Florian Ploberger
Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin

Reading excerpt

Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin
of Florian Ploberger
Publisher: BACOPA (Bugrim)

http://www.narayana-verlag.com/b13016

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
http://www.narayana-verlag.com

Narayana Verlag

Geleitworte 6
Einleitung..... 18
Zum Aufbau des Buches..... 19

I. Einteilung der Kräuter 20

1. Die fünf Geschmacksrichtungen (wuwei) 20
2. Die vier Temperaturausstrahlungen (siqi) 23
3. Die Stufe der Toxizität (duxing)..... 25
4. Die vier Wirkrichtungen (sheng jiang fu chen)..... 25
5. Der Bezug zu den klassischen inneren Organen 27

II. Zubereitung der Kräuter 29

1. Dekokt..... 29
2. Tee (Aufguss, cha) 30
3. Mazerat (jian) 30
4. In Öl eingelegt 31
5. In Alkohol eingelegt 31

III. Zusammenstellung einer Rezeptur..... 32

IV. Dosierung..... 35

V. Dauer der Anwendung 37

VI. Die Acht Therapieverfahren..... 38

1. Die schweißtreibende Methode (hanfa)..... 38
2. Die abführende Methode (xiefa)..... 38
3. Die Erbrechen auslösende Methode (tufa)..... 39
4. Die harmonisierende Methode (hefa) 39
5. Die erwärmende Methode (wenfa)..... 39
6. Die kühlende Methode (qingfa) 39
7. Die tonisierende Methode (bufa)..... 40
8. Das sedierende Verfahren (xiefa)..... 40

Leseprobe von Florian Ploberger „Das große Buch der westlichen Kräuter“
Herausgeber: Bacopa Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

VII. Die Einzelkräuter 41

VIII. Rezepturen für Syndrome der TCM 461

1. Rezeptur gegen äußere Wind-Kälte 462
2. Rezepturen gegen äußere Wind-Hitze 463
3. Rezeptur, die Hitze in der Qi-Schicht ausleitet 467
4. Rezeptur, die Hitze aus den Organen ausleitet 469
5. Rezepturen, die Toxische-Hitze ausleiten 471
6. Rezeptur, die Hitze nach unten ableitet 476
7. Rezepturen, die harmonisierend wirken 477
8. Rezepturen, die die Diurese anregen und Feuchtigkeit ausleiten 486
9. Rezepturen, die Feuchte-Hitze ausleiten 489
10. Rezeptur, die Wind-Feuchtigkeit ausleitet 493
11. Rezepturen, die das Qi tonisieren 496
12. Rezepturen, die das Blut tonisieren 501
13. Rezeptur, die Qi und Blut tonisiert 505
14. Rezepturen, die das Yin nähren 507
15. Rezepturen, die das Yang tonisieren 515
16. Rezeptur, die den Qi-Fluss unterstützt 521
17. Rezepturen, die die Blut-Zirkulation anregen 523
18. Rezepturen, die den Geist beruhigen 527
19. Rezeptur, die Inneren-Wind beruhigt 532
20. Rezeptur, die Nahrungsmittel-Stagnationen saniert 534

IX. Anhang 537

Index Kräuter A (Deutscher / Pharmazeutischer / Botanischer Name) 538

Index Kräuter B (Pharmazeutischer / Deutscher / Englischer Name) 544

Index Symptome 550

Ausbildungsadressen 562

Heilkräuter-Bezugsquellen 568

Leseprobe von Florian Ploberger „Das große Buch der westlichen Kräuter“
Herausgeber: Bacopa Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Liebe Leserin, lieber Leser,

«Das Einzige, was sich nicht wandelt, ist der Umstand, dass sich alles wandelt». Entsprechend dieser Weisheit aus dem I Ging, dem «Buch der Wandlungen», liegt Ihnen ein neues Buch in Händen. Dabei handelt es sich um eine überarbeitete und erweiterte Form des Buches «Westliche Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin». Wir haben uns dazu entschlossen, nicht nur regelmäßig das zuletzt erwähnte Buch zu überarbeiten, sondern darüber hinaus ein bedeutend umfangreicheres Werk zu verfassen.

Die größte Änderung ist im Hauptteil des Buches zu finden. Hier sehen Sie nun die Beschreibung von zusätzlichen 60 Kräutern.

Darüber hinaus wurde ein gänzlich neuer Abschnitt hinzugefügt, der sich mit Rezepturen aus westlichen Kräutern für die wichtigsten Syndrome der TCM beschäftigt. So finden Sie beispielsweise Rezepturen, die Feuchte-Hitze ausleiten; Rezepturen, die die Blut-Stagnationen entgegenwirken etc. Insgesamt sind diese Rezepturen ihrer Wirkung nach in 20 Gruppen angeordnet und werden folgendermaßen beschrieben:

Nach der Auflistung der einzelnen Kräuter mit entsprechender Tagesdosis in Gramm pro Tag folgen Wirkung, Indikation und entsprechende westliche Krankheitsbilder sowie der Zungen- und Pulsbefund stichwortartig. Um das Verständnis zu vertiefen, werden sowohl Aufbau der jeweiligen Rezeptur als auch die Wirkungen der einzelnen Kräuter erläutert. Für manche Syndrome ist nur eine Rezeptur angeführt, während bei anderen Syndromen bis zu vier verschiedene Rezepturen detailliert beschrieben werden.

Alle in diesem Buch vorkommenden Kräuter (mit 2 bis 3 Ausnahmen) sind als Zeichnungen abgebildet. Mein besonderer Dank für die Unterstützung bei der Suche schwer zugänglicher Abbildungen gilt dem Team der österreichischen Nationalbibliothek, Frau Dr. Eva-Maria Mikschi-Marischler von der Fachbereichsbibliothek Biologie der Universität Wien, Frau Dr. Petra Hudler von der Zoologisch-Botanischen Gesellschaft in Österreich sowie Frau Mag. Gabriele Palfinger vom Naturhistorischen Museum in Wien.

Es sei an dieser Stelle daraufhingewiesen, dass einige der in diesem Buch beschriebenen Kräuter äußerst schwer zu beziehen bzw. toxisch sind. Sie wurden dennoch mit der Intention beschrieben, dem interessierten Leser als Informationsquelle und Anregung zu dienen.

Ich möchte mich an dieser Stelle noch einmal herzlich bei Frau Elfi Kochwalter für die Hilfe bei der Niederschrift des Dokumentes sowie bei Frau Miriam Wiegele für das punktgenaue Korrekturlesen der pharmazeutischen, englischen und botanischen Namen bedanken.

Ich hoffe, dass das vorliegende Werk in seiner jetzigen Form den Anwendern der Chinesischen Medizin eine wertvolle Hilfe und Anregung sein wird.

Florian Ploberger, im Winter des Metall- Tiger Jahres (2010)

Leseprobe von Florian Ploberger „Das große Buch der westlichen Kräuter“
Herausgeber: Bacopa Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Florian Ploberger

Das Grosse Buch der Westlichen Kräuter aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin

580 pages, hb
publication 2011

order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life www.narayana-verlag.com