

Gertrude Kubiena

Kräuterlieder der Traditionellen Chinesischen Medizin

Leseprobe

[Kräuterlieder der Traditionellen Chinesischen Medizin](#)

von [Gertrude Kubiena](#)

Herausgeber: Maudrich Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b15175>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



VORWORT UND GEBRAUCHSANWEISUNG FÜR DIESES BUCH

Dieses Buch und die beiliegenden CDs mit den Kräuterliedern sollen ein bißchen Spaß in den TCM-Alltag bringen - wie wir in Österreich sagen: Es soll "a Hetz" sein - aber nicht nur das: Das Buch enthält trotz der heiteren Komponente eine Menge an wesentlichen Informationen und nützlichen Dingen, wie z.B. Rezeptvorlagen zum Herauskopieren und Ergänzen, umfassende Indikationslisten sowohl in Hinblick auf TCM als auch auf konventionelle westliche Diagnosen, sowie eine Kreuzreferenz der 74 Rezepte (Stichworte Chinesisch S. 225ff, Deutsch S. 231 ff) und eine ausführliche Kreuzreferenz der erwähnten Arzneidrogen in Latein S.234ff, chinesischer Lautschrift Pinyin S. 245ff, *Deutsch* S. 252ff und *Englisch* S. 263ff. Übertroffen wird diese Zusammenstellung nur von Kubi's Kleinem Wörterbuch der TCM-Arzneidrogen, welches ebenfalls im Verlag Wilhelm Maudrich erscheint. Die CDs helfen, sich wenigstens einige der komplizierten Rezepte auflockere Art auswendig zu merken.

Ich bin ein Akupunktur-Fossil (seit 1972) und ein Akupunktur-Fan. Allerdings wurde mir im Laufe der Jahre immer klarer, daß ich mit der Akupunktur nichts anderes kann als Qi bewegen und regulieren - aber dazu muß erst einmal überhaupt Qi da sein! Überflüssiges kann man mittels Akupunktur wegnehmen, aber viele Patienten, die hier im Westen zu uns Komplementärmedizinern kommen, leiden an Mangelzuständen. Und die kann man mit Akupunktur einfach nicht auffüllen. Natürlich kann man auch mit westlicher Medizin Substanzen zuführen, aber die TCM ist nun einmal ein in sich schlüssiges System und daher ist eine gewisse Grundkenntnis der chinesischen Pharmatherapie mehr als zweckmäßig. Zumindest sollte auch der Akupunkturarzt wissen, was chinesische Rezepturen bewirken können und wann man entsprechend behandeln muß. In den chinesischen Kräutern liegt ein unglaubliches Potential! Zu Weihnachten 1998 war mein schönstes Geschenk der Ausspruch einer Patientin mit chronischer Polyarthritits, welche zuvor durch Jahrzehnte die schwersten Analgetika und Cortison genommen hatte: "Im letzten Jahr - seit ich die chinesischen Kräuter einnehme - habe ich nur ein einziges Mal ein Schmerzmittel nehmen müssen, und ich brauche kein Cortison mehr."¹

Das Leben ist schwer genug, die chinesische Kräutermedizin erst recht. Also muß man sich's selber so leicht wie möglich machen. Für mich war die "Rhythmisierung" und "Musikalisierung" der chinesischen Rezepte so eine Möglichkeit: Ich konnte und konnte mir die chinesischen Formeln nicht merken, wollte aber unbedingt eine Prüfung bei Ted Kaptchuk in Amsterdam ablegen. Und so begann ich zu überlegen: Wie machen das die chinesischen Studenten? Von meinen chinesischen Freundinnen weiß ich, daß sie für Arzneigruppen und Rezepte eigene Gedichte oder Lieder haben. Mit Musik geht alles besser - also machte ich im November 1998 auf dem Weg zur Prüfung während des Fluges von Wien nach Amsterdam die ersten Kräuterlieder und -gedichte, die wir im Kolleginnenkreis abends dann herzlich belachten. Im Jänner 1999, in Costa Rica - umtobt von vier Hunden - zwei Welpen, einem Rottweiler, einem sabbernden Bernhardiner - und einem aufgeweckten fünfjährigen Knaben entstanden dann die restlichen Elaborate. Von meinen Freundinnen bestärkt, wage ich es, das Ergebnis der Öffentlichkeit vorzustellen. Denn - ich kann es selbst kaum glauben - aber den Großteil der hier publizierten Rezepte kann ich jetzt tatsächlich auswendig - allerdings muß ich sie singen (in der Ordination natürlich eher leise)! Wenn ich meinen TCM-FreundInnen das eine oder andere Rezept aus dem Kopf aufschreibe, dann fragen sie mich: "Nach welcher Melodie geht das?" Also - der langen Rede kurzer Sinn: Die Sache funktioniert tatsächlich. Und je komischer die Texte sind, desto besser merkt man sich's.

¹ Die Patientin nahm duhuo jisheng lang - Angelica-und-Maulbeermistel-Dekokt mit einigen Zusatzarzneien

Für einen konventionellen westlichen Mediziner ist es nicht allzu schwer, in die Akupunktur einzusteigen. Auch mit rudimentären Kenntnissen der TCM ist es möglich, hin und wieder Erfolge zu erzielen.

Nicht so bei der chinesischen Pharmatherapie! Wer mit chinesischen Kräutern arbeiten will, der *muß* wissen

- was er / sie behandeln will - und das muß ein chinesisches Muster / Syndrom sein,
- nach welchen Behandlungsgrundsätzen im konkreten Fall vorzugehen ist und
- was Rezeptur und Einzeldrogen in der konkreten Verschreibung bewirken.
- Selbstverständlich muß neben der chinesischen auch die westliche Diagnose stehen! Man hüte sich und behüte den Patienten davor, anerkannte schulmedizinische Diagnostik- und Therapiemethoden zu verabsäumen!

Ohne diese Grundvoraussetzungen lassen Sie bitte die Finger von den chinesischen Arzneidrogen! Im Gegensatz zu einer weitverbreiteten Meinung handelt es sich dabei nämlich nicht um ein paar harmlose Kräutlein, sondern teilweise um hochwirksame und auch toxische Stoffe.

Aber ich will Sie ja nicht entmutigen - im Gegenteil! Steigen Sie ein in die faszinierende Welt der chinesischen Pharmatherapie, lernen Sie profund Einzeldrogen und Rezepte und lassen Sie sich dabei von den Liedern und Rezepten in diesem Buch helfen!

1. Wenn Sie schon ein gewisses Basiswissen haben und schmunzelnd ein paar Rezepte auswendig lernen wollen, dann halten Sie sich an die Kräuterlieder von Seite 16 bis 159. Mit Musik geht bekanntlich alles besser, deshalb sind die Rezepte gereimt nach - hoffentlich - bekannten Melodien! Kennen Sie den uralten Witz: Ein Stotterer versucht aus dem Bergwerk einen Brand zu melden, bringt aber vor lauter Aufregung überhaupt nichts heraus. Da fällt ihm ein, daß er beim Singen nie stottert, und so singt er zur Melodie der "Vogelhochzeit": "Im Schacht, da brennt's, im Schacht, da brennt's, im Schacht, da brennt's, im Schacht, da brennt's!" Antwortet ihm sein Gesprächspartner fröhlich mit: "Fidiralala, fidiralala, fidiralalalala!" Womit eindrucksvoll die Macht der Musik demonstriert wäre.
 2. Wenn Sie eine Rezeptur erstellen wollen, dann können Sie - aber erst wenn Sie wissen, was Sie tun - die entsprechende Seite mit dem Originalrezept ganz einfach herauskopieren und ergänzen - dafür sind die Leerzeilen da. Das Originalrezept ist immer dem Kräuterlied gegenübergestellt, ein kurzer Kommentar zum Rezept - Rezeptkategorie, TCM-Wirkung, TCM-Diagnose, für welche die Verschreibung geeignet ist, eine Beschreibung der Symptome, in Frage kommende Diagnosen der westlichen Medizin, sowie ein Kommentar zu den Einzeldrogen im Rezept - all das findet sich stets im Anschluß an das Kräuterlied. *Achtung!* Die angegebene Dosierung ist nur ein Richtwert für durchschnittliche westliche Patienten, also wesentlich niedriger dosiert als in den Originalrezepten - bei Dekokten ist meistens die Hälfte der Originaldosis angegeben! Die Dosierung ist etwas sehr Individuelles, aber für den Anfang braucht man halt wenigstens einen Anhaltspunkt. Die Zusammensetzung der Rezepte hingegen entspricht den originalen Angaben.
- **Indikationen, Indikationen, Indikationen...**
 - Wenn Sie nach vorwiegend chinesischen Mustern oder Syndromen vorgehen, dann finden Sie die passenden Rezepte in der Tabelle "TCM-Syndrome, Leitsymptome, westliche Indikationen / Symptome, Rezepte, Rezeptkategorien, Wirkung des Rezeptes" Seite 176 bis 186. Als in westlicher Medizin ausgebildeter Arzt werden Sie trotzdem selbstverständlich niemals die westliche Diagnostik vernachlässigen! Einer meiner liebsten Freunde hatte normale Nierenpulse und keinerlei Hinweis auf ein florides malignes

Geschehen, bis eines Tages nach einer akuten schweren Hämaturie ein bereits beträchtliches Nierenkarzinom festgestellt wurde! Dies zur Warnung!

- Wenn Sie gemischt vorgehen - nach westlicher Diagnose und TCM-Muster, dann benützen Sie die Tabelle "Westliche Indikationen / Symptome, TCM-Syndrome, usw." Seite 187 bis 221. Diese Tabelle kann man hervorragend auch zum Lernen benützen: Alle Spalten bis auf die erste (Indikation nach westlicher Medizin) abdecken, zuerst überlegen, unter welchen TCM-Diagnosen die aktuelle westliche Diagnose aufscheinen könnte, überlegen, welche der angeführten Rezepturen passen könnte und dann nachschauen, ob's stimmt. Das gleiche kann man natürlich auch mit der Tabelle "TCM-Syndrome, Leitsymptome, westliche Indikationen / Symptome, usw." (siehe oben) praktizieren!
3. Wenn Sie sich einen kurzen Überblick über die 74 Rezepte in diesem Buch verschaffen wollen, dann schauen Sie sich die Tabelle "Die 74 Rezepte alphabetisch in Super Kurzform" Seite 222 / 223 an.
 4. Wenn Sie den Namen einer Arzneidroge, welche in diesem Buch erwähnt ist, auf Deutsch, Latein, Englisch oder Chinesisch suchen oder vergleichen wollen, dann benützen Sie die Kreuzreferenzen in den verschiedenen Richtungen Seite 225 bis 233. Wenn Sie aber auch andere Kräuter nachschlagen wollen, dann brauchen Sie unbedingt "Kubi's Kleines Wörterbuch der Traditionellen Chinesischen Pharmatherapie" mit mehr als 800 Arzneidrogen, welches ebenfalls im Verlag Wilhelm Maudrich erscheint.
 5. Wenn Sie den Namen des in diesem Buch erwähnten Rezeptes in Deutsch, Latein, Englisch oder Chinesisch suchen oder vergleichen wollen, dann benützen Sie die Kreuzreferenz der 74 Rezepte - Chinesisch Seite 225ff, Deutsch Seite 231 ff.

Also - auf, auf Kameraden! Aufs Pferd, aufs Pferd! Und gute Unterhaltung! Und viel Erfolg beim Studium und vor allem mit Ihren Patienten!

- Für die chinesischen Schriftzeichen wurde das Computerprogramm Chinese Partner, TwinBridge, Standard Edition Version 4.0 verwendet.
- Für Lautschrift (Pinyin) mit Betonung: MultiLingua - Töne für Pinyin - Times Pinyin, Arial Pinyin, ConChinese © 1995-99 by M. Woesler.

Prof. Dr. med. et Mag. phil. Gertrude Kubiena

Wien, Frühjahr 2000

DANKSAGUNG

Mein herzlicher Dank gilt meinen Lehrern und Lehrerinnen im Westen und in China, allen voran Ted Kaptchuk und Franfois Ramakers, deren Kurse ich besuchen durfte, meinem Freund Alexander Chao-Lai Meng, der mir erste Kenntnisse in TCM vermittelte sowie meiner guten Freundin und TCM-Ärztin Zhao Jun, weiters meinen Lehrern in Fuzhou, die mich schon vor langer Zeit auf die TCM-Pharmatherapie neugierig gemacht haben. Besonders viel habe ich in dieser Hinsicht an der Universität für TCM in Chengdu gelernt, aber auch im Akupunkturzentrum in Beijing, sowie an der Universität für TCM in Shanghai habe ich wertvolle Anregungen erhalten.

Für seine Beratung danke ich Mag. Mag. Erich Stöger, der immer ein offenes Ohr für meine Fragen hat. Herrn Univ.-Prof. Dr. Dr. h. c. Alois Stacher danke ich dafür, daß er mit mir gemeinsam den ersten TCM-Postgraduate-Kurs in Österreich veranstaltet.

Für praktische Mitarbeit danke ich meinen lieben Freundinnen und Sinologie-Studienkolleginnen Mag. Eva Gjeben-Altenburg er, Mag. Yvonne Giedenbacher und Anna

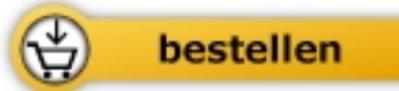


Gertrude Kubiena

[Kräuterlieder der Traditionellen
Chinesischen Medizin](#)

Verstehen, Verwenden und Merken von
über 70 Rezepten

288 Seiten, geb.
erschienen 2000



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de