangel, Nieren Jing Mangel, übermäßiges Schwitzen durch Yin Mangel



**Wirkrichtung:** absenkend

**Dosierung:** 6g bis 12g

**Therapeutische Wirkungen:** Harninkontinenz oder Polyurie, Harnträufeln, Tinnitus, verschwommenes Sehen, Impotenz,

**Erfolgreiche Studien:** diuretische Wirkung, entzündungshemmend, antibiotisch

**Sonstiges:** Bei Hitze im unteren Erwärmer kontraindiziert.



## **Shan Yao – Dioscorae oppositae radix – Yamswurzelknollen**

**Wörtliche Übersetzung:** Bergmedizin

**Eigenschaften:** süß, neutral

**Leitbahnen:** Lunge, Milz, Nieren

**Anwendung:** Nährt Milz- und Magen Yin, tonisiert Qi, tonisiert Nieren Yin

**Wirkrichtung:**

**Dosierung:** 10g bis 30g maximal 250 g im Dekokt

**Therapeutische Wirkungen:** Energiemangel

**Erfolgreiche Studien:** Bringt Energie in den Magen Darmtrakt

**Sonstiges:** Wechseljahresarznei



## Ze Xie – 泽泻 – *Alismatis rhizoma* – Froschlöffelwurzelstock

**Wörtliche Übersetzung:** Sumpfrinne

**Eigenschaften:** süß, mild, kalt

**Leitbahnen:** Niere, Blase

**Anwendung:** Reguliert die Wasserzirkulation, leitet Feuchtigkeit aus, kühlt Hitze, stärkt die Milz, eliminiert Mangel Feuer aus den Nieren, leitet feuchte Hitze der Leber aus

**Wirkrichtung:** absenkend

**Dosierung:** 3g bis 15g

**Therapeutische Wirkungen:** antibakteriell, blutdrucksenkend, reduziert den Blutzucker- und Cholesterinspiegel, harntreibend

**Erfolgreiche Studien:** Schwindel und Gleichgewichtsstörungen, sowie Tinnitus aufgrund von Schleim wurden erfolgreich behandelt.

**Sonstiges:** Eine Kombination mit Diuretika kann zu hohem Flüssigkeitsverlust führen!



## **Mu Dan Pi – Moutan cortex radix –Strauchpäonienwurzelrinde**

Die rohe Wurzel wird bevorzugt um Hitze im Blut zu behandeln. Bei stockendem Blut wird die Wurzel angebraten. Zur Blutstillung kommt die Wurzel jedoch in gerösteter, verkohlter Form zur Anwendung.

**Wörtliche Übersetzung:** Pi = Schale

**Eigenschaften:** Bitter, scharf, kühl

**Leitbahnen:** Herz, Leber Nieren

**Anwendung:** hitze klären, Blut kühlen→ leitet die Hitze ab und kühlt das Blut  
Yin Mangel Hitze, kräftigt das Blut, beseitigt Blutstockungen, leitet aufsteigendes Leberfeuer ab, Hitze stört den Chong Mai

**Wirkrichtung:** absenkend

**Dosierung:** 6 g-12 g

**Therapeutische Wirkungen:** behandelt das Gefühl von Knochendampf, nächtliches Fieber, Einblutungen durch Hitze, Verletzungen des Bewegungsapparates mit Entzündung und Schmerzen→ mit weiteren Arzneien kombinieren.

**Erfolgreiche Studien:** antibakteriell, antiallergisch, entzündungshemmend, schmerzstillend, blutdrucksenkend, beruhigend

**Sonstiges:** Nicht in der Trächtigkeit oder bei Durchfall anwenden.



## Fu Ling – 茯苓 – *Poriae sclerotium cocos albae* – Kokospilzmycel

Poria ist ein Pilz mit sehr hartem, weissem Mycel. Er wird zwischen Juli und Oktober ausgegraben und über mehrere Trocknungsvorgänge von seinem Wassergehalt befreit.

**Eigenschaften:** süß, mild, neutral

**Leitbahnen:** Herz, Milz, Nieren

**Anwendung:** Leitet Feuchtigkeit aus, Milz und Herz Qi Mangel, beruhigt den Shen

**Wirkrichtung:** absenkend

**Dosierung:** 10 g–15 g

**Therapeutische Wirkungen:** fördert den Harnabsatz, wirkt sedierend, bakteriostatische Wirkung, antineoplastische Wirkung bei Tumoren, kräftigt den Körper, auch in Begleitung zur Chemotherapie, beruhigend und den Blutzuckerspiegel senkend, lindert Druckgefühl im Magen, Durchfall, Husten mit Auswurf

**Erfolgreiche Studien:** Reduzierung von Ödemen, Immunstimulation

**Sonstiges:** Nicht mit anderen Diuretika kombinieren. Bei sehr hohen Gaben Erhöhung der weißen Blutkörperchen.



## Gui Zhi – 桂枝 – Cinnamomi ramulus – Zimtbaumzweige

**Wörtliche Übersetzung:** Zimtbranche

**Eigenschaften:** warm, süß, scharf

**Leitbahnen:** Herz, Lunge, Blase

**Anwendung:** Öffnet die Oberfläche, Wind-Kälte zerstreudend, Äußere Fülle und Wind Kälte, verbessert die Zirkulation des Yang-Qi, macht Leitbahnen und Kollateralen frei

**Dosierung:** 3 g bis 9 g

**Therapeutische Wirkungen:** antiviral, antibakteriell, antimykotisch, schmerzstillend, harntreibend, beseitigt Verdauungsstörungen und Blähungen, verbessert die Funktion des Herzens

**Erfolgreiche Studien:** Gute Resultate bei der Behandlung von Frostbeulen.

**Sonstiges:** Die Zweige wärmen das Äußere, die Rinde, Rou Gui (Cinnamomi cortex) wirkt dagegen auf die zentralen Körperregionen und ist die heißere der beiden chinesischen Arzneien.



## Fu zi – 附子 – Aconiti radix lateralis praeparata – Eisenhutwurzel

Wird generell bearbeitet verkauft, da die unbehandelte Version sehr giftig ist. Die Arznei wird 30-60 Minuten vorgekocht, bevor andere Arzneien dazukommen.

**Wörtliche Übersetzung:** Anhängsel

**Eigenschaften:** scharf, heiß, wirkt tief

**Leitbahnen:** Herz, Milz, Niere

**Anwendung:** Stellt erschöpftes Yang wieder her, Herz, Nieren, Milz Yang Mangel, tonisiert Yang und Feuer, vertreibt Kälte und Feuchtigkeit, lindert Schmerz

**Dosierung:** 3 g – 15 g  
(Dosierung entsprechend der Konstitution)

**Sonstiges:** Vorsicht giftig, ist Verschreibungspflichtig. Nebenwirkungen beruhen auf Überdosierung oder unsachgemäßer Zubereitung. Nicht in der Schwangerschaft. Nicht bei Yang Fülle und Yin Mangel anwenden.

**Zeichen einer Überdosierung:** Speichelfluss, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Benommenheit, verschwommenes Sehen, Mundtrockenheit, Taubheitsgefühle, verlangsamter Puls, erschwerte Atmung,...



## Yi Yi Ren Tang-Coicis Semen Dekokt

Umfassende Medizin nach Meister Zhang aus dem Jahr 1695

**Art der Formel:** Wind-Feuchtigkeit vertreibende Rezeptur, macht Leitbahnen und kollaterale frei

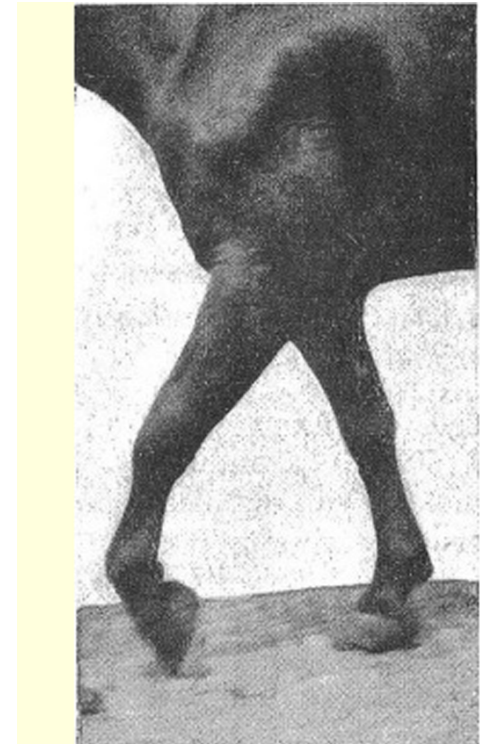
**Chinesische Diagnosen:** Bi Zheng = schmerzhaftes Blockade Syndrom

**Zunge:**

**Puls:**

**Symptome des Patienten:** Nervenlähmungen, taube Extremitäten, Schwellungen, Entzündungen, Schmerzen in den Gelenken

**Anwendung bei:** Wind, Kälte, Feuchtigkeit, Qi Stärkung, regt die Blutzirkulation an, Verschlechterung durch Wetterwechsel



**Anwendung bei:** Arthritis, Rheuma, Nephritis, Lungenödem und Pleuritis, Tendinitis, Tendovaginitis, Gonitis, Gelenkentzündungen, Myositis, Autoimmunerkrankungen, akute Hufrehe, Knochen Bi, Hitze Bi, Steifheit und Schmerzen

**Nicht anwenden bei:** ---

**Anwendungsdauer:**

**Modifikationen:** Bei Schwitzen wird Shi Gao (Gips), bei Hitze Huang Bo (Phellodendri Cortex), bei Kälte Aconit, hinzugefügt.

**Sonstiges:** Diese Formel wird häufig für das Bi- Syndrom verwendet, das nicht auf die Behandlung anspricht oder im akuten Stadium unsachgemäß behandelt wurde und chronisch wird. Die Formel wird gerne mit anderer schmerzlindernder oder Hitze/Feuchtigkeit ausleitender Formel kombiniert.

**Punkte:** Ah-shi-Punkte





## Yi Yi Ren Tang-Coicis Semen Dekokt

### Rezeptur

Ma Huang	Ephedrae herba	Meerträubel	2,4 gr
Gui Zhi	Cinnamomi ramulus	Zimtbaumzweige	2,4 gr
Dang Gui	Angelika sinensis radix	Chinesische Engelwurz	4,5 gr
Bai Shao Xi	Paeoniae lactiflorae alba	Weißer Pfingstrosenwurzel	4,5 gr
Cang Zhu Ban und Chao mit Hei Zhi Ma	Atractylodis Rhizoma	Speichelkrauterdspross	3 gr
Yi Yi Ren Pao	Coicis Semen	Hiobstränensamen	30 gr
Zhi Gan Cao	Glycyrrhizae radix		2,1 gr
Sheng Jiang	Zingiberis Rhizoma Recens		7 Scheiben 4,5 gr

## Ma Huang – 麻黄 – Ephedrae herba – Meerträubel

Die enthaltenen Ephedra-Alkaloide, die in Form und Charakter Amphetaminen ähneln, besitzen pharmakologische Eigenschaften: Ephedra-Kraut wirkt gefäßverengend, kreislaufstimulierend, blutdrucksteigernd, zentral erregend, stark entwässernd, appetitdämpfend und krampflösend auf die Bronchien.

**Wörtliche Übersetzung:** Gelber Hanf

**Eigenschaften:** scharf, leicht bitter

**Leitbahnen:** Lunge, Blase

**Anwendung:** Wind Kälte Erkrankungen mit äußerer Fülle, zerstreut Kälte, reguliert die Wasserzirkulation und lindert Ödeme

**Dosierung:** 1,5 g – 10 g, Höchstdosis 20-25 gr

**Therapeutische Wirkungen:** krampflösend, antibakteriell, antiviral, schweißtreibend, harntreibend, fiebersenkend, bei exzessiven oberflächlichen Syndromen, bei Wind-Kälte, fördert die Schweißbildung, regt die Harnbildung an, lindert Keuchatmung

**Erfolgreiche Studien:** Wird gut resorbiert, Spitzenkonzentration im Blutplasma 1-2 Stunden nach Einnahme

**Sonstiges:** Verschreibungspflichtig! Vorsicht bei Qi- und Yin Mangel.

Nicht in der Schwangerschaft und bei schwachen Tieren. Eventuell ersetzen durch Aconit und Gui Zhi. Bei Überdosierung wird der Sympatikus stimuliert. Es kommt zu Symptomen wie: Erregung und Ruhelosigkeit, Schlaflosigkeit, Übelkeit, Erbrechen, erhöhter Blutdruck, Herzrhythmusstörungen, epileptische Anfälle,...



## Gui Zhi – 桂枝 – Cinnamomi ramulus – Zimtbaumzweige

**Wörtliche Übersetzung:** Zimtbranche

**Eigenschaften:** warm, süß, scharf

**Leitbahnen:** Herz, Lunge, Blase

**Anwendung:** Öffnet die Oberfläche, Wind-Kälte zerstreudend, Äußere Fülle und Wind Kälte, verbessert die Zirkulation des Yang-Qi, macht Leitbahnen und Kollateralen frei

**Dosierung:** 3 g bis 9 g

**Therapeutische Wirkungen:** antiviral, antibakteriell, antimykotisch, schmerzstillend, harntreibend, beseitigt Verdauungsstörungen und Blähungen, verbessert die Funktion des Herzens

**Erfolgreiche Studien:** Gute Resultate bei der Behandlung von Frostbeulen.

**Sonstiges:** Die Zweige wärmen das Äußere, die Rinde, Rou Gui (Cinnamomi cortex) wirkt dagegen auf die zentralen Körperregionen und ist die heißere der beiden chinesischen Arzneien.



## Dang Gui – 当归 – *Angelica sinensis radix* – Chinesische Engelwurz

**Wörtliche Übersetzung:** Zustand der Rückkehr

**Eigenschaften:** Süß, scharf, warm

**Leitbahnen:** Herz, Leber, Milz

**Anwendung:** Tonisiert das Blut, Herz- und Leber Blut Mangel, belebt die Blutzirkulation/lindert Schmerzen, zerstreut Blut Stagnation

**Dosierung:** 5 g – 10 g

**Therapeutische Wirkungen:** Lindert Kälte Bauchschmerzen, nährt das Blut, anregen der Durchblutung, den Darm befeuchten und den Stuhl bewegen (abführen). Weitere Wirkungen: antibakteriell, schmerzstillend, entzündungshemmend, kreislauffördernd, senkt den Cholesterinspiegel, stärkt die Leber, beruhigt, reich an Folsäure und Vitamin B 12

**Erfolgreiche Studien:** Besserung nach Schlaganfall, Anstieg der Phagozytoseaktivität=Immunstimulierend

**Sonstiges:** Wichtiges Bluttonikum. Nicht während der Trächtigkeit anwenden. Nicht bei Fülle Zuständen oder Yin Mangel mit Hitze oder Milz Schwäche mit Diarrhö.



## **Bai Shao – 白芍 – Paeoniae lactiflorae alba – Weiße Pfingstrosenwurzel**

Wichtiger Blut-Beweger. Shao Yao bezeichnet die Weiße und die Rote Pfingstrose, welche zwei Varianten der gleichen Spezies darstellen. Die chinesischen Namen beziehen sich nicht auf die Farbe der Blüten, sondern auf die Farbe der Wurzeln.

**Wörtliche Übersetzung:** Weiße Päonie

**Eigenschaften:** Bitter, sauer, kühl

**Leitbahnen:** Leber, Milz

**Anwendung:** Nährt und bewegt Blut, bewahrt das Yin, Leber Blut Mangel, Leber Yang und Wind besänftigen

**Dosierung:** 5 g bis 10 g

**Therapeutische Wirkungen:** Macht die Leber weich und lindert Schmerzen, Gynäkologische Erkrankungen, entzündungshemmend, krampflösend, schmerzstillend, blutdrucksenkend, gerinnungshemmend, harntreibend, senkt den Cholesterin- und den Blutzuckerspiegel

**Erfolgreiche Studien:** ZNS beruhigend, hemmender Einfluss auf die glatte Darm- und Uterusmuskulatur

**Sonstiges:** Kontraindiziert bei Yang Mangel und Kälte. Unverträglich mit Li Lu (Veratri Radix et Rhizoma). Wegen seiner adstringierenden Natur bei unvollständig ausgebrochenen Ekzemen durch äußeren Wind ungeeignet.



## Cang Zhu – 苍术 – *Atractylodes Rhizoma* – Speichelkrautwurzelstock

**Wörtliche Übersetzung:** Graue Wurzelknolle, graue Essenz

**Eigenschaften:** warm, bitter, scharf

**Leitbahnen:** Milz, Leber, Magen

**Anwendung:** Feuchtigkeit trocknen, Milz stärken, Qi stützen, Wind klären, Oberfläche lockern

**Dosierung:** 3 g -10 g

**Therapeutische Wirkungen:** Behandlung von Wind Krankheiten am Kopf, Gelenkschmerzen durch Feuchtigkeit, fördert die Schweißbildung, behandelt Fieber, verstärkt die Ausscheidung von Kalium- und Natriumsalzen ohne harntreibende Wirkung

Verbessert das Sehen, dafür wird es zusammen mit der Nahrung zubereitet.

**Erfolgreiche Studien:** Prophylaxe gegen Infektionen und Atemwegserkrankungen.

**Sonstiges:** Der Rauch hat antiseptische Eigenschaften. Nicht bei Yin Schwäche, spontanen Schweißausbrüchen durch Wei Qi Mangel oder Durchfall anwenden. Verstärkt die Wirkung von Omebrazol. Nicht mit Antibiotika oder Diuretika kombinieren.



## Yi Yi Ren – 薏苡仁 – Coicis semen – Hiobstränensamen

Süßes Stärkungsmittel, welches den Sehnen hilft, sich zusammenzuziehen und zu strecken. Ähnlich wie Perlgrauen wird es auch zur Zubereitung von Suppen und Eintöpfen verwendet.

**Weitere Namen:** Christustränensamen

**Eigenschaften:** kühl, süß

**Leitbahnen:** Milz, Magen, Lunge, Dickdarm

**Anwendung:** Stärkt die Mitte, leitet Feuchtigkeit und Hitze (Eiter) aus, klärt Toxine, Feuchtigkeitsansammlungen aufgrund von Milz Schwäche, tritt mit kühlender Wirkung in die Lungen LB ein, Dickdarmsstörungen mit Blut oder Eiter, leitet Feuchtigkeit aus der Muskulatur aus

**Dosierung:** 10 g – 30 g

**Therapeutische Wirkungen:** Behandelt Lungen- oder Darmabszesse, reinigt den Darm von Ablagerungen tierischer Nahrungsmittel und Fetten, behandelt Durchfall

**Erfolgreiche Studien:** Sehr hilfreich bei Akne

**Sonstiges:** Nicht in der Trächtigkeit geben!



## Gan Cao – 甘草 – Glycyrrhizae radix – Süssholzwurzel

**Wörtliche Übersetzung:** Süßes Kraut

**Eigenschaften:** süß, neutral

**Leitbahnen:** Milz, Magen, Lunge, Herz

**Anwendung:** Tonisiert die Mitte, unterstützt das Qi, befeuchtet die Lunge, klärt Hitze, eliminiert Toxine

**Dosierung:** 3-10 gr

**Therapeutische Wirkungen:** antibakteriell, entzündungshemmend, krampflösend, galletreibend, lindert Husten, senkt den Blutdruck

**Erfolgreiche Studien:** Innerliche und äußerliche Anwendung bei Wunden

**Sonstiges:** Harmonisiert andere Arzneidroge (neutralisiert z.B. die Toxizität von Fu Zi).





## Sheng Jiang – 生姜 – Zingiberis Rhizoma Recens – Frische Ingwerwurzel

Wird bei Erkältungen im Anfangsstadium verwendet

**Wörtliche Übersetzung:** Frischer Ingwer

**Eigenschaften:** warm, scharf

**Leitbahnen:** Lunge, Milz, Magen

**Anwendung:** Zerstreut Wind-Kälte, entlastet die Oberfläche und leitet Schwitzen ein, wärmt die Mitte, löst Stagnation im Darm

**Wirkort:** Mittleres- und oberes Calorium

**Dosierung:** 3 g - 10 g

**Therapeutische Wirkungen:** gegen Übelkeit und Erbrechen, krampflösend, antiseptisch, kreislauffördernd, schweißtreibend, schleimlösend, lindert Blähungen und Verdauungsstörungen

**Erfolgreiche Studien:** Schützt das Verdauungssystem, indem es die Bildung von Schleimhäuten fördert. Sehr effektiv bei Vergiftungen durch Meeresfrüchte.

**Sonstiges:** Nicht bei Patienten mit Yin Mangel und spontanem Schwitzen anwenden.



## Knochen Stase Formel nach Tina Doxtader

Mu Gua	Chaenomelis	Chinesische Quittenfrucht	Beseitigt Leitbahnblockade, lindert Schmerzen
Yan Hu Suo	Corydalis	Lerchensporn Wurzelstock	Belebt Blut, lindert Schmerzen
Gu Sui Bu	Drynaria	Dynaria Wurzelstock	Tonisiert und stärkt die Knochen
Chuan Xiong	Ligusticum	Szechuan Liebstockel Wurzelstock	Aktiviert Blut, lindert Schmerzen
Hong Hua	Carthamus	Färberdistelblüte	Klärt Blut Stase, lindert Schmerzen
Gui Zhi	Cinnamomum	Zimtzwige	Wärmt die Leitbahnen, tut der Vordergliedmaße gut
Sang Zhi	Morus	Zweig des weißen Maulbeerbaumes	Klärt Wind Hitze, tut der Vordergliedmaße gut
Chuan Niu Xi	Cyathula	Cyathula Wurzel	Stärkt die Knochen, tut der Hintergliedmaße gut
Chi Shao Yao	Paeonia	Rote Pfingstrosenwurzel	Nährt Leber Yin und Blut
Mo Yao	Myrrhe	Myrrhe Harz	Aktiviert Blut, lindert Schmerzen
Ru Xiang	Olibanum	Weihrauch Harz	Aktiviert Blut, lindert Schmerzen

## Sehnen und Bänder Formel nach Tina Doxtader

Lycium	Gou Qi Zi	Bocksdornfrüchte (Nachtschattengewächs)	Nährt Leber Yin/Niere/Jing, klärt Augen
Ligusticum	Chuan Xiong	Szechuanliebstockel-Wurzelstock	Bewegt Blut, beseitigt Stagnation
Paeonia	Bai Shao Yao	Weißer Pfingstrosenwurzel	Qi bewegen bei Schmerzen
Cornus	Shan Zhu Yu	Kornelkirschenfrüchte/Hartriegel	Yin/Jing stärkend Leber/Niere, adstringierend
Acantopanax	Wu Jia Pi	Stachelpanaxwurzelrinde	Stärkt Bänder und Sehnen, Feuchte/Wind ausleiten, stärkt wie Ginseng
Cyathula	Chuan Niu Xi	Ochsenkniewurzel (Fuchsschwanzgewächs)	Stärkt Nieren und Knie
Rehmannia	Shu Di Huang	Braunwurzwurzel	Nährt Blut und Yin
Psoralea Semen	Bu Gu Zhi	Asphaltkleesamen	Yang/Qi stützend
Epimedium	Yin Yang Huo	Elfenblumenkraut	Nährt Nieren Yang und Yin
Angelica	Dang Gui	Chin. Engelwurzwurzel	Xue nährend und bewegend
Mori Ramulus	Sang Zhi	Maulbeerzweige	Beruhigt die Beine, Macht Leitbahn frei, leitet Hitze, Wind und Feuchte aus
Cinnamomum	Gui Zhi	Zimtrinde	Wärmt, aktiviert Leitbahnen