Rita Traversier
Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM

Leseprobe

Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM
von Rita Traversier
Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart

http://www.narayana-verlag.de/b15988

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

3 Adonis vernalis

Adonisröschen, Frühlingssonnenröschen/pheasant's eye/Ranunculaceae – Kraut (Herba Adonidis)

Energie und Organbezug
- Temperatur: neutral
- Geschmack: bitter, scharf
- Eigenschaften: trocknend, diuretisch, spasmolytisch, sedativ, ausgleichend-stabilisierend, vasokonstriktiv, hyperton, verlangsamt den Herzrhythmus, bewegt das Blut
- Herz, Niere, Leber

Wichtige Inhaltsstoffe herzwirksame Glykoside (Adonidin, Adonitoxin, Adonidosid), Alkaloide, Cymarin, Flavonoide

Therapeutische Wirkung und Anwendung
- * beseitigt äußere Hitze, die in das Perikard eindringt:
  - Perikarditis, innere Unruhe
- * klärt Herz-Feuer, nährt das Herz-Yin, beruhigt den Geist Shen:
  - Kräftigung und Beruhigung des tachykarden Herzens
  - Palpitationen, Arrhythmien
  - funktionelle Störungen am Herzen aufgrund von Hyperthyreose
  - psychische Rastlosigkeit, Unruhezustände
  - Myokarditis
- * tonisiert das Herz-Qi, bewegt das Blut:
  - leichte eingeschränkte Herzleistung (NYHA I–II), evtl. mit nervöser Begleitsymptomatik
  - Herzmuskeldegeneration, Fettherz, Dyspnoe
  - Kompensation von leichten angeborenen Herzfehlern
  - Nervenstärkung, v. a. bei alten Menschen mit Herzproblemen
  - Hypotonie, Erhöhung der Umlaufgeschwindigkeit des Blutes
- * tonisiert das Nieren-Qi:
  - fördert die Diurese, z. B. bei Hydrops, Ödemen
  - verbessert die Ausscheidung harnpflichtiger Substanzen, z. B. bei harnsaurer Diathese
  - chronische Nephritis
  - **Climacterium virile**, Pollutionen, Schwellung der Prostata, Prostataneurose
- bewegt das Leber-Qi, kühlt Leber-Feuer und leitet inneren Wind aus

Kommentar Die Betrachtung nach den Maßstäben der TCM macht deutlich, wie sehr das Adonisröschen spezifisch stärkend, harmonisierend und beruhigend zu wirken vermag, wenn bereits durch lange bestehende Störungen eine echte organische Schwächung des Herzens vorliegt. Besonders erfolgreich wirkt es bei empfindlichen, leicht zu beunruhigenden Menschen mit einer Neigung zur **Somatisierung am Herzen**. Diese äußert sich weniger in einer Hypertrophie des Herzens als in einer immer häufiger auftretenden Schwäche sowie in Kurzatmigkeit und einer hohen Irritabilität von Reizbildung und Reizleitung.

Hervorzuheben ist auch der regulierende und harmonisierende Effekt auf die **Flüssigkeitsorganisation** des Körpers. Das Adonisröschen wirkt nicht kumulierend wie der Fin-

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

gerhut; es tonisiert Herz- und Nieren-Qi, wirkt diuretisch. Man nimmt an, dass die Diurese auf einer Dilatation der Nierengefäße und einer Anregung des Nierenparenchyms beruht. Sehr hilfreich kann das Adonisröschen beim Climacterium virile sein, das nicht selten von Prostata- und Herzbeschwerden begleitet ist (▶ **Abb. 3.1**, ▶ **Abb. 3.2**).

Dosierung und Zubereitung

- Tagesdosis: 1,5–6 g
- Tee: Die Glykoside werden bei der Trocknung der Pflanze zu einem großen Teil enzymatisch abgebaut.

Cave

Aufgrund des schwankenden Wirkstoffgehalts wird vom Gebrauch der Teedroge abgeraten!

- Tinktur – Tinctura Adonidis vernalis: 3 × tgl. 20 Tr. mit etwas Wasser einnehmen.
- Adoniskrautpulver: 3 × tgl. 1,5–3 g
- Fertigpräparate: z. B. Adonis vernalis ∅ von Maros, spag. Zimpel von Staufen-Pharma sind im Handel erhältlich. Adonis vernalis D 2 ist Bestandteil von Adonis comp. (Glob., Inj.) von Wala, D 4 von Adonis Komplex Nr. 43 (Dil.) von Nestmann, von Digitalis Oligoplex von Madaus, von Kattwiga Herztropfen.

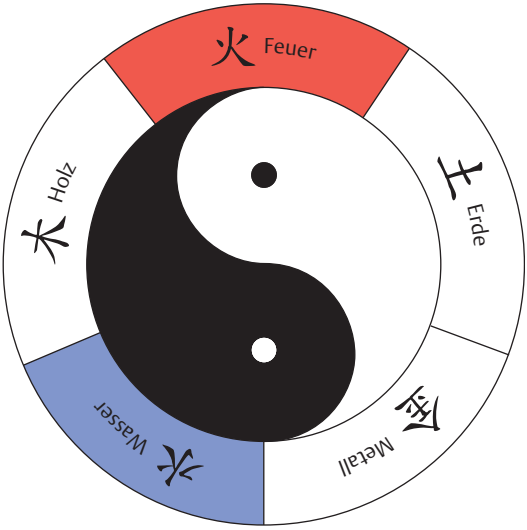
Nebenwirkungen Da das Adonisröschen Alkaloide enthält, sind die angegebenen Dosierungen einzuhalten! Überdosierungen führen zu Erbrechen und Durchfall, können letal ausgehen.

Kontraindikationen Kontraindiziert bei Hypertonie, Arteriosklerose, Kaliummangelzuständen und bei Therapie mit Digitalisglykosiden.

Wechselwirkungen mit Laxanzien, Saluretika, Chinidin, Kalzium, Glukokortikoiden sind möglich.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

▶ **Abb. 3.1** Adonis vernalis.



▶ **Abb. 3.2** Schematische Darstellung der Wirkung.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

4 Aesculus hippocastanum

Rosskastanie/common horsechestnut/Hippocastanaceae – Rinde (Cortex Hippocastani)/Blüten (Flores Hippocastani)/Blatt (Folium Hippocastani)/Frucht (Fructus, Semen Hippocastani)

Energie und Organbezug
- Temperatur: neutral bis kühl
- Geschmack: leicht bitter, adstringierend (Rinde, Blatt); süß, herb, bitter (Frucht)
- Eigenschaften: trocknend, adstringierend, gefäßverengend und -abdichtend, blutverdünnend, fiebersenkend, spasmolytisch, schwellungs- und entzündungshemmend, antiexsudativ, expektorierend, diuretisch, wundheilend, verflüssigend, bewegt Blut und Qi, kontrolliert die venöse Zirkulation, kräftigt das Hebe-Qi
- Milz-Pankreas, Kreislauf, Leber, Niere (Uterus), Lunge-Dickdarm

Wichtige Inhaltsstoffe – Blatt: Cumaringlykoside (Aesculin), Flavonolglykoside (Querzitrin, Rutin), Gerbstoffe, Aminosäuren; – Rinde: Cumaringlykoside (Aesculin, Fraxin), Flavonolglykoside, Allantoin, Sterine, Gerbstoffe

Therapeutische Wirkung und Anwendung
- * tonisiert das Qi von Milz-Pankreas, kräftigt das **Hebe-Qi** (Rinde):
  - fördert die Verdauung bei dyspeptischen Beschwerden
  - verbessert die Funktion der Venenklappen (Rinde)
- * bewegt das Blut (Frucht), wirkt adstringierend, stoppt **Blutungen** (Rinde):
  - Morbus Raynaud, Akrozyanose
  - bei Stagnation des Leberblutes, z. B. dunkle, klumpige Menstruationsblutungen
  - Schwäche des rechten Herzens, entlastet die venöse Blutfülle
  - chronisch-venöse Insuffizienz wie venöse Stauungen, Schweregefühl in den Beinen, (präventiv bei langen Flugreisen), Wadenkrämpfe, Juckreiz (Frucht, Knospen)
  - Thrombosen, Hämorrhoiden, Pfortaderstau (Frucht, Knospen)
  - postthrombotisches Syndrom, Thrombophlebitis, Ulcus cruris (Frucht, Knospen)
  - Brachialgia parestaethica nocturna
  - Ödeme, auch Hirnödem; Apoplexieprophylaxe
  - vermindert Blutungsneigung allgemein, besonders Uterus-/Menstruationsblutungen (Rinde, Frucht), subkutane Blutungen, z. B. Petechien
  - Diarrhöe, Gastroenteritis (Tee aus Rinde, geröstete und gemahlene Früchte)
- * reguliert und bewegt das Leber-Qi (Rinde, Blatt, Frucht):
  - Stauungen der Gallenflüssigkeit; nervöse Stauungen (besonders im kleinen Becken)
  - Kopfschmerzen, Migräne
  - wirkt spasmolytisch, PMS, nächtliche Wadenkrämpfe
- beseitigt Schleim-Hitze, die die Lunge verlegt (Blüten, Blatt):
  - fiebrige Erkältungskrankheiten, Expektorans bei chronischer Bronchitis
- regt die Diurese an (Blüten):
  - regt die Nierentätigkeit an, erhöht die Ausscheidung harnpflichtiger Substanzen
  - Bi-Syndrom (Rheuma) wie Hitze- oder chronisches Bi, Gicht (Rinde, Blatt, Blüten)
  - Prostatahypertrophie, Harnverhaltung

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

- * wirkt äußerlich hyperämisierend, adstringierend, wundheilend, schützend:
  - bei **venösen Erkrankungen** der Beine, Claudicatio intermittens (alkoholischer Auszug aus den zerkleinerten Früchten zur Einreibung), Gangrän (Abkochung aus der Rinde), Varikosis, Ulcus cruris (Salbe aus der Rinde)
  - Gelenkrheuma kleiner Gelenke (Salbe oder alkoholischer Auszug aus den Blüten)
  - Hautausschläge (Abkochung aus den Blättern)
  - Hämorrhoiden, Analfissuren, Mastdarmvorfall (Suppositorien aus der Rinde)

Kommentar Die süßlich-herbe, bittere Kastanie lenkt die innere Aufmerksamkeit des Organismus auf die Gefäße. Neben ihren die Venen tonisierenden, die Gefäße abdichtenden und vasokonstriktorischen Wirkungen verfügt sie auch über das Blut bewegende Eigenschaften. Sie enthält Cumarine, die das Blut bewegen, und Saponine, die die Viskosität des Blutes herabsetzen. So kann sie sowohl bei venösen als auch arteriellen vasomotorischen Fehlregulationen eingesetzt werden.

Die Rosskastanie wirkt außerdem bewegend auf das Leber-Qi. Hier entfaltet sie eine kühlende, entlastende Wirkung und befähigt die Leber wieder zu einem geschmeidigen Qi-Fluss und folglich auch Blutfluss in alle Richtungen (▶ **Abb. 4.1**, ▶ **Abb. 4.2**).

Dosierung und Zubereitung

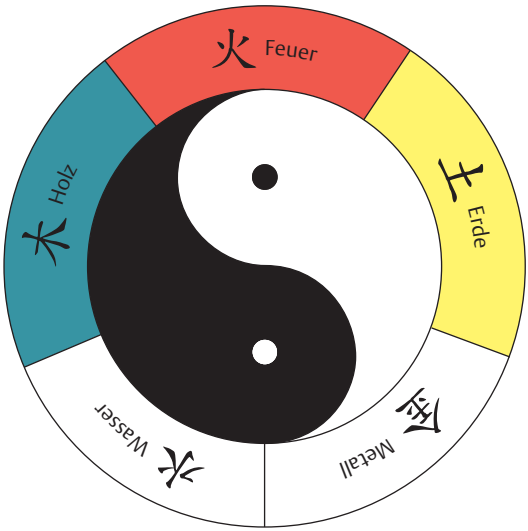
- Tagesdosis: 100 mg Aescin oder 600 mg Trockenextrakt
- Tee aus der Rinde: 1 TL/1 Tasse Wasser über Nacht kalt ansetzen, kurz aufkochen; tgl. 2–3 Tassen nach den Mahlzeiten trinken.
- Tee aus den Blüten (wenn Hitze-Schleim die Lunge verlegt): 1 TL/1 Tasse Wasser, den Aufguss 7 min ziehen lassen; tgl. 2–3 Tassen, evtl. mit etwas Honig süßen.
- alkoholischer Auszug aus den frischen Blüten: 3 × tgl. 20 Tr. nach den Mahlzeiten einnehmen.
- Pulver aus den getrockneten Früchten: 3 × tgl. 1 Msp. nach den Mahlzeiten einnehmen.
- Tinktur (aus den Früchten) – Tinctura Hippocastani: 2 × tgl. 1 EL vor den Mahlzeiten einnehmen (kurzfristig).
- Gemmotherapie: Aesculus hippocastanum L., Gemmae (Knospen)
- Fertigpräparate: z. B. Aesculus e semine (Glob., Inj.) von Wala, Hämorrhoidalzäpfchen von Weleda, Aesculus ∅ von Maros, der Apotheke zur Kaiserkrone/Wien (A), Venoplant retard S (Tabl.) von Schwabe sind im Handel erhältlich. Aesculus D 3 ist Bestandteil von Aesculus N Oligoplex von Madaus, von Venokatt von Kattwiga.

Nebenwirkungen Bei innerer Anwendung sind Reizungen der Schleimhäute im Verdauungstrakt möglich (Übelkeit, Magenbeschwerden). Das Präparat in dem Fall **nach** den Mahlzeiten einnehmen.

Wechselwirkungen mit Antikoagulantia, Aspirin, weiteren blutverdünnend wirksamen Heilkräutern sind möglich.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

▶ **Abb. 4.1** Aesculus hippocastanum.



▶ **Abb. 4.2** Schematische Darstellung der Wirkung.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

5 (Vitex) Agnus castus

Mönchspfeffer, Keuschlamm/chaste tree/Verbenaceae – Samen (Fructus Agni casti)

Energie und Organbezug
- Temperatur: warm
- Geschmack: aromatisch-scharf, bitter
- Eigenschaften: trocknend, emmenagog, laktagog, anaphrodisierend, sedativ, spasmolytisch, beseitigt Schleim, stoppt Blutungen, reguliert die Hypophysentätigkeit, hemmt die Prolaktinproduktion der Hypophyse, fördert die LH-, hemmt die FSH-Sekretion, fördert die Progesteronbildung, tonisiert und bewegt das Qi
- Niere (Uterus), Leber, alle 3 Erwärmer

Wichtige Inhaltsstoffe Iridoide (Agnusid, Aucubin), Flavonoide (Casticin), ätherisches Öl (Cineol, Campher), fettes Öl

Therapeutische Wirkung und Anwendung
- * tonisiert und bewegt das Nieren-(Uterus-)Qi, stillt **Blutungen** aufgrund von Leere-Kälte:
  - reguliert die Hypophysentätigkeit, stärkt die **Gelbkörperfunktion**, z. B. bei Infertilität der Frau
  - wirkt laktagog
  - reguliert das Östrogen-Progesteron-Verhältnis (langfristige Einnahme), z. B. bei präklimakterischen Beschwerden wie Schlafstörungen, Mastopathie
  - Endometriose, falls vermehrt Gestagen erwünscht ist
  - Pubertätsakne, Akne bei Frauen
  - wirkt **emmenagog** bei Dysmenorrhöe, Hypomenorrhöe, (Post-Pill-)Amenorrhöe
  - stillt Blutungen, z. B. bei Menorrhagie, Hypermenorrhöe, Zwischenblutungen
  - Libidomangel der Frau aufgrund von Nässe-Kälte
  - weißer Fluor vaginalis
  - **klimakterische Beschwerden** wie Trockenheit der Vagina, männlicher Haarwuchs
  - Gebärmutterzysten, zervikale Dysplasie
  - Osteoporose
  - wirkt anaphrodisierend beim Mann, z. B. bei Sexsucht, sexueller Neurasthenie
  - Prostataneurose, Prostatitis
- * harmonisiert den Oberen Erwärmer, beseitigt Schleim, löst Stagnationen:
  - tonisiert das Herz, bewegt das arterielle Blut, harmonisiert den Geist Shen
  - Wachstums- und Reifungsverzögerung bei Kindern und Jugendlichen
  - akute Erkältungskrankheiten
  - Bi-Syndrom (akutes Rheuma), schmerzhafte Obstruktion der Leitbahnen aufgrund von Wind-Nässe-Kälte-Exposition, Muskelschmerzen
  - chronische Bronchitis, chronisches Asthma, chronischer Husten
- * harmonisiert den Mittleren Erwärmer, beseitigt Schleim:
  - fördert die Verdauung bei dyspeptischen Beschwerden
  - **Lymphmittel**, bei Milz-, Lymphknotenschwellung, Lymphstauungen

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

- * reguliert und bewegt das Leber-Qi:
  - wirkt spasmolytisch, z. B. bei **PMS**, zyklusabhängiger Migräne
  - psychische Stimmungslabilität, Depressionen
- wirkt äußerlich entzündungshemmend und analgetisch:
  - Muskelschmerzen, Insektenstiche, Wunden, Mundulzera

Kommentar Bedingt durch Stress schüttet die Hypophyse vermehrt Prolaktin aus, es kommt zu erhöhten Östrogenwerten. Der Mönchspfeffer bremst mit seiner dopaminergen Wirkung die erhöhte Sekretion von Prolaktin der Hypophyse. Sein nachweislich förderlicher Effekt auf die Produktion des Gelbkörpers macht die mediterrane Heilpflanze sehr nützlich bei **Infertilität**, Menstruations- und bei klimakterischen Beschwerden. Außerdem stimuliert der Mönchspfeffer die Produktion von Endorphinen und gleicht damit Stimmungsschwankungen aus, die ebenfalls zum PMS gehören.

Erfahrungsgemäß wird die Wirkung auf die Gesamtpersönlichkeit durch die Kombination mit Eisenkraut (Verbena officinalis) positiv verstärkt. Kombiniert mit Salbei (Salvia officinalis) bremst der Mönchspfeffer eine zu üppige oder zu lange Laktation (▶ **Abb. 5.1**, ▶ **Abb. 5.2**).

Dosierung und Zubereitung

- Tagesdosis: 4–10 g

Praxistipp
Die Droge kann langfristig eingenommen werden.

- Tee: 1 gestrichenen TL der geschroteten Früchte/1 Tasse Wasser aufgießen, 15 min ziehen lassen; 2 Tassen tgl. trinken. – äußerlich: Mönchspfeffertee kann als Kompresse und Auflage bei Muskelschmerzen verwendet werden.
- Tinktur – Tinctura Agni casti: 2 × tgl. 10–15 Tr. einnehmen. – Männer mit sexueller Neurasthenie: regelmäßig 5 Tr. vor dem Schlafengehen
- ein Säckchen mit würzig duftenden Samen unter das Kopfkissen (harmonisiert die Libido)
- Fertigpräparate: z. B. Agnus castus ∅ von Hanosan, Maros, der DHU, Gynocastus-Lösung von Fritz Zilly sind im Handel erhältlich. Agnus castus ist Bestandteil von Cefanorm (Tr., Kaps.) von Cefak, von Agnus castus N Oligigoplex von Madaus, von Bomaklim Hevert, Calycast Similiaplex von Pascoe.

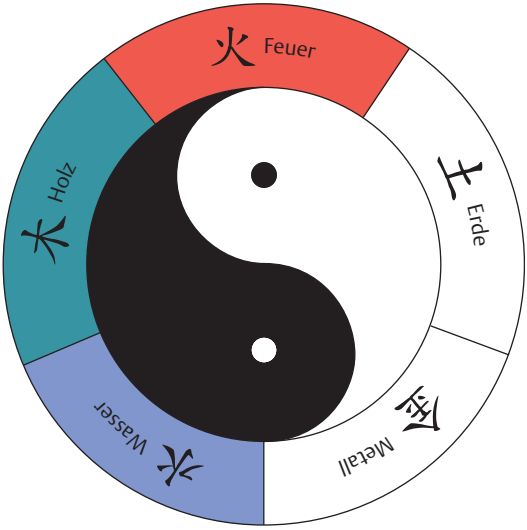
Nebenwirkungen Bei langfristiger Einnahme können sich vermehrt Blutungen wie Hypermenorrhöe, Zwischenblutungen einstellen.

Kontraindikationen Kontraindiziert bei Schwangerschaft, hormonabhängigen Erkrankungen, lutealen Zysten, bei In-Vitro-Infertilität-Behandlung. Mönchspfeffer kann in der Stillzeit genommen werden.

Wechselwirkungen mit Antikonzeptiva, hormonellen Substitutionspräparaten, dopaminhaltiger Arznei sind möglich.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

▶ **Abb. 5.1** (Vitex) Agnus castus.



▶ **Abb. 5.2** Schematische Darstellung der Wirkung.

aus: Traversier, Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM (ISBN 9783830476627)
© 2014 Karl F. Haug Verlag

Rita Traversier

Westliche Pflanzen und ihre Wirkungen in der TCM

472 Seiten, geb.
erschienen 2014

bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de