

# Gupta / Stapelfeldt

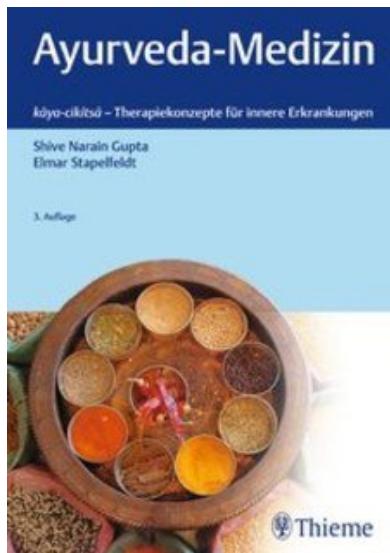
## Ayurveda-Medizin

Reading excerpt

[Ayurveda-Medizin](#)

of [Gupta / Stapelfeldt](#)

Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart



<https://www.narayana-verlag.com/b24449>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@narayana-verlag.com](mailto:info@narayana-verlag.com)

<https://www.narayana-verlag.com>



# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	1
<b>Grundlagen</b>		
<b>2</b>	<b>Besonderheiten der Ayurveda-Medizin</b>	6
2.1	Gesundheitsförderung .....	6
2.2	Individualität .....	6
<b>3</b>	<b><i>kāya-cikitsā</i> – Innere Medizin</b>	8
3.1	Klassische Etymologie und Definition von <i>kāya-cikitsā</i> ....	8
3.2	Vier Säulen der Therapie ( <i>catus-pāda</i> ) .....	9
<b>4</b>	<b>Ayurvedisches Grundverständnis der Anatomie</b>	10
4.1	Existenzebenen des Menschen ...	10
4.2	Universelle und psychische Grundkräfte ( <i>guṇa</i> ) .....	11
4.3	Elemente ( <i>mahā-bhūta</i> ) .....	11
4.4	Gewebe ( <i>dhātu</i> ) .....	11
4.4.1	Primärgewebe .....	12
4.4.2	Sekundärgewebe .....	13
4.4.3	Verhältnis zwischen <i>dhātu</i> und <i>dosha</i> .....	13
4.5	Abfallprodukte ( <i>mala</i> ) .....	14
4.6	Transportbahnen bzw. -räume ( <i>srotas</i> ) .....	14
<b>5</b>	<b>Physiologie des Ayurveda</b>	15
5.1	<i>dosha</i> -Lehre .....	15
5.1.1	<i>dosha</i> -Eigenschaften .....	15
5.1.2	Aggravation der <i>dosha</i> .....	16
5.2	<i>agni</i> – das Digestions- und Stoffwechselprinzip .....	18
5.2.1	Ebenen von <i>agni</i> .....	18
5.2.2	<i>agni</i> -Aspekte .....	19
5.2.3	Gewebsumwandlung durch die sieben Gewebe-Feuer ( <i>dhātv-agni</i> ) .....	19
5.2.4	Anzeichen für eine gute <i>agni</i> -Funktion .....	20
5.2.5	<i>agni</i> -Störungen .....	21
<b>6</b>	<b>Gesundheit und Krankheit im Ayurveda</b>	22
6.1	Der Krankheitsbegriff im Ayurveda .....	22
6.1.1	Einteilungen von Krankheiten .....	22
6.1.2	Nomenklatur von Krankheiten .....	23

<b>7</b>	<b>Symptomatologie .....</b>	<b>25</b>
7.1	<b>Symptome der <i>doṣa</i> .....</b>	25
7.1.1	<i>vāta</i> -Symptome .....	25
7.1.2	<i>pitta</i> -Symptome .....	25
7.1.3	<i>kapha</i> -Symptome .....	25
7.2	<b>Symptome der Gewebe (<i>dhātu</i>) .</b>	25
7.3	<b>Symptome der Ausscheidungen (<i>mala</i>) .....</b>	29
7.4	<b>Symptome der Transportbahnen (<i>srotas</i>) .....</b>	29
7.5	<b>Symptome von <i>agni</i> .....</b>	29
7.6	<b>Symptome der Stoffwechselzwischenprodukte (<i>āma</i>) .....</b>	32
7.6.1	Allgemeine <i>āma</i> -Symptome .....	32
<b>8</b>	<b>Befunderhebung und Diagnosemethoden (<i>parīkṣā</i>) .....</b>	<b>33</b>
8.1	<b>Achtfältige Untersuchung (<i>aṣṭa-vidha-parīkṣā</i>) .....</b>	33
8.1.1	Urin ( <i>mūtra</i> ) .....	34
8.1.2	Stuhl ( <i>puriṣa</i> ) .....	34
8.1.3	Puls ( <i>nāḍī</i> ) .....	35
8.1.4	Zunge ( <i>jihvā</i> ) .....	36
8.1.5	Augen ( <i>netra, drk</i> ) .....	37
8.1.6	Palpation ( <i>sparśa</i> ) .....	38
8.1.7	Auskultation, Perkussion und Stimme ( <i>śabda</i> ) .....	38
8.1.8	Inspektion, Körperbau und Antlitz ( <i>ākṛti</i> ) .....	38
8.2.9	Biologisches Alter ( <i>vayas</i> ) .....	42
8.2.10	Virulenz der Erkrankung ( <i>vikṛti</i> ) ...	42
8.3	<b>Fünf Aspekte der Krankheitsdiagnose (<i>pañca-nidāna</i>) .....</b>	42
8.3.1	Ätiologische Faktoren ( <i>nidāna</i> ) ....	42
8.3.2	Vorsymptome, Prodromi ( <i>pūrva-rūpa</i> ) .....	43
8.3.3	Symptomatologie ( <i>rūpa</i> ) .....	43
8.3.4	„Therapeutischer Test“ ( <i>upaśaya</i> ) ..	43
8.3.5	Entwicklungsprozess der Erkrankung ( <i>saṃprāpti</i> ) .....	44
8.3.6	Detailanalyse ( <i>vikalpa-saṃprāpti, amśāmśa-kalpanā</i> ) .....	44
8.2	<b>Kräftezustand des Patienten (<i>ātura-bala-pramāṇa</i>) .....</b>	38
8.2.1	Konstitution ( <i>prakṛti</i> ) .....	39
8.2.2	Exzellente Gewebe ( <i>sāra</i> ) .....	39
8.2.3	Körpermaße ( <i>pramāṇa</i> ) .....	40
8.2.4	Körperbau ( <i>saṃhanana</i> ) .....	40
8.2.5	Körperliche Belastbarkeit ( <i>vyāyāma-śakti</i> ) .....	40
8.2.6	Nahrungsaufnahmekapazität ( <i>āhāra-śakti</i> ) .....	40
8.2.7	Nahrungsmittelverträglichkeit ( <i>sātmya</i> ) .....	42
8.2.8	Psychische Kraft ( <i>sattva</i> ) .....	42
8.4.1	<i>agni</i> – Verdauungskapazität .....	45
8.4.2	<i>koṣṭha</i> – Sensibilität des Darms ...	45
8.4.3	Krankheitsstadien ( <i>kriyā-kāla</i> ) ....	46
8.4.4	Drei Krankheitspfade ( <i>roga-mārga</i> )	47
8.4.5	Prognose ( <i>sādhyāsādhyatā</i> ) .....	48
8.4	<b>Weitere Diagnosekriterien .....</b>	45
8.5.1	Konstitutionsarten .....	48
8.5.2	Bedeutung der Konstitution .....	50
8.5.3	Praxis der Konstitutionsbestimmung	50
8.6	<b>Anamnese- und Diagnosebogen .</b>	51
<b>9</b>	<b>Therapieansätze und -strategien .....</b>	<b>60</b>
9.1	<b>Systematik der Ayurveda-Therapie .....</b>	60
9.1.1	Rationale Therapie ( <i>yukti-vyapāśraya-cikitsā</i> ) .....	60
9.1.2	Psychotherapie ( <i>sattvāvajaya</i> ) ....	62
9.1.3	Subtile Therapiemethoden ( <i>daiva-vyapāśraya-cikitsā</i> ) .....	62
9.2	<b>Grundlegende Therapieansätze ..</b>	63
9.2.1	Sechsfältige Einteilung therapeutischer Methoden ( <i>ṣaḍ-vidhopakrama</i> ) ..	63
9.2.2	<i>doṣa</i> - oder krankheitsbezogener Ansatz? .....	65
9.2.3	Wichtige Faktoren .....	66
9.2.4	Beliebtes Therapieschema .....	66
9.2.5	Allgemeine Therapie der <i>doṣa</i> .....	67

<b>10 Therapiemethoden .....</b>	<b>68</b>
<b>10.1 Ausleitung (<i>sodhana</i>) .....</b>	<b>68</b>
10.1.1 Allgemeine Kriterien .....	68
10.1.2 Emesis ( <i>vamana</i> ) .....	73
10.1.3 Purgieren ( <i>virecana</i> ) .....	76
10.1.4 Dekokteinläufe ( <i>nirūha-</i> bzw. <i>āsthāpana-basti</i> ) .....	80
10.1.5 Ölklistiere ( <i>mātra-basti</i> ) .....	81
10.1.6 Nasale Behandlung ( <i>nasya</i> ) .....	84
10.1.7 Blutentzug ( <i>rakta-mokṣaṇa</i> ) .....	86
<b>10.2 Äußerliche Anwendungen (<i>bahiḥ-parimārjana</i>) .....</b>	<b>87</b>
10.2.1 Ölmassagen ( <i>abhyāṅga</i> ) .....	88
10.2.2 Kopfmassage ( <i>mukhābhyaṅga</i> ) .....	89
10.2.3 Rückenmassage ( <i>prṣṭhābhyaṅga</i> ) .....	90
10.2.4 Fußmassagen ( <i>pādābhyaṅga</i> ) .....	90
10.2.5 Ölstirnguss ( <i>śiro-dhārā</i> ) .....	90
10.2.6 Dauerölanwendung am Schädel ( <i>śiro-basti</i> ) .....	91
10.2.7 Dauerölanwendung an der Wirbelsäule ( <i>kaṭi-basti</i> ) .....	91
10.2.8 Augenbehandlung ( <i>akṣi- oder</i> <i>netra-tarpana</i> ) .....	92
10.2.9 Ohrfüllung ( <i>karṇa-pūrana</i> ) .....	92
10.2.10 „Ölziehen“ ( <i>gandūṣa</i> ) .....	93
10.2.11 Wärmebehandlungen ( <i>svedana</i> ) .....	93
10.2.12 Nährende Beutelmassage ( <i>piṇḍa-sveda</i> ) .....	95
10.2.13 Wärmebehandlung mit Salzbeuteln	96
10.2.14 Trockene Pulverabreibung ( <i>udvartana</i> ) .....	96
<b>10.3 Medikamentöse Therapie (<i>dravyaguṇa</i>) .....</b>	<b>97</b>
10.3.1 Einzeldrogen und Kombinationspräparate .....	97
10.3.2 Pharmakologische Grundlagen .....	98
10.3.3 Therapeutische Anwendung .....	108
<b>10.4 Ernährung (<i>āhāra</i>) .....</b>	<b>111</b>
10.4.1 Faktoren für ayurvedische Diätvorschriften .....	111
10.4.2 Allgemeine Ernährungsempfehlungen .....	112
10.4.3 Ayurvedische Ernährungstherapie ..	114
10.4.4 Wichtige Nahrungsmittelgruppen und Einzelinformationen .....	123
10.4.5 Nahrungsmittelbogen .....	128
<b>10.5 Gesundes Verhalten (<i>viḥāra</i>) = Ordnungstherapie .....</b>	<b>128</b>
10.5.1 Drei Säulen des Lebens ( <i>upastambha</i> ) .....	131
10.5.2 Natürliche Dränge nicht unterdrücken ( <i>a-vega-dhāraṇā</i> ) .....	131
10.5.3 Tägliche Routinemaßnahmen ( <i>dina-caryā</i> ) .....	131
10.5.4 Gesunde Lebensweise nach Jahreszeiten ( <i>rtu-caryā</i> ) .....	131
10.5.5 Ethische Lebensweise ( <i>ācāra</i> ) .....	131

<b>11 Ausgewählte Indikationen für die Ayurveda-Therapie .....</b>	<b>134</b>
<b>11.1 Bewährte Indikationen .....</b>	<b>134</b>
<b>11.2 Schulmedizin unverzichtbar .....</b>	<b>134</b>

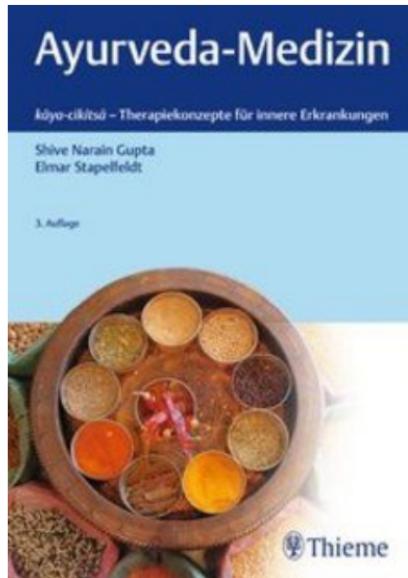
## Praxis

<b>12 Atemtrakt .....</b>	<b>138</b>
<b>12.1 Einleitung .....</b>	<b>138</b>
12.1.1 Angewandte Anatomie und Physiologie .....	138
12.1.2 Symptome .....	139
12.1.3 Klassische Nosologie .....	139
12.1.4 Therapiemaßnahmen .....	139
<b>12.2 Klassische Krankheitsbilder .....</b>	<b>144</b>
12.2.1 <i>pratiṣyāya</i> – Rhinitis .....	144
12.2.2 <i>śvāsa</i> – Krankheiten mit dem Hauptsymptom der Dyspnoe .....	149
12.2.3 <i>kāsa</i> – Krankheiten mit dem Hauptsymptom des Hustens .....	154

<b>12.3</b>	<b>Moderne Krankheitsbilder</b>	160	12.3.3	Chronische Bronchitis	161
12.3.1	Rezidivierende Atemwegsinfekte bei Kindern	160	12.3.4	Bronchiektasen	162
12.3.2	Tonsillitis	161	12.3.5	Maligne Lungenerkrankungen	163
			12.3.6	Sarkoidose (Morbus Boeck)	164
<b>13</b>	<b>Herz-Kreislauf-System</b>				165
<b>13.1</b>	<b>Einleitung</b>	165	13.3.3	Herzrhythmusstörungen	182
13.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	165	13.3.4	Myokardien	182
13.1.2	Symptome	167	13.3.5	Infektiös-entzündliche Herzerkrankungen	183
13.1.3	Klassische Nosologie	167	13.3.6	Valvuläre Erkrankungen und angeborene Herzfehler	183
13.1.4	Therapiemaßnahmen	168	13.3.7	Psychisch bedingte Herzleiden	183
<b>13.2</b>	<b><i>hṛd-roga – klassische Herzerkrankungen</i></b>	171	<b>13.4</b>	<b>Moderne vaskuläre Krankheitsbilder</b>	183
13.2.1	Ursachen	171	13.4.1	Generalisierte Arteriosklerose	183
13.2.2	Pathogenese	173	13.4.2	Systemische arterielle (essenzielle) Hypertonie	184
13.2.3	Generelle Symptome	174	13.4.3	Essenzielle Hypotonie	187
13.2.4	Arten	174	13.4.4	Raynaud-Syndrom	188
13.2.5	Spezifische Symptome	174	13.4.5	Aneurysma	188
13.2.6	Therapie	175	13.4.6	Venöse Thrombose	188
<b>13.3</b>	<b>Moderne kardiologische Krankheitsbilder</b>	179	13.4.7	Varikosis	189
13.3.1	Herzinsuffizienz	179			
13.3.2	Myokardischämie und koronare Herzkrankheit	180			
<b>14</b>	<b>Magen-Darm-Trakt</b>				191
<b>14.1</b>	<b>Einleitung</b>	191	14.2.5	<i>atīsāra</i> – Diarröhе	213
14.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	191	14.2.6	<i>arśas</i> – Hämorrhoiden	223
14.1.2	Symptome	193	<b>14.3</b>	<b>Moderne Krankheitsbilder</b>	229
14.1.3	Klassische Nosologie	193	14.3.1	Stomatitis	229
14.1.4	Therapiemaßnahmen	193	14.3.2	Gingivitis	230
<b>14.2</b>	<b>Klassische Krankheitsbilder</b>	199	14.3.3	Sialadenitis	231
14.2.1	<i>aruci, arocaka</i> – Appetitlosigkeit	199	14.3.4	Leukoplakie	231
14.2.2	<i>agni-māndya</i> – Digestionsstörungen	201	14.3.5	Zollinger-Ellison-Syndrom	232
14.2.3	<i>amla-pitta</i> – Hyperazidität und Gastritis	209	14.3.6	Obstipation	233
14.2.4	<i>sūla</i> – Ulkuskrankheit und andere schmerzhafte Erkrankungen des Abdomens	212	14.3.7	Flatulenz, Meteorismus	233
			14.3.8	Colon irritabile, Reizdarmsyndrom	234
			14.3.9	Colitis ulcerosa	236
			14.3.10	Morbus Crohn	238

<b>15</b>	<b>Leber-Galle-System</b>	239
15.1	<b>Einleitung</b>	239
15.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	239
15.1.2	Pathogenese	239
15.1.3	Klassische Nosologie	239
15.1.4	Therapiemaßnahmen	240
15.2	<b>Moderne Krankheitsbilder</b>	241
15.2.1	Hepatose, Hepatitis, Leberzirrhose, Aszites	242
15.2.2	Morbus Wilson	244
15.2.3	Cholezystitis	245
15.2.4	Cholelithiasis	246
<b>16</b>	<b>Haut</b>	247
16.1	<b>Einleitung</b>	247
16.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	247
16.1.2	<i>kusṭha</i> – klassische Pathologien der Haut	248
16.1.3	Pathogenetische Faktoren	248
16.1.4	Allgemeine Ursachen	248
16.1.5	Diagnose	249
16.1.6	Klassische Nosologie	251
16.1.7	Therapiemaßnahmen	251
16.2	<b>Moderne Krankheitsbilder</b>	257
16.2.1	Pruritus	257
16.2.2	Akne vulgaris	258
16.2.3	Ekzeme	259
16.2.4	Psoriasis	263
16.2.5	Pemphigus	265
16.2.6	Alopezie	266
16.2.7	Frühzeitiges Ergrauen	267
16.2.8	Urtikaria	268
16.2.9	Ulcus cruris	269
16.2.10	Vitiligo	269
<b>17</b>	<b>Bewegungsapparat</b>	271
17.1	<b>Einleitung</b>	271
17.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	271
17.1.2	Symptome	271
17.1.3	Klassische Nosologie	271
17.1.4	Therapiemaßnahmen	271
17.2.5	<i>āma-vāta</i> – entzündlich-rheumatische Erkrankungen	284
17.2.6	<i>vāta-rakta</i> – Gicht	289
17.3	<b>Moderne Krankheitsbilder</b>	293
17.3.1	Spondylitis ankylosans – Morbus Bechterew	293
17.3.2	Muskuläre Verspannungen	294
17.3.3	Rückenschmerzen	295
17.3.4	Verstauchung und stumpfe Traumata	295
17.3.5	Fibromyalgie	296
17.3.6	Epikondylitis	297
17.3.7	Osteoporose	297
17.3.8	Muskelatrophien	298
<b>18</b>	<b>Harntrakt</b>	300
18.1	<b>Einleitung</b>	300
18.1.1	Angewandte Anatomie und Physiologie	300
18.1.2	Symptomatologie	300
18.1.3	Klassische Nosologie	300
18.1.4	Therapiemaßnahmen	300
18.2.2	(Rezidivierende) Hämaturie	306
18.2.3	Nephrotisches Syndrom	306
18.2.4	Glomeruläre Erkrankungen (primäre Glomerulonephritis)	307
18.2.5	Chronische Niereninsuffizienz	310
18.2.6	Harnsteine	312
18.2.7	Nierenzysten	312
18.2.8	Benigne Prostatahypertrophie	314

<b>19 Hormonsystem und Stoffwechsel .....</b>	<b>315</b>
<b>19.1 Klassische und moderne Krankheitsbilder .....</b>	<b>315</b>
19.1.1 Diabetes mellitus ( <i>madhu-meha</i> ) ..	315
19.1.2 Hypothyreose .....	321
19.1.3 Hyperthyreose .....	324
19.1.4 Adipositas ( <i>sthaulya</i> ) .....	326
19.1.5 Hyperlipidämie .....	329
19.1.6 Kachexie ( <i>kārṣya</i> ) .....	329
<b>20 Abwehr .....</b>	<b>332</b>
<b>20.1 Einleitung .....</b>	<b>332</b>
20.1.1 Angewandte Anatomie und Physiologie .....	332
20.1.2 Voraussetzungen einer guten Abwehr .....	334
20.1.3 Therapiemaßnahmen .....	334
<b>20.2 Moderne Krankheitsbilder .....</b>	<b>334</b>
20.2.1 Abwehrschwäche, inkl. AIDS .....	335
20.2.2 Allergien .....	337
20.2.3 Autoimmunerkrankungen .....	339
<b>21 Blut .....</b>	<b>342</b>
<b>21.1 Einleitung .....</b>	<b>342</b>
21.1.1 Angewandte Anatomie und Physiologie .....	342
21.1.2 Klassische Symptome und Nosologie .....	342
21.1.3 Therapiemaßnahmen .....	343
<b>21.2 Klassische Krankheitsbilder .....</b>	<b>347</b>
21.2.1 <i>pāndu</i> – Erkrankungen mit Hautentfärbungen .....	347
21.2.2 <i>rakta-pitta</i> – Blutungen, hämorrhagische Diathese .....	352
<b>21.3 Moderne Krankheitsbilder .....</b>	<b>356</b>
21.3.1 Leukämien und Lymphome .....	356
<b>22 Nervensystem .....</b>	<b>358</b>
<b>22.1 Einleitung .....</b>	<b>358</b>
22.1.1 Angewandte Anatomie und Physiologie .....	358
22.1.2 Symptome und Krankheitsbilder .....	359
22.1.3 Allgemeine Pathogenese .....	360
22.1.4 Therapiemaßnahmen .....	360
<b>22.2 Moderne Krankheitsbilder .....</b>	<b>364</b>
22.2.1 Periphere Polyneuropathien .....	364
22.2.2 Neuralgien .....	365
22.2.3 Migräne .....	366
22.2.4 Schwindel .....	367
22.2.5 Lähmungen .....	369
22.2.6 Multiple Sklerose .....	371
22.2.7 Morbus Parkinson .....	373
22.2.8 Epilepsie ( <i>apasmāra</i> ) .....	374
22.2.9 Stress und Burnout-Syndrom .....	377
<b>Anhang</b>	
<b>Adressen .....</b>	<b>382</b>
<b>Literatur und Links .....</b>	<b>384</b>
<b>Sanskrit-Aussprache .....</b>	<b>387</b>
<b>Sanskrit-Wörterbuch .....</b>	<b>389</b>
<b>Einzeldrogen .....</b>	<b>408</b>
<b>Kombinationspräparate .....</b>	<b>417</b>
<b>Arzneimittelverzeichnis .....</b>	<b>426</b>
<b>Sachverzeichnis .....</b>	<b>431</b>



Gupta / Stapelfeldt  
[Ayurveda-Medizin](#)

464 pages, hb  
publication 2019



order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life  
[www.narayana-verlag.com](http://www.narayana-verlag.com)