

## Inhalt

Inhalt .....	1
Einführung in den Arzneimittelkurs von Dr. Gunter Neeb .....	2
<u>1. Einführung in die chinesische Arzneimitteltherapie:</u> .....	2
Kleine Geschichte der chinesischen Medizin .....	2
Stand und Vorteile der Arzneimitteltherapie: .....	7
<u>2. Anwendung, Dosierung, Kombination und Zubereitung der Arzneikräuter.</u> .....	8
<u>Zubereitungsformen</u> .....	8
<u>Praktisches Vorgehen</u> .....	9
<u>Beschreibung der Einzeldrogen</u> .....	10
Thermik = Qi der Arznei .....	10
Geschmack, sapor= Wei der Arznei .....	11
Kombinationen von Geschmack und Thermik .....	13
Wirkrichtungen .....	13
<u>Arzneiklassen</u> .....	14
Rezepturerstellung .....	14
Die 18 Arzneigruppen oder Rezepturklassen .....	14
Rezepturbeispiel aus der Klasse der Qi-Bewegenden Rezepturen: .....	16
<u>ABC Der Arzneimittel und Zubereitungen</u> .....	17
<u>A. Pflanzenteil</u> .....	17
<u>B. Preparationen</u> .....	18
<u>C. Formel</u> .....	19
<u>Mnemotechnische Verfahren zum besseren Lernen der Arzneien und ihrer Wirkung</u> .....	32
Bedeutung der Arzneigruppen .....	36
<u>Qi –Tonisierende Arzneien : Konzept</u> .....	36
Einzelne Arzneien nach Arzneigruppen .....	37
<u>Pharmakologie der Qi-Tonisierenden Arzneien</u> .....	37
<u>Qi-Tonisierende Arzneien</u> .....	39
Weitere Qi-Tonika (optional) .....	44
<u>Blut nährende Arzneien : Konzept</u> .....	46
Pharmakologie der Blut nährenden Arzneien .....	47
<u>Blut nährende Kräuter</u> .....	49
<u>Weitere Blut-nährende Arzneien (optional)</u> .....	53
<u>Fälle aus der Praxis:</u> .....	54
<u>Hier: Milz-Leere mit Hitze-Nässe bei Yin-Leere</u> .....	54
<u>LITERATUREMPFEHLUNGEN:</u> .....	58

## **Einführung in den Arzneimittelkurs von Dr. Gunter Neeb**

Herzlich willkommen zum Arzneimittelkurs, Teil Eins. Bevor es mit dem Skript, das Ihnen ca. vier Wochen vor dem aktuellen Kurs vorliegt richtig losgeht, zunächst ein paar Worte zum Ablauf des Kurses:

Bitte nehmen Sie sich die Zeit, das Skript in Ruhe durchzulesen, der Kursinhalt baut darauf auf und Wiederholungen sollten soweit wie möglich vermieden werden. Die im Einzelnen in den Skripten vorgestellten Arzneien werden NICHT ALLE im Kurs besprochen, stattdessen werden im Kurs jeweils aus jeder Gruppe die ca. 8-12 wichtigsten Arzneien vorgestellt. Insgesamt gibt es in China 45.000 von welchen max. 10% in großen Chinesischen Apotheken und 1% in Europa erhältlich sind. Auch dies wären 450 Arzneien, die das Maximalwissen eines erfahrenen und weit fortgeschrittenen Therapeuten umfasst. Doch es geht in diesem Kurs nicht nur um Wissen, sondern auch um Praxis, Erfahrung und Anwendung, daher beschränken wir uns auf die wesentlichsten Arzneien, es sei denn es wird nach den anderen gefragt oder es besteht ein besonderes Interesse an den hier zusätzlich als Referenz gelisteten Arzneien.

Wie Sie sicher wissen, gibt es 361 Normpunkte und ca. 100-150 (je nach System) extrameridiane Punkte in der Akupunktur. In der alltäglichen Praxis kommen jedoch in China wie auch bei uns ca. 120 am Häufigsten zur Anwendung. Und schnelle Anwendung ist eines der Ziele dieses Kurses.

Bedeutet dies, dass die „Tiefe“ oder Qualität dabei geopfert werden muss? Zum Glück nicht, denn diese Skripte können Sie immer wieder lesen und Ihr Wissen auch nach dem Kurs Schritt für Schritt vertiefen. Ferner werden hier Hinweise und Beispiele zu mnemotechnischen Verfahren gegeben, die Ihnen trotz der knappen Zeit im Praxisalltag die Erarbeitung des Stoffes erleichtern werden (siehe Kapitel Mnemotechnische Verfahren).

Nach jedem Kurs werden kurze Fragebögen verteilt, die Ihnen das bisher erlernte Verständnis und – zu Ihrer eigenen Kontrolle – auch Ihre Wissenslücken aufzeigen sollen (denn perfekt ist keiner von uns). Zu jedem jeweiligen Kursbeginn der acht Wochenenden werden dann noch offene Fragen des letzten Kurses beantwortet.

Sie werden feststellen, wie schnell sich das Erlernte in der Praxis anwenden lässt, ohne das man auf Fertigprodukte wie Patentformeln zurückgreifen muss. Denn beim Rezeptieren in der Chinesischen Medizin ist es wie mit dem Kochen: Wer die Prinzipien versteht, kann individuell und kreativ kombinieren, statt auf Konserven, Kochbücher und Fertiggerichte zurückzugreifen. Daher wird es in diesem Kurs nicht notwendig sein, auch nur eine einzige Formel auswendig zu lernen!

In diesem Sinne wünsche ich uns allen viel Spaß mit der Chinesischen Arzneimitteltherapie.

## **1. Einführung in die chinesische Arzneimitteltherapie:**

### **Kleine Geschichte der Chinesischen Medizin**

Am Anfang stand der Schamanismus und die Zauberei, mit der die Dämonen der Krankheit ausgetrieben wurden. Der legendäre Shen Nong, der göttliche Landmann, probierte hier ein Kraut und da eine Pflanze und was ihn nicht umbrachte, das machte ihn nur noch stärker. Seine Erfahrungen wurden am Ende der Zhou-Dynastie, vor über 2000 Jahren von unbekanntem Autoren im *Shen Nong Ben Cao Jing* zusammengestellt. Damals wurden Arzneien nur nach Geschmack, Temperatur und Wirkung eingeteilt. Die Gliederung in den Leitbahn-Tropismus erfolgte erst über 1000 Jahre später.

Im ersten Jahrtausend vor der Zeitenwende kamen die 100 philosophischen Schulen daher und versuchten die „Streitenden Reiche“ mit ihren Ideen zu beeinflussen. Darunter waren auch Lao-Zi und Kong-Zi, die verschiedene Ansätze hatten. Doch es gab auch solche, die sich statt mit

Politik, mit der persönlichen Entwicklung befassten und brachten die Vorläufer des Qi-Gongs, die Yin-Yang-Theorie des Yijing (I-King) und die Lehre der fünf Wandlungszustände und die kallisthenischen Übungen (Dao Yin). Die frühen Taoisten sahen die künstliche Lebensverlängerung noch als unnatürlich an, und Zhuang-Zi lächelte über die Leute, die den Bären und das Reh nachmachen, um länger zu leben.

In der manuellen Therapie kannte man 11 Leitbahnen und viele Punkte, an welchen meist durch blutiges nadeln die Gifte und Pathogene entfernt wurden. Die Perikardleitbahn war noch nicht entdeckt/erfunden, doch die Steinsplitter der Urahnen waren inzwischen den Metallnadeln aus Eisen, Silber und Gold gewichen.

Die Bescheidenheit gebot es, Bücher nicht unter dem eigenen Namen zu veröffentlichen, sondern einem berühmten Altvorderen zuzusprechen, wie es außer bei Shen Nongs *Materia Medica* auch mit dem äußeren und dem inneren Klassiker des Gelben Kaisers (Huang Di *Wai Jing* und *Nei Jing*) geschah, der ersten Kompilation verschiedener Theorien der Volksmedizin. Es enthielt von Theorie, über Pulsdiagnose, Akupunktur, gesunde Lebensweise bis hin zu 12 Rezepturen alle Bereiche des damaligen medizinischen Wissens. Unsere heutige Ausgabe wurde erst fünf Jahrhunderte später neu geordnet und kommentiert, so dass wir nicht wissen, wie das damalige *Nei Jing* aussah.

Auch gingen viele Bücher, darunter auch das *Wai Jing* (der Äußere Klassiker) im Laufe der Jahrhunderte verloren, und manche tauchten bei Ausgrabungen später wieder auf, wie die *Wushier Fang* (52 Rezepturen), die *Shiyijing* (11 Meridiane), u. a.

Am Ende der Zhou-Dynastie, die in Wahrheit längst zerfallen war, einte Qin Shi-Huang, der erste Kaiser von China mit eiserner Hand das zerstrittene Land, und führte einheitliche Maße und Standards ein. Leider wurden auf seinen Befehl hin auch viele Bücher verbrannt, allerdings keine medizinischen (was ihn uns aber auch nicht sympathischer macht...).

Darauf folgte die Han-Dynastie, die den großen Zhang Zhong-Jing hervorbrachte. Er legte in seinem *Shang Han Za Bing Lun* (das wiederum ein Jahrtausend später in das heute *Shang Han Lun* und *Jin Kui Yao Lue* geteilt wurde) die Grundlagen der inneren Medizin, der Pulskunde, der Syndromdifferenzierung und der klinischen Bücher.

Tabelle: Geschichtlicher Überblick der medizinischen Literatur der TCM

Zeitalter und Bedeutung für die TCM	Medizinisches Literaturwerk
475 – 221 Chr.: Zeit der streitenden Reiche Die zuvor mit Steinsplittern durchgeführten manuellen Techniken werden mit Eisen-, Gold- und Silbernadeln durchgeführt. Reichhaltige Kräuterheilkunde und Rezepturen, sowie schamanistische Beschwörungstechniken als Therapie.	Aus der Volksmedizin und dem Einfluß verschiedener philosophischer Schulen entstehen diverse kleine Werke, wie „52 Rezepturen“, „11 Leitbahnen“ (ohne Pericard-Leitbahn) sowie Kompilationen wie <i>Huangdi Waijing</i> („Äußerer Klassiker“, verschollen) und <i>Huangdi Neijing</i> . Der dem Gelben Kaiser zugeschriebene Innere Klassiker mit den Teilen <i>Su Wen</i> und <i>Ling Shu</i> stellt seither die theoretische Grundlage der TCM dar.
Ca. 220 – 207 v. Chr.	Ausgrabung aus Han Gräbern in Ma Wang Dui „Wu Shi Er Bing Fang“, (52 medizinische Rezepturen), handgeschriebenes Buch mit Rezepturen und mehr als 240 Arznei Spezialitäten.

<p>221 v.Chr. - 220 n.Chr.: Qin-Dynastie, erster Kaiser Qin Shihuang und Han-Dynastie.                  Taoistische Unsterblichkeitsforschung mit Metallen und Pflanzen vom ersten Kaiser gefördert. Beginn der systematischen Rezepturkunde und der Syndrom-differenzierung durch Zhang Zhongjing. Vermutlich aufgrund indischen Einflusses kurze Periode chirurgischer Anwendungen durch den Akupunktur-Arzt Hua Tuo.</p>	<p><i>Shen Nong Ben Cao</i>: Erste große Kompilation von 365 Arzneimitteln, dem "Göttlichen Landmann" zugeschrieben), mit der Beschreibung von 365 Arzneien, ihrer Toxizität und ihrer systematischen Einordnung nach der Temperatur und dem Geschmack.  <i>Shanghan Zabinglun</i>, von Zhang Zhong-jing. Später in <i>Shang Han Lun</i> und <i>Jin Kui Yao Lue</i> editiert. Inhalt: Infektionskrankheiten (Shang Han) und diverse innere Erkrankungen (Jin Kui). Differenzierung nach den 6 Doppelmeridianen und Pulsen.  <i>Mai Jing</i>, von Wang Su-he: Erster Pulsklassiker mit Differenzierung von 24 Pulsen des <i>Shanghan Zabinglun</i>.  <i>Nan Jing</i> (Klassiker der Problematik), eine Erläuterung des Huangdi Neijing, dem mythischen Arzt Bian Que zugeschrieben.</p>
<p>265 – 581 Jin-Dynastie und Nord/West-Dynastie: Spezialisierung der Literatur in Innere Medizin, Pädiatrie, Gynäkologie, u.a.                  Aufgrund alchemistisch-taoistischer Forschung Entdeckung vieler neuer Arzneipflanzen und deren Katalogisierung.</p>	<p><i>Zhenjiu Jiayijing</i>: Klassiker der Akupunktur-/Moxa-Therapie von Huang-Fu Mi. Inhalt: Systematische Erfassung des Wissens über Akupunktur und Moxa, Terminologie und Definition der Akupunkturpunkte  <i>Zhou hou fang</i>: von Ge Hong Rezeptursammlung und Beschreibung von Moxaanwendungen in akuten Fällen.  <i>Bencaojing Jizhu</i> (Ergänzung des Arzneiklassikers) u.v.a. Werke über Arzneimittelanwendung mit Dosierung von Tao Hong-jing</p>
<p>581 – 618: Sui-Dynastie                  618 – 907 : Tang-Dynastie                  Taoismus wird Staatsreligion.                  Gründung des großen Medizinalamtes mit staatlicher Ärztausbildung.                  Edition des Huangdi Neijing durch den Taoisten Wang Bing, der es in die heutige, einzig erhaltene Form bringt.</p>	<p><i>Qianjin Yaofang</i>: "Tausend Dukaten Rezepturen", des Taoisten Sun Si-miao. Inhalt: Erstes großes Kompendium mit graphischer Darstellung der Leitbahnen, Hervorhebung der <i>Ashi</i>- und <i>EX</i>-Punkte, sowie erweiterte Arzneimitteldarstellung und Ratschläge zur gesunden Lebensweise und Ernährung.  <i>Waitai Miyao</i>: "Wichtige Geheimnisse der äußeren Ebene" von Wang Tao, das zweite große TCM-Kompendium der Tang-Dynastie mit 6000 Rezepturen.                  ca. 700 n. Chr. „Xin Xiu Ben Cao“ ( Neue Edition der <i>Materia Medica</i>), mit 844 Arzneien die erste illustrierte <i>Materia Medica</i>, das Hauptwerk der Tang Dynastie.</p>

<p>960 – 1279: Song-Dynastie                  Weitere staatliche Kontrolle und Verbeamtung der Medizin, mit Einführung der “Bronzefiguren” bei Ärzteprüfung, u. Erstellung amtlicher Rezeptursammlungen. Zunahme der Trennung zwischen Volks- und Hofmedizin und Wissensaustausch mit arabischer Medizin durch Seidenstraße.</p>	<p><i>Tongren Shuxue Zhenjiu Tujing</i>: Klassiker über die Aku/Moxa-Therapie der Bronzefigur von Wang Weiyi. Inhalt: Präzise Beschreibung von Akupunkturpunkten und Meridianen.  <i>Sanyin Jiyibing Fanglun</i>: Chen Wu-ze teilt in seinem Werk “Drei Gründe der Erkrankungen” die Ätiologie in externe, interne und non-ex-non-interne Krankheitsursachen auf und erläutert diese.                  Lin Yi editiert und trennt <i>Shanghan Zabinglun</i> in die heute einzig erhaltenen Werke <i>Shan Han Lun</i> und <i>Jin Kui Yao Lue</i>.                  Ca. 1100: „Zheng Lei Ben Cao“ (Klassifizierte Materia Medica) mit ca. 1500 Substanzen die Hauptreferenz der Song Dynastie</p>
<p>1115 – 1234: Jin-Dynastie (Mongolisch)                  1206 – 1368: Yuan-Dynastie (Mongolisch)                  Durch Kriege und Austausch mit arabischer u. mongolisch-tibetischer Medizin Zunahme der Traumatologie u. Knochenheilkunde. Entstehung berühmte TCM-Schulen: <i>Liu Wan-su</i> (Schule der Kühlung), <i>Zhang Cong-zheng</i> (Schule der Purgierung), <i>Li Dong-yuan</i> (Schule der Erde-Stärkung) und <i>Zhu Dan-xi</i> (Schule der Yin-Nahrung).                  Kritik durch <i>Zhu</i> u.a. am Usus des Einsatzes amtlicher Rezepturen ohne individuelle Differenzierung der Syndrome.</p>	<p><i>Ziwuliuzhu Zhenfa</i>: Zeitakupunktur von He Rouyu und Dou Han Qin. Inhalt: Akupunktur unter Berücksichtigung der Tageszeit  <i>Shisi Jing Fa Hui</i>: Die 14 Meridiane von Hua Shou. Inhalt: Einführung der Meridiane/Gefäße <i>Du Mai</i> und <i>Ren Mai</i>  <i>San Xiao Lun</i> u.a. Bücher von Liu Wan Su kritisieren amtliche Rezepturen als zu heiß u. empfehlen kühlende, bittere Arzneien.  <i>Rumen Shiqin</i> von Zhang Cong-zheng propagiert Einsatz von Purgativa, Emetika und Diaphoretika u. Einsatz psychologischer Methoden wenn emotionale Krankheitsursachen vorliegen.  <i>Pi Wei Lun</i> (Milz-Magen Abhandlung) u.a. von Li Dong-yuan propagiert die Stärkung der Mitte mit Tonika.  <i>Dan-xi Xinfa</i> (Dan-xis beste Methoden), u.a. von Zhu Dan-xi, repräsentiert therapeutisch eine Kombination der drei Schulen unter dem theoretischen Ansatz, daß das Yin genährt werden muß</p>

<p>1368 – 1644 n.Chr.: Ming-Dynastie Zunehmende Spezialisierung in Felder wie Traumatologie, Gynäkologie, Pädiatrie usw. Veröffentlichung vieler wichtiger Bücher u. vermehrte Aufzeichnung von Krankenakten. Nach vielen Seuchen im 15./16 Jh. erste Theorie der febrilen Krankheiten durch Wu You-ke. Durch ausgedehnte Reisen, Feldstudien u. Literaturstudien gelingt der Ärztefamilie Li in 2 Generationen die Erstellung des <i>Ben Cao Gang Mu</i> (52 Bd. 1892 Arzneien, 11096 Rezepturen). Gedruckt 1596.</p>	<p><i>Ben Cao Gang Mu</i> (Materia Medica), die größte systematische Sammlung landesweit verwendeter u. lokaler Arzneien, sowie <i>Qijing Ba Mai Kao</i> (Die 8 Außerordentlichen Gefäße) und <i>Ping Hu Mai Xue</i> (Ping Hu's Pulsstudien) alle von Li Shizhen setzen Maßstäbe in Arzneimittelkunde und Diagnose. <i>Zhenjiu Dacheng</i>: Kompendium der Akupunktur und Moxibution von Yang Jizhou. Inhalt: Großes Akupunktur-Moxibustion-Kompendium mit Techniken, Leitbahnen, Punkte u. Fallakten. <i>Lei Jing</i> (Geordneter Klassiker) des Taoisten Zhang Jie-Bin kommentiert und sortiert das Nei Jing, sein <i>Jing Yue Quan Shu</i> (Jin-yues Gesamtwerk) ist eine medizinische Enzyklopädie, nach Fakultät, Krankheit und Syndromen geordnet wie auch <i>Zheng Zhi Shun Shen</i> (Therapeutische Enzyklopädie) von Wang Ken-Tang.</p>
<p>1644 -1900: Qing-Dynastie (Mandschurisch) Entstehung der Wen Bing Schule vertreten durch Ye Tian-shi, Xue Sheng-bai, Wu Ju-tong und Wang Meng-ying. 1822 Dekret, die Kaiserfamilie wird nicht mehr mit Akupunktur zu behandeln, um die kaiserliche Haut nicht zu verletzen. Danach wieder Akupunktur als Volksheilkunde. Versuch einer Integration der Schulmedizin in die TCM durch die Huitong-Schule</p>	<p><i>Wen Bing Tiao Bian</i>: (Erklärung der febrilen Krankheiten) von Wu Ju-tong, fasst die Theorien seiner Vorgänger Ye (<i>Wen Bing Lun</i>) und Xue (<i>Shire Tiaobian</i>) systematisch zusammen. <i>Yizong Jin Jian</i>: Goldener Spiegel der Medizin von Wu Qian. Inhalt: Kompendium mit Schwerpunkt auf der Kräuterheilkunde <i>Yilin Gaicuo</i>: (Korrekturen der medizinischen Welt) von Wang Qing-ren. Inhalt: Anatomische Studien u. Erforschung der Blutstase bei Apoplex, Herz- Gefäß- u. Hautkrankheiten. <i>Fu Shan Nü Ke</i> (Frauenheilkunde):Wichtiges gynäkologisches Fachwerk von Fu Qing-Zhu</p>
<p>1900-1949: Gründung Republik China 1911, Ausrichtung der neuen Republik auf Wissenschaftlichkeit und westliche Methodik. Versuchtetes gesetzliches Verbot der TCM, das aber die zuvor zerstrittenen Schulen vereint und nach großem Protest der traditionellen Ärzte fallengelassen wird. Dennoch Förderung ausschließlich der westlichen Medizin. In Republik China (Taiwan) sogar bis in die 80er Jahre. 1934: Einführung der Elektroakupunktur</p>	<p><i>Xue Zheng Lun</i> (Blutungssyndrome) von Tang Zong-hai beschäftigt sich hauptsächlich mit Blut- u. Gefäßkrankheiten wie Gerinnungsstörungen, Blutstase, Erytheme usw. <i>Yixuezhong Zhongcan Xilu</i> von Zhang Xi-chun enthält viele neue Ansätze, die Erkenntnisse aus der westl. Medizin zu integrieren versuchen, wie z.B. die Kombination von Aspirin mit chin. Arzneimitteln. Zhang gehörte der Huitong-Schule an. <i>Houshazhengzhi Gaiyao</i> (Über Tonsillitis) und <i>Ding Gan-ren Yi An</i> (Ding Gan-rens Fallakten) des HNO-Spezialisten Ding heben der Wichtigkeit klassischer Werke hervor u. leiteten eine Klassiker-Renaissance in der Ausbildung von TCM-Ärzten ein.</p>

<p>1949 – heute: In VR China nach 1949 erneute Förderung der TCM durch Mao Zedong. Seit den 50er Jahren universitäre Ausbildung, hierzu Umstrukturierung z.B. des Neijing in die “Theoretischen Grundlagen der chinesischen Medizin”, u.a. durch Qin Bawei. Systematisierung u. wissenschaftliche Erforschung der TCM mit modernen Mitteln. Etablierung der drei parallelen Systeme, TCM, Schulmedizin u. Integrierte Chinesische Medizin (<i>Zhongxiyi Jiehe</i>)</p>	<p><i>Qian Zhai Yi Xue Jiang Gao</i> (Vorträge über die moderne Medizin) u.a. Werke von Qin Bo-wei, enthält systematische u. logische Erklärungsversuche von klassischen Theorien. <i>Huang Di Nei Jing Ci Dian</i> (Huangdi Neijing Wörterbuch) von Guo Ai-chun enthält systematische Erklärungen des Neijing. <i>Zhong Yi Yao Da Ci Dian</i> (Großes Wörterbuch der Arzneimittel von 1977) Vol. I-III vom Jiang Su New Medical College mit 5767 Arzneien und das <i>Zhong Hua Ben Cao</i> (Chinesisches Arzneimittelbuch) vom Guojia Zhongyiyao Guanliju sind die Standardwerke der Arzneimittelkunde mit Pharmakologie und Pharmakognosie. <i>Zhongguo Yixuedacidian</i> von Xie Guan et al. Ist das umfassendste und gründlichste TCM-Nachschlagewerk in China</p>
--	--

### **Stand und Vorteile der Arzneimitteltherapie:**

Die Phytotherapie mit Arzneimitteln ist in China die bedeutendste und am häufigsten angewandte Therapieform der TCM. Bis zu 70% der Patienten werden in auf TCM spezialisierten chinesischen Kliniken mit der Arzneimitteltherapie behandelt.

Die Materia Medica der TCM umfasst ca. 45000 Gesamt- und mehrere Tausend offizinale Einzeldrogen, von denen ungefähr fünfhundert in Deutschland verwendet werden können.

Von den Behandlungsmethoden der TCM ist im Westen wahrscheinlich Akupunktur am weitesten verbreitet. Mit Moxibustion und bestimmten Massageformen zählt sie zu den „äußeren“ Therapien. Diese dienen dazu, den Qi Fluss zu regulieren. Ihre Indikationen sind deshalb hauptsächlich Zustände, bei denen Qi bewegt, Stagnationen gelöst oder Überschüssiges abgeleitet werden muss.

Die Arzneitherapie nennt man dagegen „innere“ Medizin, sie ist indiziert bei verschiedenen Erkrankungen der inneren Organe, Probleme der Säfte und der inneren Substanzen. Kaum zu ersetzen, ist sie bei der Behandlung von Leere Syndromen; in China soll sie ungefähr 80 % aller Behandlungen nach der TCM ausmachen.

Außerdem gibt es eher unspezifische, aber sehr wichtige präventive Methoden, wie Diätetik und Körperübungen (Qi Gong, Tai Ji Quan), die hauptsächlich im Rahmen der allgemeinen Gesundheitspflege eingesetzt werden.

Natürlich kann es sinnvoll sein, die verschiedenen Methoden zu kombinieren, denn „ein herausragender Arzt ist fähig, viele Techniken zu nutzen, um die Behandlung flexibel an wechselndes Klima, Umgebung, Lebensstil und andere Variablen der Erkrankten anzupassen“, wie es im Klassiker des Gelben Kaiser sinngemäß heißt.

### **Vorteile der Arzneimitteltherapie für den Behandler**

Mit der Akupunktur können Störungen im Meridiansystem, Qi- und Yang-Störungen meist gut beeinflusst werden. Hingegen verlangen Yin-Leere und Blut-Leere (wenn man sie überhaupt mit Akupunktur behandeln möchte) meist eine intensive, langdauernde Therapie.

Schneller kommt man da meist mit Diätetik und Arzneien zum Ziel.

Die chinesischen Arzneien haben auch gegenüber europäischen Kräutern einige Vorzüge

1. Zu jeder Arznei gibt es eine detaillierte genormte Beschreibung.
2. Seit 770 v.Z. gibt es eine schriftliche Dokumentation der Wirkungen
3. Es gibt umfangreiche moderne Forschung zu chin. Heilkräutern (aus den USA,

- Australien, Japan, Korea, Russland und natürlich China)
4. Von jeder Arznei sind Wechselwirkungen im Sinne der Verstärkung, Abschwächung, bei Kombination mit anderen Arzneien beschrieben
  5. Die chinesischen Arzneien ändern oft Körperfunktionen dauerhaft auch nach dem Absetzen. Sie verändern Stoffwechselwege, während westliche Pharmaka häufig nur einen bestimmten Stoffwechselschritt blockieren.

## **2. Anwendung, Dosierung, Kombination und Zubereitung der Arzneikräuter.**

Darreichungsformen und ihre Unterschiede: Dekokte, Pulver, Fertigarzneien, Granulate und hydrophile Konzentrate.

### **Zubereitungsformen**

Tang – Dekokt:

Die Bestandteile einer Rezeptur werden nach Einweichen über längere Zeit abgekocht und abgeseiht; schnell wirksam, Dosis und Zusammensetzung kann schnell variiert werden, für manche Patienten zu zeitaufwendig.

San – Pulver:

Die Inhaltsstoffe der Rezeptur werden fein zermahlen und direkt mit etwas Flüssigkeit oder nach kurzem Aufkochen eingenommen; auch äußere Anwendung bei z.B. Hautproblemen. Lange Haltbarkeit, einfache Anwendung.

Wan – Pille:

Fein gemahlene Inhaltsstoffe einer Rezeptur werden mit einem Bindemittel (meist Honig) zu Pillen geformt; langfristige Anwendung, v.a. bei chronischen Erkrankungen oder in akuten Situationen.

Yao Jiu – Medizinischer Wein

Alkoholische Arzneiextrakte, für innerliche oder äußerliche Anwendung, Alkohol bewegt Blut und wirkt gegen Stagnation; gut bei Schmerzen, Rheuma, Traumen.

Chong Fu – Granulat

Aus industriell gefertigten Dekokten werden Granulate hergestellt, im Westen häufig angewandt; stark wirksam, einfache Handhabung. Zubereitung wie Nescafé, hat einen sandigen Nebengeschmack

Wässrige Extrakte

z.B. Homeofar Tropfen sind industriell gefertigte wässrige Extrakte chinesischer Heilkräuter (kein Alkohol!). Diese lassen sich recht gut bei Kindern einsetzen oder auf Reisen.

Beste Wirkung zeigen Dekokte (Abkochungen) von Rohdrogen, darauf folgen Pulver und Granulate, Fertigpräparate sind meistens weniger wirksam. Einige klassische Rezepte werden schon seit jeher als Kugeln (wan) hergestellt, diese wirken auch recht gut und sind einfacher einzunehmen. An die Wirkung eines frisch hergestellten Dekoktes kommen sie jedoch nicht heran.

Anweisungen an Patienten:

## 1. Dekokte

Bitte vorher mind. 2 Std. oder über Nacht oder einweichen. Eine Tüte der grob gemahlenden Arzneikräuter in einen emallierten Topf oder Edelstahl-Rostfrei Topf geben und mit Wasser bedecken. Nach dem Einweichen evt. nochmals etwas Flüssigkeit hinzufügen, so dass die Kräuter einen fingerbreit bedeckt sind:

1. Zuerst 30 min. ohne Deckel köcheln lassen, dann die Flüssigkeit abschütten und in ein anderes Gefäß geben. Es sollte etwa eine Teetasse voll Flüssigkeit ergeben. Am besten mit einem Baumwolle oder feinem Sieb abfiltrern.

2. Dann etwas weniger Wasser in den Topf mit den Arzneikräutern geben. Die Kochzeit sollte aber ca. 40 min. betragen. Danach wieder die Flüssigkeit abschütten und zur ersten Tasse hinzugeben.

3. Ein drittes Mal Wasser in den Topf mit den Kräutern geben, und nochmals ca. 40 min. kochen lassen und filtrern. Danach dritte Kochflüssigkeit zu den ersten beiden hinzugeben, und wenn gewünscht (zur wirtschaftlicheren Ausnutzung) das Pulver auswringen oder ausdrücken um die verbleibende Flüssigkeit herauszupressen.

Die Gesamtflüssigkeit aus den drei Abkochungen sollte ca. 3 Tassen ergeben, und wird auch in 3 Portionen geteilt. Zwei Portionen ergeben die Menge eines Tages. Der dritte Teil der Flüssigkeit kann 1-3 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden, sollte aber vor dem Trinken auf Körpertemperatur erwärmt werden. Eine Tüte ergibt also 3 Tassen, genügt also für 1,5 Tage. Sie können auch zugleich 2-3 Tüten auf einmal kochen, und den Vorrat für 3-4,5 Tage in den Kühlschrank stellen.

Die zwei der drei Tassen werden entweder morgens und abends vor dem Essen getrunken, oder bei schwachem Magen nach dem Essen oder schluckweise über den Tag verteilt. In der Thermoskanne kann das Dekokt aufgrund der höheren Temperatur nur ca. 12 Std. aufbewahrt werden.

**Konzentrat-Pulver** sind chinesische Arzneikräuter die gefriergetrocknet wurden und sich wie Nescafé mit heißem Wasser wieder lösen lassen.

Mit dem beiliegenden Meßlöffel (der Apotheke) die angegebene Menge Pulver entnehmen und mit heißem Wasser aufgießen, dann umrühren und 2-3 min ziehen lassen.

Ist die Mischung speziell für Sie hergestellt, so sollte das Pulver mit Wasser kurz aufgeköcht werden. Erwachsene 2 x 7-9g täglich, Kinder 2 x 5-7g täglich.

**Hydrophile Konzentrate** sind wässrige Extrakte von Kräutern. Die angegebene Menge Tropfen wird entweder pur eingenommen, oder mit etwas Wasser gemischt. Kleinkinder und Kinder 50-150 Tropfen täglich (z.B. 2x25 oder 3x13Tropfen bei 50/d). Ich verwende hier als Tagesdosis das 10-fache des Körpergewichtes in Tropfen. (20kg=200 Gtt./d) Für Erwachsene wird die Menge so groß, dass es unwirtschaftlich ist, die Tropfen einzusetzen.

## Praktisches Vorgehen

*“Kalt es sollst du erhitzen - heißes sollst du kühlen, fiebriges sollst du erfrischen- kühles sollst du erwärmen, zerstreutes sollst du sammeln - zusammengeballtes sollst du zerstreuen, trockenes sollst du befeuchten - feuchtes sollst du trocknen, akutes sollst du beruhigen, verhärtetes sollst du auflösen, zerbrechliches sollst du festigen, schwaches sollst du tonisieren, übermächtiges sollst du ausleiten; jede Krankheit nach ihrer Art. Es herrsche Klarheit und Ruhe, so dass die pathogenen Energien zurückgehen zu ihrem Ursprung. Dies ist die Grundlage aller Therapie.”*

Huang Di Nei Jing Su Wen, Kap. 74

1. Aufklärung des Patienten: Warum muss man immer wieder eine Diagnose machen, obwohl die erste Diagnose doch sehr gründlich war?

Gesundheit bedeutet nach den theoretischen Grundlagen der TCM eine Harmonie aller körperlichen und geistigen Funktionen. Eine Krankheit entsteht, wenn diese nicht im Gleichgewicht sind. Nachdem alle aktuellen Informationen durch den chinesischen Arzt wie Puzzlesteine gesammelt wurden, ergibt sich daraus ein aktuelles Gesamtbild, das alle derzeit nicht im Gleichgewicht befindlichen Anteile des Individuums zu erfassen sucht.

Wenngleich der Mensch weit komplizierter ist als ein Auto, kann man die Aufgabe des TCM-Therapeuten mit der eines Fahrers vergleichen:

Nicht nur dass sich jedes Fahrzeug vom anderen etwas oder stark unterscheidet, der Fahrer muss aufgrund der *äußeren* sich verändernden Straßenlage mal Gas geben, mal Bremsen, mal hoch- und mal herunterschalten, muss auf Amaturanzeigen im *Inneren* ebenso reagieren, wie auf die nie gleichen äußeren Bedingungen. Die Kontrolle des Fahrzeugs muss also ständig den Gegebenheiten angepasst werden und man kann nicht immer im gleichen Gang oder bei der gleichen Geschwindigkeit bleiben.

Beim weitaus komplizierteren menschlichen Netzwerk aus Körper und Geist, der durch Umwelt, Ernährung, Emotion und auch der Therapie selbst Veränderung erfährt, erfordert die individuelle Behandlung immer wieder eine kurze Überprüfung des aktuellen Zustandes und eine "Feineinstellung" der Therapie. Nur so kann durch Nachdiagnosen und die jeweils aktuelle Modifikation der Rezeptur die optimale Wirkung erreicht werden. In China nimmt der Arzt 1-2mal wöchentlich eine solche Nachdiagnose vor.

Die große Stärke der 2500 Jahre alten Arzneimitteltherapie in der TCM liegt demnach in ihrer exakten Reaktion auf die individuelle und aktuelle Situation. Ihre präziseste Anwendungsform ist daher die jeweils einzigartige Rezepturmischung und deren Modifikation.

2. Kann man immer die gleiche Mischung von Arzneien/Kombination von Akupunkturpunkten verwenden?

Nein, denn verschreibt man zu lange die gleiche Mischung ohne zu überprüfen, ob sie noch zum diagnostizierten Ungleichgewicht passt, so kann man auch über das Ziel hinausschießen, d.h. einem häufig frierenden Patienten wird es durch wärmende Arzneien irgendwann zu heiß, wenn "der Fahrer immer nur Gas gibt", um beim obigen Beispiel zu bleiben. Eine 1-3 wöchentliche Kontrolle der Effekte sowie Neuverordnung der Kräuter (Individuelle Rezeptur) oder eine oder an den Patienten angepasste klassische Verschreibung (Modifizierte „Buchrezeptur“) müssen also immer erfolgen.

3. Warum bekommt ein Patient Kräuterabkochungen, einer Pillen und einer ein Pulver?

Je nach dem, welche Therapieform der TCM am besten geeignet ist, also Qi-Gong, Ernährungsumstellung, Massage, Moxa, Schröpfen, Akupunktur oder Pflanzenarznei, alles sind Teile der TCM. Bei der Arznei gibt es die Abkochung das Pulver, eine Fertigarznei oder Kombinationen daraus, es wird die geeignetste Anwendung gewählt.

Bei der Einnahme von Arzneien hat jede Form ihre Vor- und Nachteile: Während eine individuelle Mischung aus Kräutern genauer auf den momentanen Zustand des Ungleichgewichts eingestellt werden kann, deren Kochen jedoch zeitaufwendig ist, schmecken Fertigarzneien, z.B. Dragees besser, können aber nicht jede individuelle und aktuelle Störung berücksichtigen. Pulver liegen als Kompromiss dazwischen, da sie individuell gemischt und schneller zubereitet werden können, aber etwas langsamer in der Wirkung als Abkochungen sind.

## **Beschreibung der Einzeldrogen**

### **Thermik = Qi der Arznei**

Die thermischen Wirkungen „xing“ beziehen sich nicht auf die Temperatur, in der man eine Rezeptur zu sich nimmt, sondern auf die thermische Wirkung, die eine Arznei im Körper entfaltet. Die Zubereitungsart kann das natürlich modifizieren.

Kalt>Kühl>Neutral>Warm>Heiß

Kühlende Kräuter können bei Hitzesymptomen (yang-Fülle, yin-Leere mit falscher Hitze) angewendet werden, wie z.B. bei bakteriellen oder viralen Infektionen, bei „Hitzewallungen“ etc.

Wärmende Kräuter können bei Kältesymptomen (Yang-Leere also falsche Kälte, oder Eindringen von Kälte und Nässe) eingesetzt werden.

Aufgrund ihrer weiteren Eigenschaften wie dem Geschmack und speziellen Wirkungen kann man meist ein ideal passendes Kraut für eine bestimmte Störung herausuchen (Hitze in der Nase, im Rachen, in den Bronchien etc).

### **Geschmack, sapor= Wei der Arznei**

Ursprünglich wahrscheinlich die reine geschmackliche Wahrnehmung von Speisen und Arzneisubstanzen, die im Laufe der Jahrtausende weiter abstrahiert wurde und heute meist für bestimmte Eigenschaften von Arzneimitteln steht. Aus diesem Grunde empfinden wir manche als süßlich eingeordnete Substanzen nicht als süß. Bai zhu (Rhiz. *Atractylodes macroceph.*) z.B. wird als bitter und süß beschrieben, schmeckt aber extrem bitter, so daß von süß hier nicht die Rede sein kann. Der Grund ist, dass das "süß" hier gleichbedeutend mit tonisierend (BU) ist, da Bai zu ein Qi supplementives Mittel ist. Es gibt insgesamt sieben Geschmacksqualitäten die alle den fünf Wandlungsphasen zugeordnet werden können:

Scharf (xin): Zerstreut pathogenes Qi (xie qi) welches die Äußere Körperschicht (biao) befallen hat, fördert die Zirkulation von Qi und Blut (xue). Daher geeignet für die Behandlung von Krankheiten des Äußeren, (z.B. mit MA HUANG oder GUI ZHI d.i. Ephedra, Zimtzwige) sowie Qi-Stagnation (z.B. CHEN PI, MU TAN, also Orangenschalen, Sandelholz) und Blutstase (z.B. HONG HUA, Safranblüten)

Süß (gan): Stärkt, nährt und tonisiert, besonders Magen und Milz, die sie auch harmonisiert, ferner beruhigt es akute Symptome wie Schmerz und Spasmen. Daher geeignet für die meisten Leere-Syndrome, Magen-Milz Dysfunktionen und akute Störungen (Typische Vertreter dieser Gattung sind z.B. Ginseng und Süßholz)

Geschmacklos (dan): Vertreibt Nässe und wirkt diuretisch, was sie geeignet für alle den Flüssigkeitshaushalt betreffende Syndrome wie Harnverhaltung, Ödeme u. ä. macht (LAI FU ZI und CHE QIAN ZI, also getrockneter Rettich und Breitwegerichsamen sind zwei seiner typischen Vertreter).

Sauer (suan): Wirkt sammelnd und adstringierend, festigend und stopfend und wird daher u. a. für Diarrhoe, chronische Mikturition, Leukorrhagie und andere Flüssigkeitsverluste verwendet (z.B. ROU DOU KOU, WU WEI ZI also Muskatnuss, Fruct. Schisandra)

Adstringierende Mittel sind in ihrer Wirkung den saueren etwa gleichzusetzen (z.B. Galläpfel WU BEI ZI), doch werden sie besonders bei Verlust von Körperflüssigkeiten eingesetzt.

Bitter (ku): Wirkt Nässe trocknend (LONG DAN CAO, Chinesischer Enzian), Hitze und Feuer purgierend (SHI GAO, Kristalliner Gips und LU GEN, Schilfrohr), aufbäumendes Qi (ni qi) absenkend (XING REN, Bittermandeln) und abführend im Sinne der Darmentspannung (DA HUANG, Rhabarber, FAN XIE YE, Sennesblätter). Diese Gruppe ist zum Behandeln von Fülle-Syndromen wie Hitze und Kälte also z.B. Husten mit Dyspnoe, Vomitus und Obstipation geeignet.

Salzig (xian): Erweicht Verfestigungen und Verhärtungen wie Lymphdrüenschwellungen und Gicht (HAI ZAO, Seetang und HAI GE KE, Muschelschalenpulver) und hat ebenfalls (wie bitter) z.T. ausleitende Wirkung im Sinne der Lösung und Beseitigung abdominaler Massen (Beispiel: MANG XIAO, Glaubersalz).

Zusammenfassend hier Geschmacksqualität, zugeordnetes Organ und Wandlungszustand und therapeutische Wirkung im Sinne der chinesischen Pharmakologie:

Sauer (oder zu-sammenziehend)	Bitter	Süß (oder Fade)	Scharf	Salzig
Leber, Holz	Herz, Feuer	Milz, Erde	Lunge, Metall	Niere, Wasser
sammelnd, festigend, stopfend	trocknend, kühlend, senkend	nährend, tonisierend, (diuretisch), regulierend	Zerstreuend, nach Außen leitend, bewegend	erweichend, ausleitend (nach unten)

Ferner gibt es noch:

Bland, fad: bewegt Wasser, fördert die Diurese

Aromatisch: Öffnet Körperöffnungen, wandelt Schleim um = klärt den Geist und hilft der Milzfunktion Nässe zu trocknen

Astringierend: bewahrt Flüssigkeiten vor Verlust

Dabei darf man sich nicht nur nach dem gustatorischen Geschmack richten. Eine Arznei, die austrocknend wirkt wird als bitter bezeichnet, auch wenn sie ggf. nicht so schmeckt! Auch können einer Arznei mehrere Geschmäcker zugeordnet werden, wenn sie mehrere Wirkungen zeigt.

### **Tropismus = gui jing**

Der Tropismus eines Arzneimittels definiert seinen Wirk-”Ort” in Bezug zu den Funktionskreisen, d.h. in welcher Hinsicht sich seine Wirkung im Körper im Sinne der Meridian- und Funktionskreistheorien der TCM am deutlichsten entfaltet. Es darf dabei nicht vergessen werden, dass die ganzheitliche Einheit des “Systems Körper” niemals nur selektiv beeinflusst werden kann, sondern dass stets das *ganze System* verändert wird (z.B. wird beim therapieren des Speicherorgans (zang) Leber auch das Arbeitsorgan (fu) Galle mit beeinflusst).

Da die Beschreibung des Tropismus erst im Laufe des 12-13 Jahrhunderts entstanden ist, als Akupunktur und Arzneimitteltherapie noch nicht eng verbunden waren, stützt dieses System sich vor allem auf die Wirkung des Zangfu, nach dem der Meridian benannt wurde. Dementsprechend selten werden Meridiane erwähnt, die kein eigenes Zangfu besitzen (z.B. Dreifacherwärmer/Perikard).

Der Tropismus zeigt also nur den Hauptwirkbereich an. Auch hier muss immer der Bezug zu den theoretischen Grundlagen, und den anderen Aspekten der Arzneimittelnatur hergestellt werden. Beispiel: Ingwer, Tigerlillienzwiebel, Senfkörner und Schalotten (Jiang, bai he, jie zi, cong bai) sind alle Scharf bis auf die Tigerlilie und wirken alle auf den Funktionskreis Lunge, dennoch völlig verschieden: Ingwer wärmt Kälte der Lunge, Tigerlilie tonisiert die defiziente Yin-Leere der Lunge, Senfkörner lösen den Schleim, und die Schalotte gleicht eine replete Fülle in der Lunge aus.

### **Arzneimittelstärke: you du, wu du**

Nach der klassischen Definition dass eine milde Medizin besser ist als eine drastische, und dass hochdrastische Mittel nur bei kritischen und hochakuten Syndromen eingesetzt werden sollten, wurden alle mehr oder minder drastischen Mittel mit als “Leicht giftig”, “giftig” oder auch “stark giftig” bezeichnet.

Giftig bedeutet hier **nicht** “toxisch” wie in der westlichen Medizin, aber deckt sich natürlich im Falle einer als “stark giftig” bezeichneten Arznei wie z.B. Radix Aconiti auch mit dem “toxischen” Begriff.

Da sowohl in China wie auch im Westen der Begriff “giftig” sehr dehnbar ist, muss bei den Mitteln, die nicht als “ungiftig” angegeben sind, nicht nur die Dosis, sondern auch die Konstitution, Alter, und Stärke der Erkrankung in Anbetracht gezogen werden. Außerdem

sollte die Arznei nach deutlicher Besserung abgesetzt werden, um die größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten.

Als Anhaltspunkt lässt sich jedoch noch sagen, dass aus o. g. Gründen der Begriff der Giftigkeit weit unter dem des Westens liegt. Würde man die modernen Chemotherapeutika nach chinesischen Gesichtspunkten klassifizieren, so müssten sie fast *alle* als "giftig" eingestuft werden, wie schon bei *Porkert*<sup>1</sup> erwähnt.

Die Giftigkeit kann durch Verarbeitung der Arznei deutlich vermindert werden. Richtig gekochter und als Arznei zubereiteter Aconitum z.B. ist um das fünf- bis zehntausendfache ungiftiger als die Droge in frischem Zustand.

### **Kombinationen von Geschmack und Thermik**

Je nach Kombination einer thermischen Wirkung mit einer Geschmacksrichtung können sich also verschiedene Gesamtwirkungen ergeben.

Nimmt man wärmende Kräuter so kann man je nach Geschmacksrichtung verschiedenen Wirkungen unterscheiden:

1. Warm und Scharf: zusammen ist sinnvoll um Wind-Kälte aus der Oberfläche zu vertreiben, wobei die Schärfe schweißtreibend und nach außen leitend wirkt, und die Wärme dem Kältefaktor entgegengerichtet ist. z.B. *Herba Ephedrae*.
2. Warm und Sauer: zusammen um die Lunge zu wärmen, Husten zu stillen und Schwitzen zu Stoppen. Der saure Geschmack zieht zusammen und sammelt, die Wärme hilft gegen eingedrungene Kälte, es kommt aber nicht zur Austrocknung der Lunge durch die sammelnde Wirkung. Z.B. *Fructus schisandrae*.
3. Warm und süß: wärmt und stärkt die Milz-Energie (das Yang), z.B. *Radix astragali*
4. Warm und bitter: dabei stärkt die Wärme das Yang, der bittere Geschmack trocknet, geeignet für die Stärkung des Milz-Yang bei Nässe, z.B. *Rhizoma atractylodis*.
5. Warm und salzig: wärmt die Niere und befeuchtet die Gedärme, z.B. *Herba cistanchis*.

Andererseits können Kräuter der gleichen Geschmacksrichtung aber mit unterschiedlichem Temperaturverhalten sehr unterschiedlich eingesetzt werden.

1. Süß und kalt: gegen Hitze, bei trockenem Mund (Speichel erzeugend) z.B. *Rhizoma phragmitis*
2. Süß und kühl: um den Geist zu beruhigen, Schwitzen zu stoppen, z.B. *Fructus tritici germinatus*
3. Süß und neutral: stärkt mild die Milz und die Lunge, z.B. *Rhizoma dioscorae*
4. Süß und warm: stärkt die Milz und wärmt sie, z.B. *Radix codonopsis*
5. Süß und heiß: Niere und Yang wärmend, z.B. *Cortex cinnamomi*

### **Wirkrichtungen**

Es gibt 4 Wirkrichtungen im Körper:

Kräuter können eine hebende= aufsteigende und senkende= absteigende Wirkung haben sowie eine Zentrifugale (nach außen) = schwebende und zentripetale (nach innen) = sinkende Wirkung haben.

Diese Wirkrichtungen können gezielt eingesetzt werden, um die Rezeptur in bestimmte Bereiche zu bringen (Arzneien als Boten der Wirkung) Diese Wirkrichtungen, d.h. welchen Einfluss ein Arzneimittel auf die Qi Bewegung im Körper hat, ergibt sich aus der gemeinsamen Betrachtung des Temperatur- und Geschmacksverhalten des betreffenden Mittels; die Zubereitungsform und die Kombination verschiedener Arzneien kann dies verändern.

---

<sup>1</sup>Manfred Porkert: Klassische Chinesische Pharmakologie, Heidelberg 1978

<b>Wirkrichtung: Oben/unten</b>	<b>Aufsteigen – Sheng und Schweben – Fu:</b>	<b>Absteigen – Jiang und Sinken – Chen:</b>
Arzneien	Blüten, Blätter	Früchte, Samen, Mineralien
Qi/Wei(Thermik/Geschmack)	Scharf, süß, warm, heiß	Sauer, bitter, salzig
Zubereitung der Arznei	Mit Wein gebraten, mit Ingwer gebraten	Mit Essig gebraten, mit Salz gebraten

## Arzneiklassen

Es gibt eine Einteilung nach Gruppen, die vor allem klinische Aspekte berücksichtigt. Je nach Autor gab es in China zwischen 12 und 32 Arzneigruppen. Das seit ca. 50 Jahren genormte Standardverfahren unterscheidet heute 18 Gruppen. So ist es z.B. bei der Suche nach einem kühlenden Mittel möglich, schnell Arzneien mit unterschiedlichem Wirkungs- und Nebenwirkungsspektrum zu vergleichen.

## Rezepturerstellung

Um eine Rezeptur zusammenzustellen überlegt man zuerst welches die Hauptwirkrichtung sein soll.

Dies kann bei akuten Erkrankungen das Hauptsymptom sein (erst die Blätter, dann die Wurzel behandeln), bei chronischen Erkrankungen wird es meist die Ursache (Wurzel) der Erkrankung sein (siehe chinesische Diagnose).

Z.B. bei einem Symptom Halsweh:

Ist es Wind Hitze oder Wind Kälte? (Füllesymptomatik)

Besteht ein Yin-Leere, der als Leere-Feuer Halsweh macht?

Das Rezept besteht klassischerweise aus 4 Gruppen (wobei eine Arznei auch mehrere Gruppen belegen kann, so dass es durchaus klassische Rezepte mit nur 2 Bestandteilen gibt)

- 1) Hauptkomponente (Kaiser) gegen das Hauptsymptom oder das zugrunde liegende Syndrom
- 2) Nebenkompente (Minister) gegen weitere wichtige Symptome oder weitere Syndrome
- 3) Begleitkomponenten (Assistent) verstärkt Haupt- oder Nebenkompente, zum Ausgleich von Nebenwirkungen von Haupt- oder Nebenkompente, behandelt Nebensymptome, Abmilderung der Stärke und Haupt- oder Nebenkompente
- 4) Bote (Gesandter) leitet die Rezeptur an die gewünschte Körperstelle, gleicht 1-3 aus, harmonisiert (oft Radix Glycyrrhizae, rettet den Geschmack)

Es empfiehlt sich (vor allem für Einsteiger) möglichst wenig Kräuter zu verwenden. Dazu braucht man eine klare Vorstellung, was der Patient jetzt benötigt. Wenn man das Rezept dann ändert, kann man schnell dazulernen, was die jeweilige Änderung bewirkt.

Eine Rezeptur wird meist für 1-2 Wochen verordnet. Dann wird eine Kontrolle inklusive Zungen und Pulsdiagnose durchgeführt. Das Rezept wird ggf. angepasst und weiterverordnet.

## Die 18 Arzneigruppen oder Rezepturklassen

### 1. Die Oberfläche befreiende Rezepturen (Jie Biao Ji)

Zur Behandlung von akuten Störungen, Pathogen noch in der Körperoberfläche, durch Schwitzen soll es ausgeleitet werden. (Han Fa)

## **2. Hitze klärende Rezepturen (Qing Re Ji)**

Behandeln Störungen mit innerer Hitze, die geklärt (Qing Fa), d.h. geläutert und transformiert werden muss. Wichtig zu differenzieren, ob es sich um ein Leere oder Fülle Syndrom handelt, und auf welchem Level sich die Störung befindet

## **3. Ableitende und abführende Rezepturen (Xie Xia Ji)**

Therapiemethode des nach unten Ableitens (Xia Fa), um Akkumulationen von Hitze, Kälte, Flüssigkeiten aus dem Innern auszutreiben. Nicht bei äußeren Symptomen, Vorsicht bei geschwächten Menschen, nicht während Schwangerschaft (Ausnahme: Darm befeuchtende, mild ableitende Rezepturen)

## **4. Harmonisierende und lösende Rezepturen (He Jie Ji)**

Behandeln Disharmonien im Shao Yang, zwischen Leber, Gallenblase und Milz Magen, aber auch komplexe Störungsmuster mit Hitze und Kälte Symptomen im Magen-, Darmbereich. Viele dieser Disharmonien entstehen aufgrund emotionaler Probleme, Stress, etc. (He Fa)

## **5. Trockenheit und Körpersäfte befeuchtende Rezepturen (Run Zao Ji)**

Trockenheit existiert als externer pathogener Faktor, aber auch als innere Trockenheit durch den Verlust von Flüssigkeiten. Fast immer ist die Lunge betroffen, aber auch Magen und Därme oder Niere können involviert sein.

## **6. Nässe austreibende Rezepturen (Qu Shi Ji)**

Nässe ist ein schwerer, langsamer pathogener Einfluss von außen oder innen (Milz, Nieren Schwäche), der den regulären Wasser Metabolismus und / oder Qi Fluß stört. Symptome: Harnwegsinfekte, Übelkeit, Erbrechen, Diarrhoe, Ikterus, Ödeme (Nässe mit Kälte oder Hitze); Gelenksbeschwerden (Wind und Nässe). Scharfe, aromatische, warme Substanzen trocknen Nässe, süß, neutrale lassen sie aus dem Körper sickern.

## **7. Das Innere wärmende Rezepturen (Wen Li Ji)**

Kälte als äußerer pathogener Faktor kann ins Innere eindringen, Yang Leere führt zu innen entstehender Kälte, man behandelt mit der wärmenden Methode (Wen Fa), mit heißen, trocknenden Arzneien. Cave: Yin oder Blut Leere.

## **8. Tonisierende und stärkende Rezepturen (Bu Yi Ji)**

Bu Fa vereint verschiedene Methoden des Tonisierens, Erhöhens, Vermehrens, Kräftigen von Qi, Blut, Yin, Yang. Nicht jede chronische Krankheit ist ein Leere Syndrom. Meist mit Verdauungshilfen oder reduzierter Dosierung bei Patienten mit Milz / Magen Schwäche.

## **9. Qi regulierende Rezepturen (Li Qi Ji)**

Zwei große Untergruppen: Rezepturen, die Qi bewegen und Stagnation aufheben, Schmerzbehandlung. Die zweite Art reguliert rebellierendes, abnorm fließendes Qi; behandelt Erbrechen, Aufstoßen und Husten, bzw. Asthma. Meist bittere, warme, scharfe und trocknende Kräuter, sie verletzen Flüssigkeiten und zerstreuen Qi.

## **10. Blut bewegende Rezepturen (Huo Xue Ji)**

Zur Behandlung von Blut Stagnation oder Stase, entstanden aus Qi Stagnation, Kälte, Hitze, Trauma, Geburten. Häufig gynäkologische Erkrankungen, Menstruationsstörungen, Myome, aber auch starke Schmerzen.

## **11. Blut stillende Rezepturen (Zhi Xue Ji)**

Blut im Urin, Stuhl, Bluterbrechen, Bluthusten, Nasenbluten, exzessive Menstruation werden mit blutstillenden Rezepturen behandelt; Differenzierung Fülle – Leere; sobald möglich, Wurzel mitbehandeln.

### **12. Festigende und bindende Rezepturen (Gu Se Ji)**

Abnormer Flüssigkeits- oder Substanzverlust (Schweiß, Blut, Sperma, Ausfluss, Urin, Stuhl) als Ausdruck der Schwäche der betreffenden Organe (Leck) werden durch adstringierende Substanzen behandelt. Nicht bei Fülle Syndromen oder äußeren Pathogenen.

### **13. Den Geist beruhigende Rezepturen (An Shen Ji)**

Störungen des Geistes meist Herz oder Leber Problem, Leere wird mit Yin und Blut nährenden Arzneien tonisiert; Fülle mit schweren mineralischen oder metallischen (toxisch) Substanzen abgesenkt und beruhigt.

### **14. Wind austreibende Rezepturen (Qu Feng Ji)**

Behandeln externen Wind (Juckreiz, Taubheitsgefühle, muskuläre Spasmen) oder inneren Wind mit Schwindel, Kopfschmerzen, Hypertonus, Tremor, Konvulsionen, schlaffen oder spastischen Lähmungen.

### **15. Die Körperöffnungen öffnende Rezepturen (Kai Qiao Ji)**

Akuter Bewusstseinsverlust wegen Hitze, Kälte oder Schleim Fülle; Fertigpräparate mit aromatischen Substanzen.

### **16. Schleim austreibende Rezepturen (Qu Tan Ji)**

Schleim kann aufgrund verschiedener pathologischer Prozesse entstehen, Milz Leere, die zu einer Ansammlung von Nässe und anschließender Transformation in Schleim führt; Hitze oder Yin Schwäche, die Flüssigkeiten eindicken lässt und daraus Schleim bildet oder Kälte, die die Flüssigkeiten zum Gefrieren bringt. Entsprechend der Pathogenese sind verschiedene Behandlungsstrategien erforderlich, fast immer mit Milz stärkenden und Qi bewegenden Arzneien kombiniert.

### **17. Nahrungsstagnation auflösende Rezepturen (Xiao Dao Ji)**

Auflösen (Xiao Fa) ist eine milde zerstreue Methode von Nahrungsstagnation, eher akuter Zustand nach Völlerei. Nicht lange alleine anwenden, zerstreut Qi.

### **18. Parasiten austreibende Rezepturen (Qu Chong Ji)**

Sollen Parasiten aus Magen-, Darmtrakt vertreiben; meist auch Milz stärkende Funktion, evtl. ergänzend zu allopathischer Therapie.

### **Rezepturbeispiel aus der Klasse der Qi-Bewegenden Rezepturen:**

Syndrom: Leber Qi greift Milz an

Symptome: prinzipiell Kombination von Leber-Qi-Stagnation und Milz-Leere: z.B. anfallsweise Durchfall bei Spannungen, Bauchkrämpfe, Verdauungsstörungen, aufstoßen, Druck unter dem Rippenbogen

Typischerweise sind die Hände kalt, während das Körperinnere normal temperiert oder überhitzt. Da die Leberspannung den freien Fluss des Qi hemmt kann die Körperwärme nicht gleichmäßig verteilt werden. Cave: Ein ähnlich klingendes Rezept (Si ni tang) ist für den Fall von echter Kälte (innen und außen) gedacht

### **Si ni san (Rezept der 4 Kontravektiven)**

<b>Bai shao yao</b>	<b>Radix paeonia lactiflora</b>	<b>10</b>
<b>Chai hu</b>	<b>Radix bupleuri</b>	<b>10</b>



<b>Zhi</b>	<b>Ende</b>	<b>Ramulus, Zweig</b>	<b>Gui Zhi</b>
<b>Zi</b>	<b>Ende</b>	<b>Semen, Samen</b>	<b>Nü Zhen Zi</b>

**Farbe**

<b>Bai</b>	<b>Anfang</b>	<b>Weiß</b>	<b>Bai Hua She</b>
<b>Hei, Wu</b>	<b>Anfang</b>	<b>Schwarz, Rabens.</b>	<b>Hei Zhi Ma, Wu Tou</b>
<b>Hong, Chi</b>	<b>Anfang</b>	<b>Rot</b>	<b>Hong Hua, Chi Shao</b>
<b>Huang</b>	<b>Anfang</b>	<b>Gelb</b>	<b>Huang Qi</b>
Jin	Anfang, Ende	Gold	Jin Yin Hua
<b>Qing, Lü</b>	<b>Anfang</b>	<b>Grün</b>	<b>Qing Dai, Lü Dou</b>
Yin	Anfang	Silber	Jin Yin Hua, Yin Mu Er
<b>Zi</b>	<b>Anfang</b>	<b>Violet</b>	<b>Zi Cao</b>

**Geschmack**

<b>Gan, Tian</b>	<b>Anfang</b>	<b>Süß</b>	<b>Gan Cao, Tian Xing Ren</b>
<b>Suan</b>	<b>Anfang</b>	<b>Sauer</b>	<b>Suan Zao Ren</b>
<b>Ku</b>	<b>Anfang</b>	<b>Bitter</b>	<b>Ku Shen, Ku Gua</b>
<b>Dan</b>	<b>Anfang</b>	<b> fade</b>	<b>Dan Dou Chi</b>
Xin	Anfang	Scharf	Xi Xin, Xin Yi
<b>Xiang</b>	<b>Anfang, Ende</b>	<b>Aromatisch</b>	<b>Xiang Fu, Mu Xiang</b>

**Ortsbezug**

<b>Chuan</b>	<b>Anfang</b>	<b>Aus Si Chuan</b>	<b>Chuan Niu Xi, Chuan Bei Mu</b>
Zhe	Anfang	Aus Zhe Jiang	Zhe Bei Mu
Fan	Anfang	Aus dem Ausland	Fan Xie Ye
Hai	Anfang	Aus der See	Hai Piao Xiao, Hai Dai
Shan	Anfang	Aus den Bergen	Shan Yao, Shan Zhu Yu

She	Anfang, Ende	Schlange	She Tui, Wu Shao She
<b>Da</b>	<b>Anfang</b>	<b>Groß</b>	<b>Da Ji, Da Huang</b>
<b>Xiao</b>	<b>Anfang, Ende</b>	<b>Klein</b>	<b>Xiao Ji, Xiao Hui Xiang</b>

<b>Bei</b>	<b>Anfang</b>	<b>Nördlich</b>	<b>Bei Sha Shen</b>
<b>Nan</b>	<b>Anfang</b>	<b>Südlich</b>	<b>Nan Gua Zi</b>
Dong	Anfang	Östlich	Dong Yang Shen
Xi	Anfang	Westlich	Xi Yang Shen
Tian	Anfang	Himmel	Tian Hua Fen, Tian Nan Xing
Tu, Di	Anfang	Erde, Boden	Tu Bie Chong, Di Long

**Form  
Herkunft**

**B. Präparationen**

Pao	Geröstet	Anfang , Arznei
Jiao	Gebraten	Anfang , Arznei
Duan	Kalzifiziert (rotglühend)	Anfang , Arznei
Mi (zhi)	Präpariert in Honig=süß	Anfang , Arznei
Cu (zhi)	Präpariert in Essig=sauer	Anfang , Arznei
Jiu (zhi)	Präpariert in Wein=warm	Anfang , Arznei
Yan (zhi)	Präpariert in	Anfang , Arznei

	Salzwasser=salzig	
Dan (zhi)	Präpariert in Galle =bitter	Anfang , Arznei
Sheng	Unpräpariert	Anfang , Arznei
Shou	Präpariert	Anfang , Arznei
Fen	Pulverisiert	Ende, Formel oder Arznei
<b>C. Formel</b>		
Tang	Dekokt	Ende, Formel
Yin	Kaltdekokt	Ende, Formel
Dan	Teure Pille, Elixier	Ende, Formel
Wan	Bolus oder Honigpille	Ende, Formel
San	Pulver	Ende, Formel
Ruan Jiao Nang	Kapsel (modern)	Ende, Formel
Gao	Pflaster	Ende, Formel
Pian	Tablette (modern)	Ende, Formel
Jiu	Medizinischer Wein	Ende, Formel
Di Wan	Schmelzglobulus (modern)	Ende, Formel

Zum schnellen Nachschlagen:

**Chinesisch-Lateinische Namensliste**

Pin Yin Name	Pharmazeutischer Name		
<b>A</b>		Bai Mu Er	Tremellae, Fructificatio
A Jiao	Asini, Gelatinum	Bai Qian	Cynanchi Stautoni, Radix et Rhizoma
Ai Ye	Artemisiae Argyi, Folium	Bei Sha Shen	Glehniae Littoralis, Radix
<b>B</b>		Bai Shao Yao	Paeoniae Lactiflorae, Radix
Ba Cou	Crotonis, Fructus seu Semen	Bai Tou Weng	Pulsatillae Chinensis, Radix
Ba Ji Tian	Morindae Officinalis, Radix	Bai Wei	Cynanchii Stauntoni, Radix et Rhiz.
Ba Yue Zha	Akebia Fructus	Bai Xian Pi	Dictamni Dasycarpi Radicis, Cortex
Bai Bian Dou	Dolichoris Lablab Album, Semen	Bai Zhi	Angelica Dahuricae, Radix
Bai Bu	Stemonaе, Radix	Bai Zhu	Atractylodis Macrocephalae, Rhizoma
Bai Dou Kou	Amomi Cardamomi, Fruct. seu Semen	Bai Zi Ren	Biotae Orientalis, Semen
Bai Fu Zi	Typhonii Gigantei, Rhizoma seu	Ban Bian Lian	Lobeliae Chinensis cum radice, Herba
Bai He	Lilii, Bulbus	Ban Lan Gen	Isatidis seu Baphicacanti, Radix
Bai Hua She	Oldenlandiae Difuae, Herba	Ban Xia	Pinelliae Ternatae, Rhizoma
Bai Ji	Bletillae Striatae, Rhizoma	Ban Zhi Lian	Scutellariae Barbate, Herba
Bai Jiang Can	Bombyx Batryticatus	Bei Mu	Fritillariae Cirrhosae, Bulbus
Bai Jiang Cao	Patriniae seu Thlaspii, Herba	Bi Bo	Piperis Longi, Fructus
Bai Jie Zi	Sinapsis Albae, Semen	Bi Jie	Dioscoreae Sativae, Rhizoma Bei Xie
Bai Mao Gen	Imperatae Cylindricaе, Rhizoma	Bia Lian	Amelopsis, Radix
		Bian Xu	Polygonum Avicularis, Herba

Praktischer Kurs der Chinesischen Arzneimitteltherapie, Teil Eins

©2005 Dr. Gunter Neeb

Bie Jia	Amydae Sinensis, Ramus	Chi Shao Yao	Paeoniae Rubra, Radix
Bing Lang	Arecae Catechu, Semen	Chi Shi Zhi	Halloysitum Rubrum
Bing Pian	Borneol	Chi Xiao Dou	Phaseoli calcarati, Semen
Bo He	Menthae, Herba	Chou Wu Tong	Clerodendri Trichotomum Fructus
Bu Gu Zhi	Psoraleae Corylifoliae, Fructus	Chu Shi Zi	Broussonetiae, Fructus
<b>C</b>		Chuan Lian Zi	Melia Toosendan, Fructus
Can Sha	Bombycis Mori, Excrementum	Chuan Niu Xi	Cyathulae, Radix
Cang Er Zi	Xanthii, Fructus	Chuan Xin Lian	Andrographitis, Herba
Cang Zhu	Atractylodis Lancea, Rhizoma	Chuan Xiong	Ligustici Wallichii, R. Chuang Xiong
Cao Dou Kou	Alpiniae Katsumadai, Semen	Chun Bai Pi	Ailanthi Altissima, Cortex
Cao Guo	Amomi Tsao-Ko, Fructus	Chun Gen	Ailanthi Altissima, Radix
Ce Bai Ye	Biotae Orientalis, Cacumen	Ci Shi	Magnetitum
Chai Hu	Bupleuri, Radix	Ci Wu Jia	Eleutherococci, Herba
Chan Tui	Cicadae, Periostracum	Ci Wu Jia	Eleutherococci, Herba
Chang Pu	Acori Graminei, Rhizoma	Cong Bai	Allii Fistulosa, Bulbus
Chang Shan	Dichorae Febrifugae, Radix	Cong Zi	Allii Fistulosa, Semen
Che Qian Cao	Plantaginis, Herba	<b>D</b>	
Che Qian Zi	Plantaginis, Semen	Da Fu Pi	Areca Catechu, Pericarpium
Chen Pi	Citri Reticulatae, Pericarpium	Da Huang	Rhei, Radix et Rhizoma
Chen Xiang	Aquilariae Restinatum, Lignum	Da Ji	Cirsii Japonici, Herba
Chi Fu Ling	Poriae Cocos Rubrae, Sclerotium	Da Qing Ye	Isatidis seu Baphicacanti, Folium
		Da Suan	Allii Sativi, Bulbus
		Da Zao	Zizyphi Jujubae, Fructus
		Da Zao	Zizyphi Jujubae, Fructus

Praktischer Kurs der Chinesischen Arzneimitteltherapie, Teil Eins  
©2005 Dr. Gunter Neeb

Dai Zhe Shi	Haematitum (Ocherum Rubrum)	Dong Kui Zi	Semen Abutiloni seu Malvae, Semen
Dan Dou Chi	Sojae Praeparatum, Semen	Du Huo	Angelica Pubescentis, Radix
Dan Dou Juan	Sojae Germinatum, Semen	Du Zhong	Eucommiae Ulmoidis, Cortex
Dan Gui Tui	Angelicae Sinensis, Radix	<i>E</i>	
Dan Shen	Salviae Miltiorrhizae, Radix	E Bu Shi Cao	Centipedae Minima, Herba
Dan Shen	Salviae Miltiorrhizae, Radix (Cultivated)	E Guan Shi	Stalactitum
Dan Xing	Arisaematis, Rhizoma Cum Bile	E Wei	Asafoetidae, Radix seu Caulis
Dan Zu Ye	Lophatheri Gracilis, Herba	E Zhu	Curcumae Zedoariae, Rhizoma
Dang Gui	Angelicae Sinensis, Radix	Er Cha	Acaia seu Gambir, Ramus et Herba
Dang Shen	Codonopsis Pilosulae, Radix	<i>F</i>	
Deng Xin Cao	Junci Effusi, Medulla	Fan Xie Ye	Sennae, Folium
Di Fu Zi	Kochiae Scopariae, Fructus	Fang Feng	Ledebouriellae Sesloidis, Radix
Di Gu Pi	Lycii Chinensis Radicis, Cortex	Fang Ji	Stephaniae Tetandrae, Radix
Di Long	Lumbricus	Fei Zi	Torreya, Semen
Di Wu Song	Helminthostachytis, Rhizoma	Feng Wei Cao	Pteris, Herba
Di Yu	Sanguisorbae Officinalis, Radix	Fo Shou	Citri Sarcodactylis, Fructus
Ding Jing Cao	Linderniae, Herba	Fu Hai Shi	Pumice
Ding Xiang	Caryophylli, Flos	Fu Ling	Poriae Cocos, Sclerotium
Dong Chong Xiao Cao	Cordyceps, Sinensis	Fu Ling Pi	Poriae Cocos, Cortex
Dong Gua Pi	Benincasae, Exocarpium	Fu Long Gan	Terra Flava Usta
Dong Gua Zi	Benincasae Hispidae,	Fu Pen Zi	Rubi, Fructus

Fu Ping	Lemnae seu Spirodela, Herba	Gu Sui Bu	Drynariae seu Davillae, Rhizoma
Fu Rong	Crossostephii Herba	Gu Ya	Oryzae Sativae Germinatus, Fructus
Fu Shen	Poriae Cocos Pararadicis, Sclerotium	Gua Lou	Trichosanthis, Fructus
Fu Xiao Mai	Triticum Aestivum Levis, Semen	Gua Lou Pi	Trichosanthis, Pericarpium
Fu Zi	Aconitum Carmichaeli Praeparatum, Radix	Gua Lou Ren	Trichosanthis, Semen
<b>G</b>		Guan Zhong	Dryopteridis Crassirhizomae, Rhiz.
		Gui Ban	Chinemys Reevesii
Gan Cao	Glycyrrhizae Uralensis, Radix	Gui Zhi	Cinnamomi Cassiae, Ramulus
Gan Jiang	Zingiberis Officinalis, Rhizoma	<b>H</b>	
Gan Jie Geng	Adenophora Tracheloides, Radix		
Gan Sui	Euphorbiae Kansui, Radix	Hai Dai	Laminaria, Thallus
Gan Song	Nardostachys, Rhizoma	Hai Er Shen	Pseudostellariae Heterophyllae, Radix
Gang Mei Ken	Illicium Asprellae, Radix	Hai Feng Teng	Piperis Futokadsurea, Caulis
Gao Ben	Ligusticum sinensis, Rhizoma et Radix	Hai Ge Ke	Cyclinae seu Meretricis, Concha
Ge Gen	Puerariae, Radix	Hai Jin Sha	Lygodii, Spora
Ge Hua	Puerariae, Flos	Hai Long	Syngnathus
Ge Jie	Gecko, Gecko	Hai Ma	Hippocampus
Gou Ji	Cibotium Barometz, Rhizoma	Hai Piao Xiao	Sepiae seu Sepiellae, Os
Gou Qi Zi	Lycium Chinensis, Fructus	Hai Tong Pi	Erythrinae Variegatae, Cortex
Gou Teng	Uncariae Cum Uncis, Ramulus	Hai Zao	Sargassii, Herba
Gu Jing Cao	Eriocaulon Buergerianum, Scapus	Han Lian Cao	Ecliptae Prostratae, Herba
		Han Shui Shi	Calcitum
		Hang Ju	Chrysanthemi Morifolii, Flos



Praktischer Kurs der Chinesischen Arzneimitteltherapie, Teil Eins  
©2005 Dr. Gunter Neeb

Jiang Huang	Spatholobi) Curcumae, Rhizoma Longae Aromat.	Juan Bo Jue Chuang Cao Jue Ming Zi	Fasciculus Selaginellae, Herba Rostellulariae, Herba Cassiae Torae, Semen
Jiang Pi	Zingiberis Recens, Cortex		
Jiang Zhen Xiang	Lignum Dalbergiae Odorifera	<i>K</i>	
Jiao Gu Lan	Gynostemma Pentaphyllum	Ku Lian Pi Ku Shen	Meliae Radicis, Cortex Sophora Flavescentis, Radix
Jiao Yi	Saccharum Granorum	Kuan Jin Teng	Tinosporae Sinensis, Ramus
Jie Geng	Platycodi Grandiflori, Radix	Kuang Dong Hua Kun Bu	Tussilagi Farfarae, Flos Algae, Thallus (Lam. Seu Ecklon.)
Jin Bu Huang	Lycopodii Serrati, Herba		
Jin Jin Cai	Lilii, Flos		
Jin Ju Hua	Chrysanthemi Morifolii, Flos	<i>L</i>	
Jin Qian Cao	Lysimachiae seu Desmodii, Herba	Lai Fu Zi Lei Wan Li Zhi He	Raphani Sativi, Semen Omphalia Lapidescens Litchi Chinensis, Semen
Jin Yin Hua	Lonicerae Japonicae, Flos	Lian Fang	Nelumbinis Nuciferae, Receptaculum
Jin Ying Zi	Rosae Laevigatae, Fructus	Lian Qian Cao Lian Qiao	Glechoma Hederacea Forsythiae Suspensae, Fructus
Jing Jie	Schizonepetae Tenuifoliae, Herba seu Flos	Lian Xu	Nelumbinis Nuciferae, Stamen
Jing Mi	Oryzae non glutinosae, Fructus seu Semen	Q	Nelumbinis Nuciferae, Semen
Jiu Ceng Ta	Ocimum Basilicum	Lian Zi Xin	Nelumbinis Nuciferae, Embryo
Jiu Jie Chang Pu	Altaica, Rhizoma	Liang Jiang	Alpiniae Officinari, Rhizoma
Ju Guan Hua	Celosiae Cristatae, Flos	Ling Yang Jiao Ling Zhi	Antelopis, Cornu Ganoderma Lucidii
Ju He	Citri Semen		
Ju Hong	Citri Exocarpium, Rubrum		
Ju Luo	Aurantii Vascularis,		

Liu Huang	Sulfur	Ma Bo	Lasiophaerae,
Liu Ji Nu	Artemisiae Anomalae, Herba	Ma Chi Xian	Fructificatio Portulacae Oleraceae, Herba
Long Chi	Dens Draconis	Ma Huang	Ephedrae, Herba
Long Chuan Hua	Clerodendron Paniculatum, Radix	Ma Huang Gen	Ephedrae, Radix
Long Dan Cao	Gentianae Scabrae, Radix	Mai Men Dong	Ophiopogonis Japonici, Tuber
Long Gu	Draconis, Os	Mai Ya	Hordei Vulgaris Germinatus, Fructus
Long Kui	Solani Nigri, Herba	Man Jing Zi	Vitidis, Fructus
Long Yan Hua	Longanae, Flos	Mang Xiao	Mirabilitum (Natri Sulfas)
Long Yan Rou	Langanae, Arillus (Euphoriae, Fruct.)	Mao Dong Qing	Illicis Pubescentis, Radix
Lou Lu	Rhapontici seu Echinops, Radix	Mao Xu Cao	Orthosiphonis, Herba
Lu Ba Zi	Trigonellae Foeni-graeci, Semen	Meng Hua	Buddleiae Officinalis, Flos
Lu Feng Fang	Nidus Vespae	Meng Shi	Lapis Chloriti
Lu Gen	Phragmitis Communis, Rhizoma	Ming Fan	Alumen
Lu Hui	Aloes, Herba	Mo Yao	Myrrha, Commiphora
Lu Jiao Jiao	Cervi Cornu, Colla	Mu Dan Pi	Moutan Radicis, Cortex
Lu Jiao Shuang	Cervi Degelatinatum, Cornu	Mu Gua	Chaenomelis Lagenariae, Fructus
Lu Lu Tong	Liquidambaris Taiwaniana, Fructus	Mu Hu Die	Oroxylis Indici, Semen
Lu Rong	Cervi Parvum, Cornu	Mu Li	Ostreae, Concha
Lu Xian Cao	Pyrolae, Herba	Mu Tong	Mutong, Caulus (Akebiae)
Luo Han Guo	Momordicae Grosvenori, Fructus	Mu Xiang	Saussureae seu Vladimiriae, Radix
Luo Shi Teng	Trachelospermi Jasminoidis, Caulis	Mu Xiang	(Cultivated) Saussureae seu Vladimiriae, Radix
<i>M</i>		Mu Zei	Equiseti Hiemalis, Herba
Ma Bian Cao	Verbenae, Herba		

<b>N</b>		Qian Shi	Euryales Ferox, Semen
Nan Sha Shen	Adenophora, Radix	Qiang Huo	Notopterygii, Rhizoma et Radix
Niu Bang Zi	Arctii Lappae, Fructus	Qin Jiao	Gentianae
Niu Xi	Achyranthis Bidentatae, Radix	Qin Pi	Macrophyllae, Radix
Nu Zhen Zi	Ligustri Lucidi, Fructus	Qing Dai	Fraxini, Cortex
<b>O</b>		Qing Feng Teng	Indigo Pulverata Levis
Ou Jie	Nelumbinis Nuciferae, Nodus	Qing hao	Sinomenii Acuti, Rhizoma
<b>P</b>		Qing Pi	Artemisiae Apiaceae, Herba
Pang Da Hai	Sterculiae Scarphigerae, Semen	Qing Pi	Citri Reticulatae Viride, Pericarpium
Pei Lan	Eupatorii Fortunei, Herba	Qing Qiang Zi	Celosiae, Semen
Peng Sha	Borax	Qu Mai	Dianthi, Herba
Pi Pa Ye	Eriobotryae Japonicae, Folium	Quan Xie	Buthus Martensi
Pu Gong Ying	Taraxaci Mongol.cum Radice, Herba	<b>R</b>	
Pu Huang	Typhae, Pollen	Ren Dong Teng	Lonicerae Japonicae, Caul. et Fol.
<b>Q</b>		Ren Shen	Ginseng, Radix
Qi She	Agkistrodonseu Bungarus	Ren Zhong Bai	Urinae Hominis
Qian Cao Gen	Rubiae Cordifoliae, Radix	Rou Cong Rong	Sedimen
Qian Hu	Peucedani, Radix	Rou Dou Gen	Cistanches, Caulis
Qian Li Guang	Senecionis Scandentis, Herba	Rou Dou Kou	Dolichoris, Radix
Qian Nian Jian	Homalomenae, Herba	Rou Gui	Myristicae Fragranticis, Semen
Qian Niu Zi	Pharbitidis, Semen	Ru Xiang	Cinnamomi Cassiae, Cortex
		Rui Ren	Olibanum, Resina
			Prinsepsiae, Semen
		<b>S</b>	
		San Leng	Sparganii, Rhizoma
		San Qi	Noto-seu

Sang Bai Pi	Pseudoginseng, Radix Mori Albae Radicis, Cortex	Sheng Ma	Recens, Rhiz.
Sang Ji Sheng	Loranthi seu Visci, Ramus	Shi Di	Cimicifugae, Rhizoma
Sang Piao Xiao	Mantidis, Ootheca	Shi Gao	Diospyros Kaki, Calyx
Sang Shen	Mori, Fructus	Shi Hu	Gypsum Fibrosum
Sang Ye	Mori Albae, Folium	Shi Jue Ming	Dendrobii, Herba
Sang Zhi	Mori Albae, Ramulus	Shi Jun Zi	Haliotidis, Concha
Sha Ci Gu Feng	Pristis, Cartilaginum		Quisqualis Indicae, Fructus
Sha Ren	Amomi, Fructus seu Semen	Shi Liu Pi	Granati, Pericarpium
Sha Yuan Ji Li	Astragali Complanati, Semen	Shi Liu Pi	Granati, Pericarpium
Shan Ci Gu	Tulipae Edulis, Bulbus	Shi Wei	Pyrosiae, Folium
Shan Dou Gen	Sophorae Subprostratae, Radix	Shou Di Huang	Rehmanniae Praeparata, Radix
Shan Yao	Dioscorea Batatis, Rhizoma	Shui Ding Xiang	Jussiaeae, Herba
Shan Zha	Crataegi, Fructus	Shui Nui Jiao	Bubali, Cornu
Shan Zha	Crataegi, Fructus	Shui Zhi	Hirudo seu Whitmaniae
Shan Zhu Yu	Corni Officinalis, Fructus	Si Gua Luo	Luffae Fasciculus Vascularis
Shang Lu	Phytolaccae, Radix	Su Mu	Sappan, Lignum
She Chuang Zi	Cnidii Monnieri, Semen	Suan Zao Ren	Zizyphi Spinosae, Semen
She Gan	Belamcandae Chinensis, Rhizoma	Suo Yang	Cynomorii Sangarici, Herba
She Tui	Serpentis, Periostracum	<i>T</i>	
Shen Jin Cao	Lycopodium Clavatum, Herba	Tan Xiang	Santali Albi, Lignum
Shen Qu	Massa Fermentata, Medicinalis	Tao Ren	Persicae, Semen
Sheng Di Huang	Rehmanniae recens seu Viridis, Radix	Tian Hua fen	Trichosanthes, Radix
Sheng Jiang	Zingiberis Officinalis	Tian Ma	Gastrodiae Elatae, Rhizoma
		Tian Men Dong	Asparagi Conchinchinensis
		Tian Nan Xing	Arisaematis, Rhizoma
		Tian Zhu Huang	Concretio Silicea Bambusae

Ting Li Zi	Lepidii seu Descurainiae, Semen	Wu Zhu Yu	Evodiae Rutaecarpae, Fructus
Tong Cao	Tetrapanacis Papyiferi, Medulla	X	
Tou Gu Cao	Centella Asiatica	Xi Qian Cao	Siegesbeckiae
Tu Bie Chong	Eupolyphagae seu Steleophaga	Xi Shu	Orientalis, Herba Camptothecae, Fructus et Radix
Tu Fu Ling	Smilacis Gladrae, Rhizoma	Xi Xin	Asari cum Radice, Herba
Tu Niu Xi	Achryanthis Aspera, Radix	Xi Yang Shen	Panacis Quinquefolii, Radix
Tu Si Zi	Cuscutae, Semen	Xia Ku Cao	Prunellae Vulgaris, Spica
W		Xian Feng Cao	Bidentis, Herba
Wa Leng Zi	Arcae, Concha	Xian He Cao	Agrimoniae Pilosae, Herba
Wang Bu Liu	Vaccariae Segetalis, Semen	Xian Mao	Curculiginis Orchioidis, Rhizoma
Wei Ling Xian	Clematidis Chinensis, Radix	Xiang Fu	Cyperi Rotundi, Rhizoma
Wu Bei Zi	Galla Sinensis	Xiang Ru	Elsholtziae
Wu Gong	Scolopendrae Subspinipes	Xiang Yuan	Splendentis, Herba
Wu Jia Pi	Acanthopanacis Radicis, Cortex	Xiao Hui Xiang	Citri, Fructus
Wu Ling Zhi	Trogopterorum seu Pteropi, Faeces	Xiao Ji	Foeniculi Vulgaris, Fructus
Wu Mei	Mume Prunus, Fructus	Xiao Jin Ying	Cephalanoplos Segeti, Herba
Wu Shao She	Zaocys Dhumnades	Xie Bai	Rosa Cymosa, Folium et Radix
Wu Tian	Vitex Quinata, Radix	Xin Yi	Allii Chinenis, Bulbus
Wu Tou	Aconite Carmichaeli, Radix Wu Tou	Xing Ren	Magnoliae Liliflorae, Flos
Wu Wei Zi	Schizandrae Sinensis, Fructus		Pruni Armeniacaе, Semen
Wu Yao	Linderae Strychnifoliae, Radix		

Xu Duan	Dipsaci, Radix	Yu Xing Cao	Houttuyniae Cordatae,
Xuan Fu Hua	Inulae, Flos		Herba
Xuan Shen	Scrophulariae	Yu Yu Liang	Limonitum
	Ningpoensis, Radix	Yu Zhu	Polygonati Odorati,
Xue Jie	Draconis, Sanguis		Rhizoma
Xue Yu Tan	Crinis Carbonisatus	Yuan Zhi	Polygalae Tenuifoliae,
			Radix
<b>Y</b>		<b>Z</b>	
Ya Dan Zi	Broussonetiae, Fructus	Zao Jiao	Gleditsiae Sinensis,
Ya She Huang	Lippiae Herba		Fructus
Yan Hu Suo	Corydalis Yanhusuo,	Zao Jiao Ci	Gleditsiae Sinensis,
	Rhizoma		Spina
Yang Qi Shi	Actinolitum	Zao Xiu	Paridis, Rhizoma
Ye Jiao Teng	Polygoni Multiflori,	Ze Lan	Lycopi Lucidi, Herba
	Caulis	Ze Xie	Alismatis
Ye Ju Hua	Chresanthemi Indici,		Plantago-aquatica, Rhizoma
	Flos		oma
Ye Ming Sha	Vespertili Murini,	Zhang Nao	Camphora
	Excrementum	Zhe Bei Mu	Fritillariae Thunbergii,
Yi Mu Cao	Leonori Heterophylli,		Bulbus
	Herba	Zhen Zhu	Margarita Usta,
Yi Wu Gen	Elaeagni, Radix		Concha
Yi Yi Ren	Coicis Lachryma Jobi,	Zhen Zhu Mu	Margaritiferae Ustae,
	Semen		Concha
Yi Zhi Ren	Alpiniae Oxyphyllae,	Zhi Cao Wu	Aconite Kusnezofii
	Fructus		Praeparata, Radix
Yin Chai hu	Stellaria Dichotomiae,	Zhi Gan Cao	Glycyrrhizae Tosta,
	Radix		Radix
Yin Chen Hao	Artemesiae Capillaris,	Zhi Ju Zi	Hoveniae, Semen seu
	Herba		fructus
Yin Guo	Ginkgo Bilobae, Semen	Zhi Mu	Anemarrhenae
Yin Guo Ye	Ginkgo, Folium		Asphodeloidis, Radix
Ying Yang Huo	Epimedii, Herba	Zhi Qiao/Ke	Citri seu Ponciri,
Yu Jin	Curcumae, Tuber		Fructus
Yu Li Ren	Pruni, Semen	Zhi Shi	Citri seu Ponciri
			Immaturus, Fructus

Zhi Zi	Gardeniae Jasminoidis, Fructus
Zhu Fan Hua	Mirabilidis, Rhizoma
Zhu Ling	Polypori Umbellati, Sclerotium
Zhu Ma Gen	Boehmeriae, Radix
Zhu Ru	Bambusae in Taeniis, Caulis
Zhu Tan	Suis, Fel
Zi Cao	Lithospermi seu Arnebiae, Radix
Zi He Che	Hominis, Placenta
Zi Hua Di Ding	Violae, Herba cum Radice
Zi Ran Dong	Puritum
Zi Shi Ying	Fluoritum (Amethystum)
Zi Su Geng	Perillae, Caulis
Zi Su Ye	Perillae Frutescentis, Folium
Zi Su Zi	Perillae Frutescentis, Fructus
Zi Wan	Asteris Tatrici, Radix
Zou Ma Tai	Ardisiae, Rhizoma

## Mnemotechnische Verfahren zum besseren Lernen der Arzneien und ihrer Wirkung

Als mnemotechnische Hilfen gibt es z.B. die Möglichkeit so genannte ABC-Listen zu erstellen, wie sie Frau Vera Birkenbihl in ihrem Buch „Das innere Archiv“ (S. 61ff.) vorstellt.

Hierzu ein Beispiel für Radix Panax Ginseng, chin. Ren Shen und von Tu Si Zi (einem Yang-Tonikum), lt. Semen Cuscutae:

Respiration
Erschöpfung
Nieren-Yuan-Qi-Leere
„Splen“-Leere
Herz-Qi-Leere
Exsikose
Nervenschwäche

Cystae
Uterus
Splen
Consolidierende
„Unten“
Tonisierende
Augen
Essenz

REN

SHEN

CUSCUTAE

LungE

HämorrhagiE

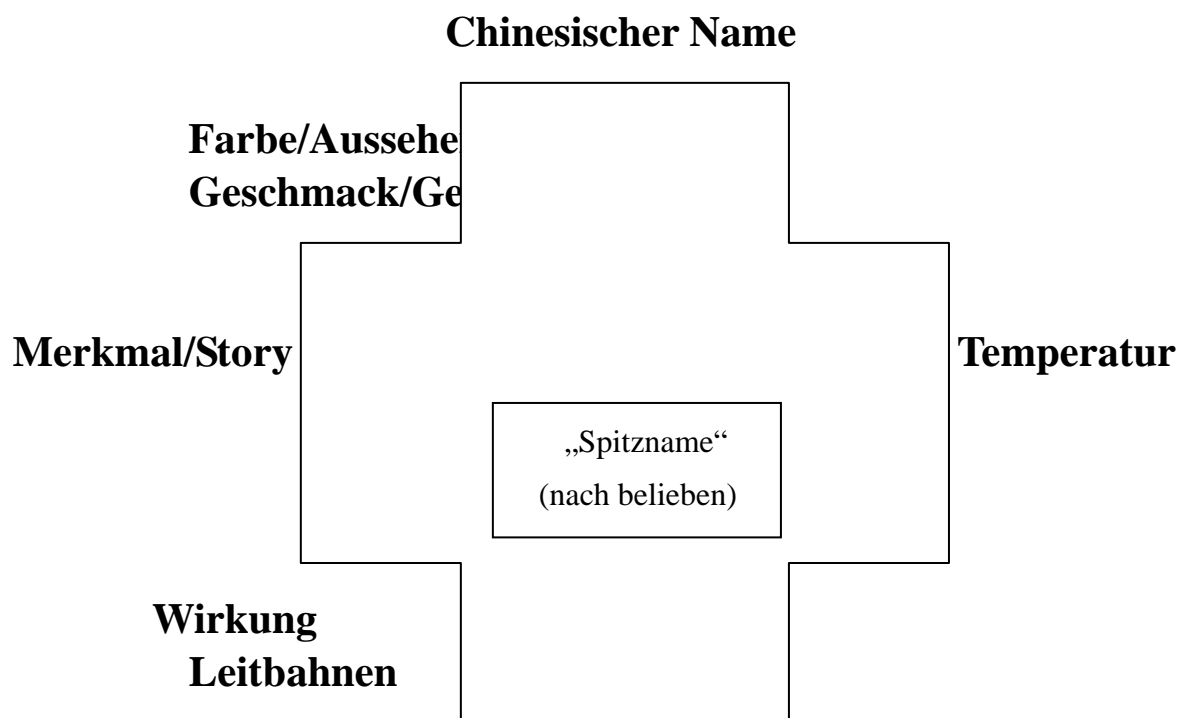
Hierbei kann man sich auch bestimmte anekdotische Eigenschaften der Arzneien merken, wie z.B. das „Shen“ immer für tonisierende Wurzel steht, oder „Tu Si Zi“ heißt wörtlich „Hase-Netzgewebe-Same“, so dass der Hase für die Yang-tonisierende Fruchtbarkeit, das Netzgewebe für die bei Blasensenkung (bei Qi/Yang-Leere) eingesetzte Netz steht, und der Same (Zi heißt auch Nachkomme) für die Fötus-beruhigende Wirkung bei Schwangeren steht.

Eine weitere hervorragende Merktechnik ist eine Abwandlung des sog. „Mind-Mapping“, erfunden von Tony Buzan, für die Pharmakologie-Ausbildung an der Uni Witten-Herdecke von mir abgewandelt in einen Kreis oder ein Kreuz mit folgenden Eigenschaften (s.u.). Hierbei ist es nötig, nach dem Beschäftigen mit der Arznei einen individuellen „Spitznamen“ zu finden, der die für Sie typischste oder am Leichtesten zu merkende Eigenschaft des Mittels charakterisiert.

Um diesen Spitznamen werden während vor dem Kurs die Chinesischen und Lateinischen Namen, der Geschmack laut Buch, die Leitbahn und die Temperatur eingetragen. Während des Kurses ergänzen Sie die linke Seite mit den „live“ erlebten Eigenschaften Farbe, Aussehen, Geschmack/Geruch eine von mir erzählte Anekdote hierzu und die für Sie markantesten Wirkungen.

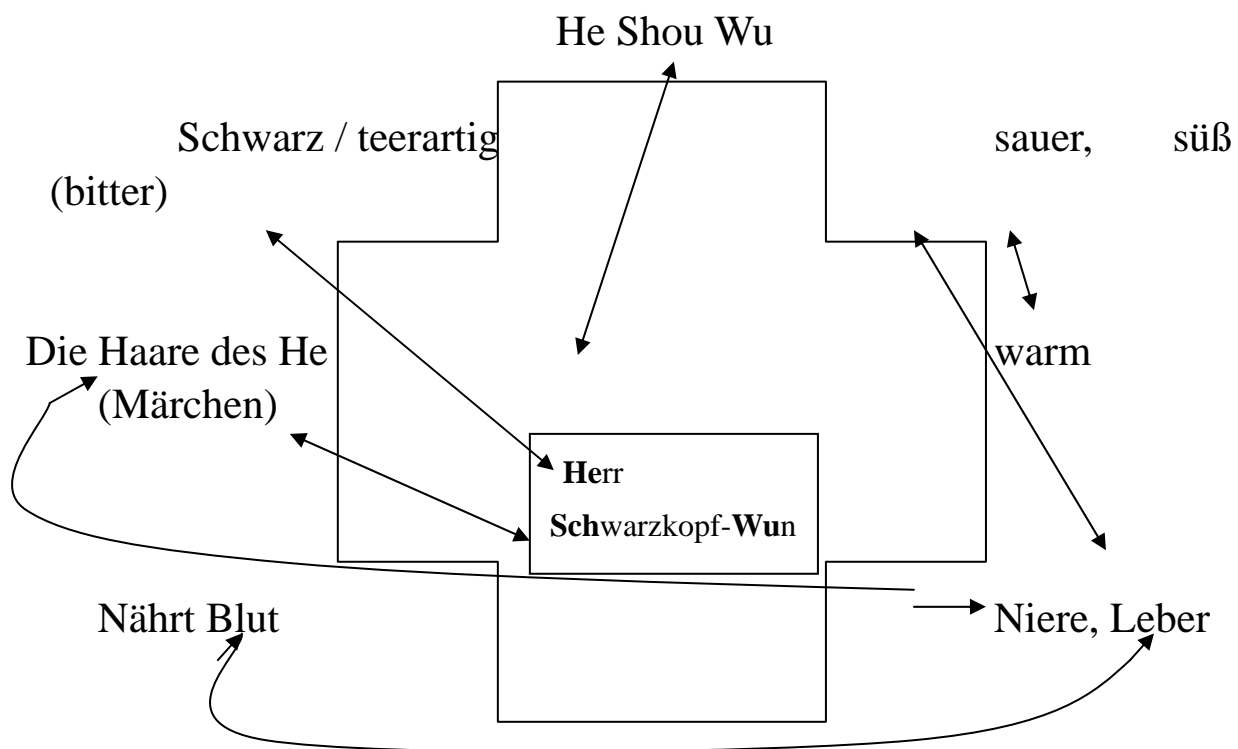
Schließlich werden durch Pfeile wie beim Mind-Mapping Verbindungen zwischen diesen Punkten hergestellt.

### Muster für ein Lernschema bei Einzelarzneien



## **Lateinischer Name**

---



Rx. Polygonum multiflorum

## Bedeutung der Arzneigruppen

### **Qi –Tonisierende Arzneien : Konzept**

Nachdem Professor Fritz Popp die Biophotonen in lebender Materie nachgewiesen hat und sich mit der Erfassung der Leitbahnen der Chinesischen Medizin befasst, in denen ja das Qi fließt, ist es nur noch eine Frage der Zeit um festzustellen, ob es sich bei dem Phänomen „Qi“ um Biophotonen, deren von DNS zu DNS vermittelter Informationsinhalt oder ein noch weiter reichendes Konzept handelt. Sicher ist, dass es sich bei Qi um Energie oder durch Energie übertragende Information handelt, die in allen Lebewesen existiert und in allen Kulturen postuliert wurde, sei es bei uns in Europa als Pneuma, als Prana der Inder, als Ki der Japaner oder als Qi der Chinesen.

Qi-Tonika sollen, wie Sie aus den Grundlagen der TCM wissen, das Qi der Qi-Leere Organe ergänzen.

Die klinischen Hauptsymptome von Qi-Leere umfassen allgemeine Schwäche, Trägheit (mit Verschlechterung durch Bewegung), Muskelschwäche, Kurzatmigkeit, leise Stimme, Hautblässe, dünne Stühle, Inappetenz, spontane Schweißbildung, u. U. Senkung oder Prolaps von Uterus, Rektum, Magen, Blase usw., sowie gedunsene, oft blasse Zunge mit Zahneindrücken und schwache Pulse wie z.B. fein, tief, weich, usw.

Die am Häufigsten betroffenen Zangfu Organe sind Lunge und Milz, da sie das Qi regieren und aus dem Essen und der Luft generieren. Milz-Qi-Tonika wirken auch z.T. blutbildend, da die Milz auch mit dem Blut verbunden ist. Die Niere ist dagegen der Ort des Yuan-Qi, und sorgt via Blasen-Qi für den Transport des Wassers der Blase.

Nebenwirkungen der Qi-Tonika können z.B. Druck und Völlegefühl im Bauch sein, vermehrte Spannung der Brüste, sowie Hitzezeichen wie Pickelchen. I.d.F. müssen Qi-bewegende Arzneien gleichzeitig verwendet werden, um ein Anstauen des Qi zu verhindern.

## **Einzelne Arzneien nach Arzneigruppen**

### **Pharmakologie der Qi-Tonisierenden Arzneien**

Wie wir hier sehen wirken die Qi tonisierenden Arzneimittel hauptsächlich auf sechs wichtige Systeme:

1. Immunsystem,
2. Nervensystem und Gehirn
3. Blut und Blutzusammensetzung
4. Herz und Gefäße
5. Hormonsystem
6. und den Stoffwechsel.

Aber auch direkt gegen Ermüdungserscheinungen und Streßwirkung (adaptogene Wirkung) wurden deutliche Einflüsse festgestellt.

Natürlich dürfen wir daraus nicht den Schluss ziehen, das jede Art von Müdigkeit mit Qi-Tonika behandelt werden kann, eine Müdigkeit durch eine Grippeinfektion könnte durch Ginseng sogar verschlimmert werden, da das aktive Immunsystem i.d.F. von der regulierenden Wirkung des Ginseng gebremst werden würde. In China nannte man eine solche falsche Anwendung von Tonika „die Krankheit tonisieren“. Auch bei Nässe-Hitze Syndromen kann die falsche Anwendung von Tonika die Hitze steigern, oder zur Schleimbildung führen.

Pharm. Name	Chin. Name	Geschmack	Temp.	Tropismus	Immunsystem: Zelluläres I.=Z, Humorales I.=H, Phagozytose=P, ↑periphere Leukozyten=L	Blut: Blutbildung=B, ↓Blutzucker=Z, ↓Blutfette=F, Blutdruck=RR, Antithrombotisch=T	Hormonsystem: Hypoph-NNR=N, Hyp.-Gonaden=G	Stoffwechsel/Entzündung: ↑Proteinstoffw.=P, Antilizerativ=U, Antiphlogistisch=E	Herz/Gefäße: Cardiotonisch=C, Antischämisch=I, Antiarrhythmisch=R	Stärkt Gehirnleistung=G, Adaptive Wirkung=A, Radikalfänger=R	Andere Effekte
Rx. Panax Ginseng	Ren Shen	Süß bitter	n	He, Mi, Lu	Z,H, P,L	B,Z,F, RR,T	N, G	P,U, E	C,I, R	G,A, R	Antimutativ, hepatoprotectiv, ↓Tumorbildung, ↓Ermüdung
Rx. Codonopsis	Dang Shen	süß	n	Mi, Lu	Z,H, P	B,Z, RR,T	N	U,E	C,I	G,A, R	Analgetisch, hepatoprot., antibiotisch, ↓Tumorbildung
Rx. Acanthopanax senticosi	Ci Wu Jia	Scharf, bitter	warm	Mi, Lu, Ni, He	Z,H, P, L	B,Z, RR	N, G	P, E	I, R	G,A, R	Antibiotisch, ↓Ermüdung, reguliert Schilddrüse, ↓Tumorbildung
Rx. Astragalus	Huang Qi	süß	warm	Mi, Lu	Z,H, P, L	B,RR	N, G	P, E	I	G,A, R	diuretisch, leicht antibiotisch
Rx. Atractylodes macrocephalus	Bai Zhu	Bitter, süß	warm	Mi, Ma	Z,H, P, L	B,Z,F, RR,T	N	P, E	I	A	diuret., Gerinnung↓, antibiotisch, hepatoprotektiv
Rx. Glycyrriza uralensis	Gan cao	süß	n	Mi, Lu, He, Ma	Z, H, P	F	N	P, E	R	R	hepatoprotec. detoxifizier., mucolytisch, HIV-viruzid
Rx. Panax quinquefolium	Xi Yang Shen	Süß, bitter	kühl	Lu, Ma	Z, H, P	F		P	R	A, R	virustatisch, ↑Wachstum ↓Mutation, ↓Müdigkeit, ↓Ischämie
Rz. seu Hb. Gynostemmatis	Jiao Gu Lan	Süß, bitter	kalt	Lu, Mi	Z,H, P	F		E,U	I	A, R	beruhigend, sedativ, analgetisch, ↓Tumorbildung, ↓Arteriosklerose, ↓Alterungsprozesse, ↑Fettabbau
Saccharum granorum	Yi Tang	süß	Seite warm	Mi, Ma, Lu							Bisher nichts bekannt

## Qi-Tonisierende Arzneien

### 1. Radix Ginseng (*Ren Shen*)

- **Eigenschaften:** Süß, leicht bitter, leicht warm; **Mi, Lu**
- **Wirkung:** Starke Kräftigung des *Yuan-Qi*, stärkt Lungen, Milz und Magen, kräftigt das Herz-*Qi* und das *Yin*, fördert die Bildung der Körpersäfte, beruhigt den Geist-*Shen*, Kraut wird heute meist durch *Dang Shen* (billiger, ähnliche Wirkung) ersetzt
- **Indikation:** Ernster *Qi*-Kollaps mit flacher Atmung, Kurzatmigkeit, kalten Extremitäten, starkem Schwitzen und kleinem oder schwachem Puls, bei Zuständen nach schwerem Blutverlust, Schwindel, Dyspnoe bei Lungen-*Qi*-Leere, Lethargie, Appetitmangel, Meteorismus, chronischer Diarrhoe und in schweren Fällen Prolaps von Magen, Uterus oder Rektum; Gewichtsverlust bei Schädigung des *Qi* und der Körpersäfte durch hohes Fieber und starkem Schwitzen, Palpitationen mit Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Vergesslichkeit und Unruhezuständen durch *Qi*- und Blut-Leere; als Antagonist zu Excrementum Togopteri (*Wu Ling Zhi*)
- **Kontraindikation:** *Yin*-Leere mit Hitze-Symptomen, Feuchte-Hitze, aufsteigendes Leber-*Yang* mit Bluthochdruck, sehr hoher Blutdruck (systolisch >180mmHg), **Cave:** Bei Überdosierung: Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Palpitationen, Blutdruckanstieg.
- **Kombination:** *Fu Zi* bei starkem Schwitzen, eiskalten Extremitäten, Kurzatmigkeit und anderen Symptomen verbunden mit *Qi*-Kollaps und gestörtem *Yang*; *Bai Zhu* bei Appetitmangel, Diarrhoe, Erbrechen, fokales Spannungsgefühl im Abdomen und Müdigkeit durch Milz- und Magen-*Qi*-Leere; *Wu Wei Zi*, *Mai Men Dong* bei Kurzatmigkeit, Spontanschweiß mit *Qi*- und *Yin*-Leere; *Wu Wei Zi*, *Mai Men Dong*, *Fu Zi*, *Sheng Di Huang*, *Ge Jie* bei Schwindel durch Lungen- und Nieren-*Qi*-Leere; *Ge Jie* bei Schwindel, da Nieren unfähig sind das *Qi* aufzunehmen; *Fu Ling*, *Yuan Zhi* bei Palpitationen, Kurzatmigkeit, Appetitmangel und Schlaflosigkeit durch Leere-Syndrom von Herz und Milz; *Shou Di Huang*, *Tian Men Dong* bei Fieber, Durst, Reizbarkeit, Kurzatmigkeit und trockener, roter Zunge durch *Qi*- und *Yin*-Leere; *Zi Su Ye* bei *Qi*-Leere-Syndromen durch äußere Wind-Kälte
- **Dosis:** 3 - 9 g.

## 2. Radix Astragali Membranacea (*Huang Qi*)

- **Eigenschaften:** Süß, leicht warm; **Mi, Lu**
- **Wirkung:** Stärkt die Milz, hebt das *Yang-Qi* von Milz und Magen, stabilisiert Körperoberfläche, beseitigt Schwitzen, fördert die Diurese, beseitigt Ödeme, fördert die Ausleitung von Eiter, stärkt *Qi* und Blut
- **Indikation:** Leere-Syndrom der Milz mit Appetitmangel, Müdigkeit, Diarrhoe, Uterus-, Magen- oder Rektumprolaps, uterine Blutung, Erkältungsanfälligkeit, Dyspnoe, Ödeme durch Leere-Syndrome, chronische, schlecht heilende Ulzerationen oder Entzündungen mit schlecht abfließendem Eiter, Fieber im Wochenbett durch *Qi*- und Blut-Leere, Erholungsphase nach schwerem Blutverlust, Gewichtsverlust
- **Kontraindikation:** *Yin*-Leere mit Hitze-Symptomen, Erkrankungen durch äußere, pathogene Hitze
- **Kombination:** *Ren Shen* bei generalisierter Schwäche, Appetitmangel, Müdigkeit, Spontanschweiß durch *Qi*-Leere; *Fu Zi* bei Spontanschweiß durch *Yang*-Leere; *Bai Zhu* bei Schwäche und Mattigkeit durch Milz-*Qi*-Leere; Rad. Angelicae sinensis (*Dang Gui*) bei blutungsbedingter Müdigkeit, subfebrilen Temperaturen, Reizbarkeit, Durst und schlecht heilenden Wunden; *Sheng Ma*, Rad. Bupleuri (*Chai Hu*) bei schwachem, abgesunkenem Milz-*Qi* z.B. mit Uterus- oder Rektalprolaps und starken Uterusblutungen; Rad. Ledebouriellae (*Fang Feng*) bei Spontanschweiß (schwaches Abwehr-*Wei-Qi*) zusammen mit *Bai Zhu* zur Belebung des postpartalen *Qi*; *Han Fang Ji* bei tauben, schmerzhaften und geschwollenen Extremitäten oder Gesicht, Schwitzen, Windaversion, Oligurie; *Gui Zhi* bei steifer, schmerzhafter Muskulatur durch *Qi*- und Blut-Leere; *Chuan Shan Jia* bei eitrigen Entzündungen vom *Yin*-Typ (brechen nicht heraus oder zeigen nur dünnen, klaren Sekretfluss; *Mu Li* bei *Yang*-Leere oder *Yin*- und *Qi*-Leere mit Spontan- und/oder Nachtschweiß; *Shan Yao*, *Sheng Di Huang* bei Gewichtsverlust
- **Dosis:** 9 - 30 g; zur lokalen Anwendungen in Honig rösten

## 3. Radix Codonopsis (*Dang Shen*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Mi, Lu**
- **Wirkung:** Kräftigt mittleren *San Jiao* und stärkt *Qi*, kräftigt Lungen, nährt

#### Flüssigkeiten und Blut

- **Indikation:** Appetitmangel, Müdigkeit, müde Extremitäten, Diarrhoe, Erbrechen, chronische Erkrankungen mit Milz-*Qi*-Leere, Uterus- oder Analprolaps durch Milz-*Qi*-Kollaps, chronischer Husten, Kurzatmigkeit, maulvolle Expektion, Gewichtsverlust und Durst durch Schädigung der Flüssigkeiten
- **Kontraindikation:** Symptome einer Überaktivität des *Yang* durch *Yin*-Leere
- **Kombination:** Rad. Astragali (Huang Qi) bei Müdigkeit, Kurzatmigkeit, Diarrhoe, Appetitmangel durch Lungen- und Milz-*Qi*-Leere; Rad. Angelicae sinensis (Dang Gui) bei Schwindelanfällen, Schwäche, Mattigkeit durch *Qi*- und Blut-Leere; *Bai Zhu* bei Appetitmangel, Diarrhoe und Erbrechen
- **Dosis:** 6 - 30 g, Ersatzdroge für Ginseng (billiger).

#### 4. Radix Dioscoreae Oppositae (*Shan Yao*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Mi, Lu, Ni**
- **Wirkung:** Kräftigt die Milz und den Magen, unterstützt die Lunge und nährt die Nieren
- **Indikation:** Appetitmangel, Diarrhoe, Müdigkeit und Spontanschweiß durch Leere-Syndrom von Magen und Milz; Spermatorrhoe, Ausfluß und Pollakisurie; bei Auszehrungs- und Durstsymptomen (befeuchtet und ist weder heiß noch kalt und unterstützt somit gleichzeitig *Yin* und *Yang* der Lunge und der Nieren)
- **Kontraindikation:** Fülle-Syndrom
- **Kombination:** *Fu Ling* bei dünnen, wässrigen Stühlen durch Milz-Leere-Syndrom; *Dang Shen* bei Müdigkeit, Schwäche, Appetitverlust und wässrigen Stühlen durch Leere-Syndrom von Nieren und Milz, auch bei Husten mit dünnem, wässrigem Auswurf, Appetitverlust, Müdigkeit und Gewichtsverlust durch Milz- und Lungen-Leere; *Shou Di Huang*, *Shan Zhu Yu* bei Spermatorrhoe und Nachtschweiß durch Nieren-Leere; *Qian Shi* bei Diarrhoe, Spermatorrhoe oder Ausfluß durch Nieren-Leere; *Tian Hua Fen* bei Reizzustand, Durst in Verbindung mit Flüssigkeitsschädigung bei fieberhaften (Hitze-) Erkrankungen oder bei Auszehrungs- und Durst-Syndrom
- **Dosis:** 9 – 30 g.

#### 5. Radix Glycyrrhizae Uralensis (*Gan Cao*)

- **Eigenschaften:** Süß, warm (geröstet), neutral (roh); alle 12 Meridiane, besonders **Mi, Lu, He, Ma**
- **Wirkung:** Stärkt die Milz, fördert *Qi*; befeuchtet die Lungen, beseitigt Husten, klärt Hitze, entgiftet, löst Schleim, lindert Schmerzen und Spasmen, harmonisiert den Charakter anderer Kräuter
- **Indikation:** Milz-, *Qi*- oder Blut-Leere-Syndrome, Appetitmangel, Diarrhoe, Palpitationen, Spontanschweiß, Husten, Kurzatmigkeit (bei Hitze und Kälte in den Lungen), roh bei Karbunkel, Halsentzündungen durch toxisches Feuer, schmerzhafte Spasmen im Abdomen und Beinen, unterstützt andere Kräuter, in die Meridiane zu gelangen
- **Kontraindikation:** Pathogene Nässe, Übelkeit, Erbrechen; **Cave:** Kombination mit *Jing Da Ji, Yuan Hua, Gan Sui, Hai Zao* traditionell verboten. Bei langer Anwendung und hoher Dosierung kann es bei manchen Patienten zu arteriellem Hypertonus und Ödemen kommen.
- **Kombination:** *Dang Shen* bei Appetitmangel, Müdigkeit, Diarrhoe durch Milz-Leere-Syndrom, zusammen mit *Gui Zhi* bei Palpitationen durch Herz-*Qi*-Leere; *Rad. Platycodi (Jie Geng)* bei Halsentzündung, besonders bei und akuten Formen; *Flos Lonicerae (Jin Yin Hua)* bei Akne; *Bai Shao* bei Bauchschmerzen, Darmkrämpfen, Muskel-, insbesondere Wadenkrämpfen; *Semen Armeniacae (Xing Ren)*, *Chuan Bei Mu* bei trockenem Husten durch Hitze; *Pu Gong Ying* bei Abszessen und infektiösen Schwellungen (innerlich und äußerlich anzuwenden); *Hai Piao Xiao, Wa Leng Zi* bei Dyspepsie verbunden mit Übersäuerung
- **Dosis:** 3 - 12 g.

## 6. *Rhizoma Atractylodis Macrocephalae (Bai Zhu)*

- **Eigenschaften:** Bitter, süß, warm; **Mi, Ma**
- **Wirkung:** Stärkt Milz und *Qi*, transformiert Nässe, stabilisiert die Körperfläche und beseitigt Schwitzen, fördert die Diurese, beugt einem drohendem Abort vor
- **Indikation:** Diarrhoe, Müdigkeit, Appetitmangel, Meteorismus, Gewichtsverlust, Erbrechen bei Magen- und Milz-*Qi*-Leere, Ödeme, Oligurie
- **Kontraindikation:** *Yin*-Leere mit Hitze-Symptomen
- **Kombination:** *Cang Zhu* bei schmerzhafter Obstruktion durch Feuchte-Kälte oder

Fluor vaginalis; *Fu Ling* bei Stagnation der Körpersäfte durch Milz-Leere-Syndrom mit Spannungsgefühl im Thorax und Ödemen; *Gan Jiang* bei Bauchschmerzen, Meteorismus, Erbrechen und Diarrhoe mit Leere des mittleren *San Jiao* durch Kälte; Rad. *Scutellaria* (Huang Qin) bei unruhigem Fötus

- **Dosis:** 4.5 - 9 g

## 7. Radix Panacis Quinquefolii (*Xi Yang Shen*)

- **Eigenschaften:** Süß, leicht bitter, kalt; **Lu, He, Ni**

- **Wirkung:** Fördert *Qi* und die Regeneration der Körpersäfte, nährt das *Yin*, besonders der Lungen

- **Indikation:** *Yin*-Leere-Syndrome mit Hitze-Symptomen, chronischem, hartnäckigem Fieber oder als Folgezustand fieberhafter Erkrankungen mit Schwäche, Reizbarkeit und Durst, Lungen-*Yin*-Leere mit Husten, Hämoptysis und Verlust der Stimme.

- **Kontraindikation:** Milz- und Magen-Syndrome durch Nässe-Kälte

- **Kombination:** *Gypsum Fibrosum* (*Shi Gao*), *Zhi Mu* bei hohem Fieber, Durst, Diarrhoe und Dehydration bei fieberhaften (Wen Bing-) Erkrankungen mit Schädigung des *Qi* und der Körpersäfte und bei *Yangming*-Syndromen mit begleitendem *Qi*-Leere

- **Dosis:** 3 - 9 g.

## 8. Fructus Ziziphi Jujubae (*Da Zao* oder *Hong Zao*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Mi, Ma**

- **Wirkung:** Stärkt die Milz und unterstützt den Magen, nährt das Nähr-*Ying-Qi*, befeuchtet Trockenheit, beruhigt den Geist, harmonisiert und mildert rauhe Eigenschaften anderer Kräuter

- **Indikation:** Schwäche, Kurzatmigkeit, Mattigkeit durch Leere-Syndrom von Milz und Magen; Gereiztheit, schwere emotionale Labilität und Muskelzuckungen als Syndrom der Organdisharmonie durch Leere-Syndrom von Herz und Milz oder eingezwängtem Leber-*Qi*; in Kombination mit anderen Kräutern zur Abmilderung von strengen, rauhen Eigenschaften

- **Kontraindikation:** Nassesretention mit Blähungen und Spannungsgefühl im

Oberbauch und bei intestinaler Parasiteninfektion

- **Relative Kontraindikation:** Erkrankungen durch Schleim-Nässe
- **Kombination:** Galatinum Corii Asini (E Jiao) bei Nähr-*Ying-Qi*- und Blut-Leere; Radix Glycyrrhizae (*Gan Cao*), *Fu Xiao Mai* bei Syndrom der Organdisharmonie; Rhiz. Zingiberis Officinalis Recens (Sheng Jiang) zur Harmonisierung von Nähr-*Ying-Qi* und Aufrechtes-*Zheng-Qi* und zur Wirkungsverstärkung anderer Kräuter auf *Qi* und Blut durch leichtere Verdauung und Resorption; *Yuan Hua*, *Gan Sui* zur Reduzierung der Schädigung von Magen und Milz durch andere Kräuter; allgemein bei Rezepturen mit großen Mengen an scharfen oder bitteren Substanzen zur Abmilderung
- **Dosis:** 10 –30 g (oder 3 – 10 Früchte).

## Weitere Qi-Tonika (optional)

### Radix Pseudostellariae Heterophyllae (*Hai Er Shen* oder *Tai Zi Shen*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Mi, Lu, He**
- **Wirkung:** Stärkt die Milz, unterstützt *Qi*, fördert die Flüssigkeitsbildung
- **Indikation:** Leere-Syndrom von Milz und Magen mit Müdigkeit, Appetitmangel, Lungen-*Qi*-Leere mit Spontanschweiß, Durst und geschädigten Flüssigkeiten nach Erkrankungen des Herzens, andauerndem Fieber oder Sommer-Hitze bei Kindern
- **Kombination:** *Wu Wei Zi* bei Schlaflosigkeit, anhaltender Reizbarkeit und Schwäche durch *Qi*-Leere; *Sha Shen*, *Shan Yao* bei *Qi*- und *Yin*-Leere-Syndromen, z.B. als Folge von fieberhaften (Hitze-) Erkrankungen (Wen Bing)

**Dosis:** 6 - 15 g.

### Semen Dolichoris Lablab (*Bian Dou* oder *Bai Bian Dou*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Mi, Ma**
- **Wirkung:** Stärkt die Milz, klärt Sommer-Hitze
- **Indikation:** Diarrhoe und Erbrechen durch Sommer-Hitze (; chronische Diarrhoe mit lauten Magengeräuschen oder bei Ausfluss durch Milz-Leere-Syndrom
- **Kontraindikation:** Intermittierendes Fieber, Erkältung und allgemein bei pathogener Kälte
- **Kombination:** *Bai Zhu*, *Shan Yao* bei Diarrhoe oder Ausfluss durch

Milz-Leere-Syndrom; *Xiang Ru, Hou Po* bei Erbrechen und Diarrhoe durch Sommer-Hitze und Nässe

- **Dosis:** 6 – 18 g (geröstet zur Stärkung der Milz).

**Rx. *Acanthopanax senticosi* (*Ci Wu Jia, Xiang Wu Jia*)**

- **Eigenschaften:** scharf, bitter, warm, **Ni, Mi, He**

- **Wirkung:** Tonisiert das Qi der Milz, stärkt das Nieren-Yang, beruhigt Shen

- **Indikation:** Müdigkeit, Schwäche in Rücken und Knie, Inappetenz, unruhiger oder traumreicher Schlaf.

- **Kontraindikation:** Keine, *Ci Wu Jia* ist relativ mild in der Wirkung.

- **Kombination:** Bei Qi-Leere mit *Ren Shen, Bai Zhu*, oder *Gan Cao*; bei Yang-Leere mit *Du Zhong, Yin Yang Huo* oder *Sang Ji Sheng*, bei Schlafstörungen mit Shen beruhigenden Arzneien.

- **Dosis:** 9-30g

**Rz. seu Hb. *Gynostemmatis* (*Jiao Gu Lan*)**

- **Eigenschaften:** süß, bitter, kalt, **Mi, Lu, He**

- **Wirkung:** Befeuchtet die Lunge, beruhigt das Herz-Shen, kühlt Hitze und Toxine, ergänzt Körperflüssigkeiten, wandelt Schleim um.

- **Indikation:** Allgemeine Schwäche und zur Rekonvaleszenz, Asthma, chron. Bronchitis, Kurzatmigkeit, Entzündungen und Ulzerationen wie z.B. bei Herpes zoster, bei Agitationen und Nervosität.

- **Kontraindikation:** Vorsicht bei der Einnahme auf nüchternen Magen.

- **Kombination:** Bei Atemwegsstörungen mit anderen kühlenden oder schleimwandelnden Arzneien wie *Tian Men Dong, Xuan Fu Hua*; bei Hitze mit *Long Dan Cao* (Herpes), *Bai Hua She She Cao* usw; bei Unruhe mit Shen beruhigenden Arzneien wie *Long Gu* oder *Suan Zao Ren*.

- **Dosis:** 6-15g

**Saccharum Granorum (*Yi Tang*)**

- **Eigenschaften:** Süß, leicht warm; **Mi, Ma, Lu**
- **Wirkung:** Kräftigt das *Qi* des mittleren *San Jiao*, lindert Schmerzen, befeuchtet die Lunge und lindert Husten
- **Indikation:** Chronische Bauchschmerzen mit vermehrtem Speichelfluss, blasser, weißlich belegter Zunge und langsamem, tiefem Puls durch Schwäche des mittleren *San Jiao* infolge von Kälte; bei unproduktivem Husten mit langsamer Atmung und schwacher Stimme durch Lungen-Leere
- **Kontraindikation:** Erbrechen und Erkrankungen durch innere Feuchte-Hitze
- **Kombination:** *Gui Zhi, Bai Shao, Radix Glycyrrhizae (Gan Cao)* bei Bauchschmerzen durch Leere des mittleren *San Jiao* infolge von Kälte, auch bei Schwäche nach chronischen Erkrankungen durch äußere Wind-Kälte, zusammen mit Rad. Astragali (*Huang Qi*) bei Leere-Symptomen insbesondere postoperativ; *Bai Bu, Semen Armeniacae (Xing Ren)* bei trockenem Husten mit Dyspnoe und schwacher Stimme bei Erkrankungen durch Lungen-Leere
- **Dosis:** 30 – 60 g, am Ende des Kochens im abgegossenen Dekokt auflösen.

## **Blut nährende Arzneien : Konzept**

Im Gegensatz zum *Qi* muss das Konzept von Blut nicht besonders erklärt werden. Aufgrund der in der TCM festgelegten Eigenschaften des Blutes umfasst eine Blut-Leere weit mehr als die biomedizinisch definierte Anämie.

Die klinischen Hauptsymptome von Blut-Leere umfassen Schwindel und verschwommenes Sehen, fahle Hautblässe und Lippen, trockene Haare und Nägel, Herzklopfen, Schlafstörungen, trockene Stühle, verspätete Menstruation mit dünnem spärlichen Blut, eine blasse Zunge mit wenig oder trockenem Belag und ein feiner oder rauher und kraftloser oder hohler Puls.

Die am häufigsten betroffenen Zangfu Organe sind Leber und Herz, da sie das Blut speichern oder regieren. Da eine TCM Blut-Leere nicht immer mit Anaemie gleichzusetzen ist, stimulieren nur einige die Hematopoese, aber durch Ihre Wirkung auf Zusammensetzung und Zirkulation des Blutes wirken sie fast alle auf Herz oder Leber und Hormonsystem. Ihre Wirksamkeit erhöht sich durch Kombination mit Yin-Nährenden Arzneien, können dann jedoch durch Ihre Klebrigkeit Verdauungsbeschwerden wie z.B. Völlegefühl und Blähungen verursachen. Deshalb müssen sie i. d. F. mit Magen stärkenden oder Verdauungsstagnation beseitigenden

Arzneien kombiniert werden.

### **Pharmakologie der Blut nährenden Arzneien**

Unter den Blut-nährenden Arzneien finden wir viele, die wirklich die Blutbildung oder Produktion bestimmter Blutzellen fördern. Aber auch hier wirken viele Arzneien auf die vier Systeme Immunsystem, Blut- und Gefäßsystem, Hormonsystem und den Stoffwechsel.

Pharm. Name	Chin. Name	Temp.	Geschmack	Tropismus	Immunsystem: Zelluläres I.=Z, Humorales I.=H, Phagozytose=K, Interferon=I, Leukozyten=L	Blut: Blutbildung=B, ↓Blutzucker=Z, ↓Blutfette=F, Blutdruck=D, Antithrombotisch=T	Hormonsystem: Hypoph=N, Hypo-NNR=N, Hypo-Gonaden=G	Stoffwechsel/Entzündung: ↑Proteinstoffw.=P, Antitumorativ=U, Antiphlogistisch=E	Herz/Gefäße: Cardiotonisch=C, Antischämisch=I	Stärkt Gehirnleistung=G, Adaptive Wirkung=A, Radikalfänger=R	Andere Effekte
Rx. Angelica sinensis	Dang Gui	Süß, scharf, bitter	warm	He, Le, Mi	Z, H, P	B, F, T, RR		E	I, C	R, G	↔Uterusmuskulatur, ↑cerebrale Durchblutung, antiasthmatisch, ↓Strahlenschäden, hepatoprotectiv, antibact., ↓Tumorbildung, analgt.
Placenta hominis	Zi He Che	Süß, salzig	warm	He, Lu, Ni	Z, H, P			G P	C		↓Tumorbildung, ↔ Immunreaktionen, antibiotisch, virustatisch, ↑Interferon, ↑IL-2, ↑Blutgerinnung
Rx. Rehmannia praep.	Shou Di Huan g	süß	warm	Le, Ni, he	L, P	B, Z					diuretisch, antibiot., Antihyperthyreotisch
Rx. Polygonum multiflorum	He Shou Wu	Bitter, süß, adstr.	warm	Le, Ni, He	Z, H, P	F, Z	N		C, I	R, G	Antibiot., ↓MAO, hepatoprotectiv
Rx. Pöonia	Bai Shao	Bitter, sauer	kühl	Le, Mi	Z, H, P, L	B, RR		E	C, I		beruhigend, analgetisch, gg Schockzustände, fiebersenkend, antibiotisch
Gelatinum Asini	E Jiao, A jiao	süß	n	Lu, Le, Ni	Z, P, L	B, Z			I	A	Hepatoprotect., gegen Schockzustände, gegen Strahlenschäden, ↓Müdigkeit
Arillus Longana	Long Yan Rou	süß	warm	He, Mi	Z, H, P					A	↓MAO, Antibiotika

## **Blut nährende Kräuter**

### **1. Gelatinum Corii Asini (*E Jiao, A Jiao*)**

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Le, Lu, Ni**
- **Wirkung:** Kräftigt und nährt das Blut, beendet Blutungen, nährt und befeuchtet das *Yin*
- **Indikation:** Schwindel, ungesunde, gelbliche Gesichtsfarbe und Palpitationen durch Blut-Leere; verschiedene Arten von Blutungen wie Hämoptysis, Meläna, starke Menstruations- oder Uterusblutungen; Gereiztheit, Schlaflosigkeit, und trockener Husten durch *Yin*-Leere nach fieberhaften Erkrankungen
- **Kontraindikation:** Pathogenen äußeren Erkrankungen
- **Kombination:** Rad. Angelicae sinensis (*Dang Gui*), *Dang Shen* bei Schwindel und Palpitationen durch Blut-Leere; *Bai Shao, Ai Ye* bei starken Menstruationsblutungen; *Bai Shao*, Rad. Scutellaria (*Huang Qin*) bei Gereiztheit und Schlaflosigkeit durch *Yin*-Leere und Schädigung der Körpersäfte nach fieberhaften Erkrankungen, Fruct. Arctii Lappae (*Niu Bang Zi*), *Semen Armeniacae (Xing Ren)* bei trockenem Husten durch Lungen-Hitze, *Pu Huang* zur Beendigung von Blutungen; *Sheng Di Huang* bei Hämatemesis oder Nasenbluten durch Blut-Hitze
- **Dosis:** 3 - 15 g; auch als hydrophiles Konzentrat erhältlich.

### **2. Radix Angelicae Sinensis (*Dang Gui*)**

- **Eigenschaften:** Süß, scharf, bitter, warm; **He, Le, Mi**
- **Wirkung:** Kräftigt und harmonisiert das Blut und reguliert die Menstruation, befeuchtet die Därme und bewegt den Stuhl, lindert Schmerzen
- **Indikation:** Erkrankungen mit blaß-grauer Gesichtsfarbe, Tinnitus, verschwommenem Sehen durch Blut-Leere; Palpitationen oder Menstruationsbeschwerden, FlüssigkeitsLeere im Darm ( und Schmerzen in den Extremitäten durch Blut-Stagnation; Bauchschmerzen, Karbunkel, chronische Gelenkschmerzen durch Wind-Feuchte, Hautblutungen nach Verletzungen
- **Kontraindikation:** *Yin*-Leere-Syndrome mit Hitze-Symptomen. Diarrhoe und weicher Stuhl durch pathogene Nässeretention bei Milz-Qi-Leere.

- **Kombination:** Rad. Astragali (Huang Qi) bei Blässe, Schwäche, Müdigkeit, ulzerierte Abszesse mit ungenügendem oder schwachem (Eiter-)Abfluß; *Bai Shao, Shou Di Huang*, Rad. Ligusticum (Chuan Xiong) bei Menstruationsbeschwerden; *Tao Ren, Hong Hua* bei Amenorrhoe, Schmerzen und Schwellungen durch Blut-Stagnation; Rad. Astragali (Huang Qi) mit Lammfleisch und frischem Ingwer bei Ermüdung und Schwäche von Frauen im Wochenbett; *Rou Cong Rong, Huo Ma Ren* bei chronischer Obstipation durch Blut- und *Qi*-Leere, *Gui Zhi* bei schmerzhaften Verspannungen, Dysmenorrhoe und verspäteter Menstruation durch Wind-Feuchte

- **Dosis:** 3 - 15 g.

### 3. Radix Paeoniae Albae (*Bai Shao* oder *Bai Yao*)

- **Eigenschaften:** Bitter, sauer, kühl; **Le, Mi**

- **Wirkung:** Nährt das Blut und die Leber, beruhigt Leber-*Yang*, lindert Schmerzen, belebt *Yin*, harmonisiert Nähr-*Ying-Qi*- und Abwehr-*Wei-Qi*, beseitigt Schwitzen, reguliert die Menstruation

- **Indikation:** Blut-Leere mit unregelmäßiger Menstruation oder Dysmenorrhoe, Fluor vaginalis, Uterusblutungen, Schmerzen im Thorax, Hypochondrium ( und Abdomen, Leber-*Qi*-Depression, Disharmonie zwischen Leber und Milz, Abdominalspasmen, Spasmen der Hände und Füße, Kopfschmerzen, Schwindel durch aufsteigendes Leber-*Yang*, Nachtschweiß durch *Yin*-Leere

- **Kombination:** *Radix Glycyrrhizae (Gan Cao)* bei Bauchschmerzen durch Disharmonie zwischen Leber und Magen oder muskulären Spasmen durch Blut-Leere; Rad. Astragali (Huang Qi), Rhiz. Coptis (Huang Lian) bei entzündlichen Darmerkrankungen mit Feuchte-Hitze; Rad. Angelicae sinensis (Dang Gui), *Shou Di Huang* bei Schwindel, verschwommenem Sehen, Dysmenorrhoe in Verbindung mit Blut-Leere oder Blut-Stagnation; Rad. Angelicae sinensis (Dang Gui), *Shou Di Huang, Mai Men Dong* bei Tinnitus, Schwindel, verschwommenem Sehen, Taubheit in den Extremitäten und Muskelspasmen durch Leber-*Yin*-Leere; *Gui Zhi* bei Leere-Syndromen durch äußere Wind-Kälte mit Schwitzen ohne subjektive Erleichterung; Rad. Bupleuri (Chai Hu) bei Schmerzen im Hypochondrium durch Leber-*Qi*-Depression; Ramulus Uncaria (Gou Teng), Flos Chrysanthemi Morifolii (Ju Hua) bei Kopfschmerzen und Schwindel durch aufsteigendes Leber-*Qi*

- **Dosis:** 6 - 15 g.

#### 4. **Radix Polygoni Multiflori** (*He Shou Wu* oder *Shou Wu*)

- **Eigenschaften:** Bitter, süß, zusammenziehend, leicht warm; **Le, Ni**

- **Wirkung:** Stärkt die Leber und die Nieren, nährt das Blut, schützt die Lebensessenz-*Jing*, wirkt entgiftend, befeuchtet die Därme, bewegt den Stuhl, vertreibt Wind von der Haut durch die blutnährende Wirkung

- **Indikation:** Schwindel, Visusstörungen, frühzeitiges Harrergrauen, Schwäche im LWS-Bereich und in den Knien, Entzündungen der Extremitäten und Schlaflosigkeit durch Yin- und Blut-Leere; bei Nykturie, Spermatorrhoe oder Ausfluss durch Essenz-Verlust; bei Furunkel, Struma, Knoten im Nacken durch toxisches Feuer; bei Verstopfung durch Blut-Leere; bei Ausschlägen durch Wind infolge von Blut-Leere

- **Kontraindikation:** Schleimretention oder Milz-Leere-Syndrom

- **Kombination:** *Gou Qi Zi*, *Bu Gu Zhi*, *Tu Si Zi* bei Schwäche, Entzündungen des Rückens und der Knie, Schwindel, Sehstörungen, frühzeitiges Haarergrauen, Spermatorrhoe, Ausfluss und anderen Zeichen des vorzeitigen Alterns bei Leber- und Nieren-Leere-Syndromen; Ramulus Loranthii seu Visci (*Sang Ji Sheng*), *Nu Zhen Zi*, Rad. *Acyranthes* (*Niu Xi*) bei Schwindel, Sehstörungen und Steifheit der Extremitäten durch Leber-Blut-Leere; *Xuan Shen*, Fruct. *Forsythiae* bei Abszessen und anderen Schwellungen durch toxisches Feuer; *Ku Shen*, *Bai Xian Pi*, *Jing Jie* bei Juckreiz und Ausschlag durch Wind infolge von Blut-Leere

- **Dosis:** 9 – 30 g (möglichst nicht im Stahltopf zubereiten)

#### 5. **Radix Rehmanniae Glutinosae Conquिताe** (*Shu/Shou Di* oder *Shu/Shou Di Huang*)

- **Eigenschaften:** Süß, leicht warm; **Le, Ni, He**

- **Wirkung:** Nährt das Blut, stärkt das *Yin*, ergänzt die Essenz-*Jing* und das Mark

**Cave:** Diarrhoe, Bauchschmerzen, Schwindel, EnergieLeere, Palpitationen als mögliche NW; verschwinden meist nach fortgesetzter Anwendung

- **Indikation:** Blut-Leere-Syndrome mit blassem Gesicht, Schwindel, Palpitationen, Schlafstörungen, auch bei unregelmäßiger Menstruation, uterinen Blutungen und Blutungen bei Frauen im Wochenbett, Nieren-*Yin*-Leere mit Nachtschweiß,

Gewichtsverlust, Schwindel, verschwommene Sicht, Tinnitus, Taubheit, verfrühtes Haarergrauen durch Leere des *Jing* (Lebensessenz) und des Blutes

- **Relative Kontraindikation:** Leere-Syndrom von Milz und/oder Magen, *Qi*-Stagnation oder Schleimretention

- **Kombination:** Rad. *Angelicae sinensis* (Dang Gui), *Bai Shao*, Rad. *Ligusticum* (Chuan Xiong) bei Schwindel, Palpitationen, Schlafstörungen und Dysmenorrhoe durch Blut- und *Yin*-Leere (traditionelles Rezept *Si Wu Tang* , zusammen mit Galatinum *Corii Asini* (E Jiao), *Ai Ye* bei starken uterinen Blutungen, zusammen mit *Bai Zi Ren*, *Suan Zao Ren* bei Schlafstörung und Palpitationen; *Shan Zhu Yu*, *Shan Yao* bei Schwindel, Tinnitus, Schwäche und Entzündung im LWS-Bereich, Impotenz, Spermatorrhoe, Nachtschweiß und andere Symtome durch Leber- und Nieren-Leere; *Gui Ban* bei Schwindel, Tinnitus, Schlafstörung, Vergeßlichkeit, nachmittägliches Fieber und Nachtschweiß durch *Yin*-Leere und resultierendem aufsteigendem *Yang*; *Gui Ban*, *Huang Bai*, *Zhi Mu* verstärken die Fähigkeit, Hitze-Leere-Symtome zu unterdrücken; Fruct. *Amomum villosum* (Sha Ren) bei Patienten mit Blut- und Milz-Leere

- **Dosis:** 9 - 30 g.

## 6. Fructus Lycii (*Gou Qi Zi*)

- **Eigenschaften:** Süß, neutral; **Le, Ni, Lu**

- **Wirkung:** Nährt und belebt die Leber und Nieren, ergänzt die Essenz-*Jing*, verbessert die Sehschärfe, befeuchtet die Lungen

- **Indikation:** *Yin*- und Blut-Leere-Syndrome mit schmerzdem Rücken und Beinen, leichten Bauchschmerzen, Impotenz, Nykturie, Husten, Gewichtsverlust, Durst, Leber- und Nieren-*Yin*-Leere-Syndrome, Essenz-*Jing* und Blut sind zur Ernährung der Augen nicht imstande, Schwindel, Visusverlust

- **Kontraindikation:** Äußere, pathogene Hitze-Syndrome, Milz-Leere-Syndrom mit Nässe

- **Kombination:** *Shou Di Huang*, *Tu Si Zi*, *Du Zhong* (Cortex *Eucommniae*) bei Schwindel, Tinnitus, Schwäche, Impotenz, Spermatorrhoe durch *Yin*- und Blut-Leere (Leber- und Nieren-Leere); Flos *Chrysanthemi Morifolii* (Ju Hua) bei Tinnitus, Kopfschmerzen, Visusverschlechterung durch Leber- und Nieren-Leere; Rad. *Angelicae sinensis* (Dang Gui), *Shou Di Huang*, *Sha Shen*, Fruct. *Meliae Toosendan* (Chuan Lian Zi)

bei Schmerzen im Hypochondrium und Oberbauch mit Mundtrockenheit und Durst, bitterem Mundgeschmack, saurem Aufstoßen durch *Yin*-Leere und Leber-*Qi*-Depression  
- **Dosis:** 6 - 15 g.

## Weitere Blut-nährende Arzneien (optional)

### Arillus Euphoriae Longanae (*Long Yan Rou* oder *Gui Yuan Rou*)

- **Eigenschaften:** Süß, warm; **He, Mi**
- **Wirkung:** Stärkt das Herz und die Milz, nährt das Blut, beruhigt den Geist-*Shen*
- **Indikation:** Schlaflosigkeit, Palpitationen, Vergesslichkeit oder Schwindel durch Leere-Syndrom von Herz und Milz
- **Kontraindikation:** Schleim-Feuer oder Nässe im mittleren *San Jiao*
- **Kombination:** *Suan Zao Ren* bei Palpitationen und Schlaflosigkeit durch Herz-Blut-Leere, insbesondere bei gleichzeitigem Milz-*Qi*-Leere; *Bai He* bei leichter Schlafstörung und Gereiztheit; *Shi Chang Pu* bei Vergesslichkeit, Schwindel und Müdigkeit durch Blut- und Herz-*Qi*-Leere
- **Dosis:** 6 - 15 g (auch als rohes Fruchtfleisch verzehrt oder als Tee).

### Plazenta hominis (*Zi He Che, Tai Pan, Bao Yi*)

- **Eigenschaften:** süß, salzig, warm, **Lu, Ni**
- **Wirkung:** Nährt Blut, baut Essenz (*Jing*) wieder auf, tonisiert Lungen-*Qi*.
- **Indikation:** bei Laktationsschwäche, Anämien, Unfruchtbarkeit durch *Jing*-Leere
- **Kontraindikation:** Schwangere nach dem ersten Trimenon, bei Hitze mit *Yin*-Leere nur in Kombination mit *Yin*-Tonika.
- **Kombination:** bei Blut-Leere mit *Dang Gui* und *Shou Di Huang*; bei Lungen-*Qi* und Nieren-Schwäche *Ge Jie* (Gecko) oder *Dong Chong Xia Cao* (Cordyceps); bei Blut und *Qi* Leere mit Kombinationen wie *Huang Qi*, *Dang Shen*, *Dang Gui* und *Shou Di Huang*.
- **Dosis:** 6 - 9g



Long Dan Cao, Radix gentiana scabrae 5      gegen feuchte Hitze

Huang Qin, Radix scutellaria 5

Gan Cao, Radix glycyrrhizae 5

Shou Di Huang, Radix rehmannia viride 5

Fu Ping, Herba spirodelae 5 ml (Wegweiser zur Haut)

2 x 10 Tropfen

Dritte Konsultation: Stuhlgang regelmäßig, Urin normal, Schlaf unruhig, Bläschen an den Beinen.

Eine Woche später viele Bläschen, auch Krusten, fast jede Stunde wach, weniger Juckreiz

*Therapieumstellung: Offensichtlich werden die Yin aufbauenden Mittel nicht umgesetzt sondern führen immer wieder zur Feuchtigkeit. Die drastischen kühlenden und trocknenden Mittel der letzten Rezeptur halfen auch nicht. Da die Milz Ursache der meisten Störungen ist, wird jetzt ein Milz-stärkendes, sanft Feuchtigkeit ausleitendes Mittel versucht*

Dang Shen, Radix codonopsis 6

Milz stärkend und so sanft trocknend

Fu Ling, Skelotum Poria 6

Milz stärkend und so sanft trocknend

Bai Zhu, Radix atractylodis mac. 5

Milz stärkend und so sanft trocknend

Bai Bian Dou, Semen dolichoris 5

Milz stärkend und so sanft trocknend

Yi Yi Ren, Semen coicis 7

Milz stärkend und so sanft trocknend

Shan Yao, Radix dioscorae 12

Milz stärkend und so sanft trocknend

Da Zao, Fructus jujubae 5

Milz stärkend, Blut nährend

Chen Pi, Pericarpium citri reticulatae 2

Qi bewegend

Jie Geng, Radix platycodi 2

Hitze in der Lunge kühlend

Ze Xie, Rhizoma alismatis 6

Leere-Feuer kühlend

2 x 10 Tropfen

Resultat:

geht gut, Bläschen weg, Teebaumöl wendet sie lokal an, hilft gut, juckt nur noch wenig, Stuhlgang oft, Wärme ausgeglichen, schläft manchmal durch, schwitzt nicht

Rezeptur wiederholt

Vierte Konsultation (Zwei Monate später)

Haut besser, noch rote Sellen, aber nichts mehr offen, manchmal kleine Bäschen, Stuhlgang normal, isst gut,

*Jetzt wird neben der Mischung vom 19.12. morgens noch die erste Mischung vom 24.10 abends gegeben. (in der Vorstellung, dass die Milz jetzt stark genug ist, um die kühlenden und Yin stärkenden Arzneien zu verarbeiten)*

Fünfte Konsultation (einen Monat später)

Wesentlich besser, nur noch kleine Stellen an den Ellbogen, Gesichtsfarbe normal, selten mal kleine Bläschen. Behandlung weiter wie bisher

Kommentar: Dieser Fall einer erfahrenen Kollegin zeigt alle Fallen, in die man bei Milz-Qi-Leere Behandlungen tappen kann: Eine Mitte-Qi Leere führt dazu, daß die Milz Klares und Trübes nicht gut trennt, woraus dann Nässe entstehen kann. Kommt (durch bei Milz-Leere geschwächter Immunabwehr) noch Hitze durch einen Infekt hinzu, so liegt Hitze und Nässe vor. Die Hitze trocknet die Nässe zu Schleim, der die Netzgefäße verstopft und im Biao (hier: der Haut) zu Nässe-Hitze führen kann. Ferner wird aufgrund der trocknenden Hitze und der mangelnden Ernährung durch die Milz die Haut weniger mit nährendem Yin versorgt.

Dies führt zum „teuflichen Viereck“: **Qi-Leere, Yin-Leere, Hitze und Nässe.**

Diese Kombination ist deshalb so schwer zu behandeln weil sie je nach Therapieprinzip zu folgenden Widersprüchen führt:

1. Kühlt man die Hitze mit kalten, bitteren Arzneien wie Huang Qin und Ku Shen, so wird die Milz weiter geschwächt.
2. Nährt man das Yin mit klebrigen Substanzen wie Shou Di Huang oder tonisiert man die Milz mit klebrigen Tonika wie Da Zao usw., so fördert man die Entstehung von Nässe.
3. Trocknet man die Nässe mit aromatischen Substanzen wie Cang Zhu oder auch dem warmen Milz-Qi Tonikum Bai Zhu oder mit schweißtreibenden wie Fu Ping aus, so wird

das Yin leerer und die Trockenheit nimmt zu.

4. Tonisiert man die Milz mit warmen starken Tonika wie Z.B. Ren Shen oder Huang Qi, so fördert man die Entstehung der Hitze.

Wie geht man also vor?

Es gibt im Prinzip zwei Möglichkeiten: In China, wo der Patient wöchentlich 1-2 x zur Konsultation kommt, kann man durch ein Ausbalancieren der vier Therapieprinzipien eine Art „Zick-Zack“ Gratwanderung machen und immer abwechselnd das eine oder andere Prinzip anwenden. Doch aufgrund im Westen weit selteneren Frequenz schießt man unweigerlich über das Ziel hinaus.

Bei uns gibt es nur die Möglichkeit, mit sanften Methoden zu arbeiten, was freilich etwas länger dauert. Das sieht dann etwa so aus wie im Beispiel oben:

1. Die Hitze nur „nebenbei“ kühlen, wie oben z.B. mit dem Milz-Tonikum (rohem) Gan Cao, dem auch Nässe ausleitenden Ze Xie oder dem Yin-Tonikum Xuan Shen.
2. Das Yin nur durch Nicht-Klebrige Yin-Nährende Arzneien wie Xuan Shen, Nü Zhen Zi, Han Lian Cao, Bai He usw. nähren.
3. Nässe nicht aromatisch umwandeln oder durch Schwitzen trocknen sondern nur sanft ausleiten wie durch blande Diuretika wie Fu Ling, Yi Yi Ren (was auch die Milz sanft stärkt).
4. Haupttherapieprinzip als „Wurzel“ (chin. ‚Ben‘) muß die Tonisierung der Milz durch neutrale oder kühle Milz Tonika wie Shan Yao, Bai Bian Dou, Gan Cao oder Dang Shen sein. Da ein Einbringen von Qi ohne „Bewegung“ desselben auch zu Stau und Schleim führen kann, wurde noch das Qi bewegende Chen Pi eingesetzt.
5. Gegen die Schleimbildung wurde hier außerdem noch Jie Geng verwendet.
6. Gegen den bei Juckreiz (in der TCM-Dermatologie: Wind der Haut) hätte man noch Bai Xian Pi, das auch Nässe trocknet oder Arzneien aus anderen Kategorien wie Bai Ji Li (Leber Wind senkend), Chan Yi (Biao-Wind kühlend), oder Wu Wei Zi (adstringierend, Qi-Tonisierend) verwenden können. Diese sind auch nach der pharmakologischen Forschung Histaminausschüttung hemmend, antiallergisch oder immunregulierend.

Wie man sieht, ist es bei der guten Beherrschung der Arznei-Eigenschaften nicht nur nicht notwendig klassische Formeln zu lernen, sondern man kann seine Formeln der

Kompliziertheit der modernen Erfordernisse gut anpassen und die leider nicht seltenen „teuflichen Drei-, Vier- oder Fünfecke“ der heutigen Patienten durchaus auflösen.

Idstein/Ts. im September 2005

Dr. Gunter Neeb

### **LITERATUREMPFEHLUNGEN:**

1. Chen/Chen: Chinese Medical herbology and Pharmacology, Art of Medicine Press, CA, 2004
2. Focks/Hillebrandt: Leitfaden Chinesische Medizin, 5. Auflage, Kapitel 8, Urban&Fischer Verlag, München, 2004
3. Bensky, D., Gamble, A.: Chinese Herbal Medicine – Materia Medica, Eastland Press, Seattle 1993, 3. Auflage (Englisch) 10/2004
4. Bensky, D., Barolet, R.: Chinese Herbal Medicine – Formulas and Strategies, Eastland Press, Seattle 1990
5. Porkert: Klinische chinesische Pharmakologie
6. Geng: Materia medica der Chinesischen Arzneimitteltherapie

Rezepturen weiterer Beispiele aus den mitgebrachten Fallakten:

U.N.	Fang Feng 5g	Bu Gu Zhi 3g
Huang Qi 12g	Bai Zhu 9g	He Huan Hua 5g
Bai Zhu 12g	Ze Xie 6g	Suan Zao Ren 3g
Gan Cao 4g	Fu Ling 6g	Long Gu (fen) 6g
Rou Gui 6g	2.	2.
Gan Jiang 4g	Chen Pi 5g	Zhi Huang Qi 15g
Chuan Xiong 12g	Fo Shou 4g	Ren Shen 12g
Chen Pi 6g	Mu Xiang 6g	Bai Zhu 6g
Xiang Fu 9g	Xiang Fu 6g	Dang Gui Wei 9g
Dang Gui 9g	Bai Shao 9g	Zhi Gan Cao 4g
Yu Jin 9g	Xuan Shen 9g	Dang Shen 5g
Bo He 3g	Bai He 9g	Chen Pi 4g
Chai Hu 6g	Du Zhong 6g	Sheng Ma 3g
Tu Si Zi 9g	Yin Yang Huo 12g	Chai Hu 6g
Nü Zhen Zi 12g	Wu Zhu Yu 6g	Suan Zao Ren 3g
Han Lian Cao 9g	Bu Gu Zhi 6g	Li Zhi He 5g
Shi Chang Pu 9g	Gui Zhi 9g	Sheng Di Huang 6g
Suan Zao Ren 6g	Huang Qi 12g	Long Gu (fen) 10g
Please pack separately:	Fang Feng 8g	Sheng Mu Li (fen) 10g
Ren Shen 9g	Bai Zhu 6g	S.F.
K.G.	Ze Xie 6g	Huang Qi 36g
Chen Pi 4g	Fu Ling 6g	Ren Shen 12g
Fo Shou 4g		Dang Shen 30g
Xiang Fu 6g	D.W.	Yu Xing Cao 24g
Bai Shao 9g	Zhi Huang Qi 15g	Bai Zhu 30g
Xuan Shen 9g	Ren Shen 6g	Dang Gui 30g
Zhi Mu 6g	Bai Zhu 4g	Chuan Duan 30g
Shi Hu 9g	Zhi Gan Cao 4g	Tu Si Zi 24g
Gui Zhi 6g	Dang Shen 5g	Sang Ji Sheng 24g
Xiao Hui Xiang 9g	Chen Pi 2g	Shou Di 18g
Pao Jiang 6g	Sheng Ma 6g	Mai Men Dong 24g
Huang Qi 9g	Chai Hu 3g	Gui Zhi 18g

2.	Fu Ling 10g	Xuan Shen 9g
Huang Qi 36g	Wu Wei Zi 9g	Bai Xian Pi 9g
Ren Shen 12g	Bai Zhu 12g	Xiao Hui Xiang 6g
Dang Shen 30g	He Huan Pi 12g	
Yu Xing Cao 24g	Zhi Fu Zi 3g	
Bai Zhu 30g	Chuan Xiong 15g	
Dang Gui 30g	Rou Gui 4g	
Chuan Duan 30g	Bai Shao 12g	
Tu Si Zi 24g	Gan Cao 3g	
Sang Ji Sheng 24g	Chai Hu 9g	
Shou Di 18g	Dang Gui 6g	
Mai Men Dong 24g	Jiang Ban Xia 6g	
Gui Zhi 18g	Dan Shen 12g	
	Gan Jiang 3g	
M.M.P	Xiang Fu 9g	
Huo Xiang 12g	Xuan Shen 9g	
Gui Zhi 9g	separately: Ren Shen 9g	
Gan Jiang 3g	7.	
Bai Dou Kou 4g	Bai Dou Kou 3g	
Bai Zhu 12g	Cao Jue Ming 6g	
Dang Shen 12g	Fu Ling 10g	
Huang Qi 15g	Bai Zhu 12g	
Chuan Xiong 12g	He Huan Pi 12g	
Dang Gui 9g	Zhi Fu Zi 3g	
Cao Jue Ming 6g	Chuan Xiong 15g	
Yi Yi Ren 21g	Rou Gui 6g	
Yu Xing Cao 9g	Bai Shao 12g	
Fu Ling 12g	Gan Cao 3g	
Chen Pi 5g	Chai Hu 9g	
6.	Dang Gui 6g	
Bai Dou Kou 3g	Dan Shen 12g	
Cao Jue Ming 6g	Gan Jiang 3g	
Huang Qi 12g	Xiang Fu 9g	