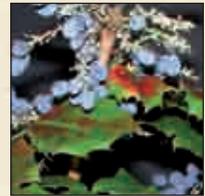


Ulrike von Blarer Zalokar und Peter von Blarer

Praxisbuch

Westliche Heilkräuter und Chinesische Medizin

Wirkungsbeschreibungen und Indikationen
im Westen gebräuchlicher Phytotherapeutika



BACOPA VERLAG

... mit umfassendem Index!

Klar: Die Erfahrungen sind noch begrenzt, was die therapeutische Anwendung von westlichen Pflanzen nach der chinesischen Krankheitslehre betrifft. Doch genau deswegen braucht es Literatur wie dieses "Praxisbuch Westliche Kräuter und Chinesische Medizin". Seriös recherchiert bietet es eine umfassende Basis, auf welcher die Phyto-West TCM aufbauen kann.

Simon Becker
Wädenswil, CH



€ 69.00

ISBN: 978-3-901618-84-0



9 783901 618840

www.bacopa.at

Geleitwort

Die Erfahrungen sind noch begrenzt, was die therapeutische Anwendung von westlichen Pflanzen nach der chinesischen Krankheitslehre betrifft. Diese Kritik an der Phyto-West TCM ist nicht wegzudiskutieren. Die Argumentation, eine Klassifizierung der Pflanzen, wie zum Beispiel kalt und heiss habe es auch in der hiesigen Phytotherapie gegeben, ist ungenügend. Das chinesische Differenzierungssystem kennt man in Europa erst seit kurzem.

Diese Tatsache wird jedoch falsch interpretiert, wenn damit die gesamte Phyto-West TCM keinen Platz haben soll in der heutigen an westliche Gegebenheiten angepassten chinesischen Medizin. Im Gegenteil! Diese Kritik verlangt nach einer vertieften Auseinandersetzung mit der Materie, nach Experten, Erfahrungen und kritischen Diskussionen.

Auf einer breiten Ebene sind solche Auseinandersetzungen nur möglich, wenn die Ausbildungen angemessen definiert sind und seriös durchgeführt werden.

Andererseits erschien mir ein Ausschluss der Phyto-West TCM aus der chinesischen Medizin unbegründbar. So habe ich mich während meiner Zeit als Präsident der Schweizerischen Berufsorganisation für TCM stets für die Phyto-West TCM stark gemacht. Seit rund vier Jahren gibt es nun Richtlinien zu dieser Ausbildung, und 2011 finden die ersten Verbandsprüfungen für die Absolventen dieser Ausbildungen statt: Die Grundlage einer Weiterentwicklung und einer vertieften Diskussion ist somit gesichert.

Allerdings fordern fundierte Ausbildungen entsprechende Literatur. Das „Praxisbuch Westliche Kräuter und Chinesische Medizin“ bildet einen Kernteil dieser Literatur. Mit seinem seriös recherchierten und umfassenden Charakter stellt das Praxisbuch eine Basis dar, auf welcher die Phyto-West TCM aufbauen kann.

Simon Becker
Wädenswil, CH

Vorwort



Diese erste Auflage ist eigentlich die siebte. Schon im März 2000 haben wir das, was wir aus heutiger Sicht als die erste Auflage bezeichnen können, unseren StudentInnen abgegeben: in Buchform leimgebunden und unter dem Titel «Materia Medica Phyto West-TCM». Damals haben sich viele TCM-ExpertInnen noch empört, oder wenigstens darüber gestaunt, dass man mit Weissdornblüten und Goldrutenkraut wirkungsvolle Chinesische Medizin machen kann.

Heute, im Jahre 2010, ist Phyto West-TCM anerkannt. Wir müssen nicht mehr kämpfen, nichts mehr erläutern und uns schon gar nicht rechtfertigen, warum dieses Verschreibungskonzept Bestand hat. Vielmehr wird es bald die wohl erste Phyto West-TCM-Verbandsprüfung überhaupt geben, und zwar durchgeführt ab 2011 durch die Schweizerische Berufsorganisation für TCM (SBO-TCM).

Das ist ein grosser Erfolg für die Phyto West-TCM, und er hat uns beflügelt: So haben wir möglichst viel Wissen zur Vorbereitung auf diese Verbandsprüfung in dieses Buch gepackt.

Wir freuen uns, wenn dieses Buch allen, die auf westliche Heilkräuter setzen, eine wirkliche Hilfe bei der täglichen Arbeit in der Praxis ist.

Luzern, im Oktober 2010

Ulrike von Blarer Zalokar und Peter von Blarer

Einführung

Die meisten PatientInnen kommen mit einer westlichen Krankheitsdiagnose zu Ihnen, z.B. mit Arthritis. Über die TCM-Differenzialdiagnose dringen Sie dann bis zum zugrundeliegenden Muster vor: z.B. „Hitze, die durch Yin-Mangel verursacht wurde“ und „Leber-Blut-Mangel“.

Index westlicher Diagnosen

Genau hier setzt der Indikations-Index westlicher Diagnosen ein, und so erhalten Sie unter dem Stichwort „Arthritis“ die Liste der Heilpflanzen, die in diesem Fall angezeigt sein könnten. Jede dieser Heilpflanzen ist ebenfalls den chinesischen therapeutischen Wirkungen zugeordnet, wie „Hitze eliminieren, die durch Yin-Mangel verursacht wurde“ et cetera.

Index nach TCM-Kategorien

Der zweite Index ordnet sämtliche Heilpflanzen nach 30 klassischen TCM-Wirkungen. So finden Sie unter einer Wirk-Kategorie eine Vielzahl von Heilpflanzen aufgelistet, darunter vielleicht die eine oder andere, an die Sie schon lange nicht mehr gedacht haben – und die sich in einem spezifischen Fall als die ideale Kaiserpflanze entpuppt. Die Wirk-Kategorien sind ab Seite 19 in einem eigenen Kapitel mit Beispielen beschrieben. Die Zuordnungen zu Temperatur, Funktionskreis und Hauptwirkung stimmen weitestgehend mit jenen Jeremy Ross' überein. Schliesslich beziehen wir uns auf die

gleichen Quellen. Da und dort haben wir jedoch eine etwas andere Erfahrung oder Einschätzung gemacht. Aus praktischen Gründen und der Übersicht wegen haben wir auf einige Angaben verzichtet:

- Es werden nur die botanischen und deutschen Namen verwendet.
- Es werden keine Zubereitungs- und Dosierungsvorschläge gemacht.
- Die Kontraindikationen und Nebenwirkungen sind ohne weitere Erklärungen.
- Es werden keine Rezeptur und Kombinationsvorschläge gemacht.

Jeremy Ross als Pflichtlektüre

Diese und weitere wichtige Details werden in zahlreichen Phytotherapie-Büchern ausführlich beschrieben. Speziell möchten wir auf „Westliche Heilkräuter und Chinesische Medizin“ und „Eine klinische Materia Medica“ von Jeremy Ross hinweisen, die die Grundlagen der Phyto West-TCM vorbildlich beschreiben. Das Studium dieser zwei Bücher erachten wir als Pflicht.

Wirkstoffgruppen

Auf den folgenden Seiten finden Sie die biochemischen Wirkstoffgruppen der rationalen Phytotherapie als eigenes Kapitel. In dieser Form erscheint es uns sehr übersichtlich und damit als Lernhilfe für PrüfungskandidatInnen der SBO-TCM Verbandsprüfung gut geeignet.

Die Ganzheit einer Heilpflanze macht deren Wirkung aus und nicht die Einzelteile. Trotzdem sind viele Inhaltsstoffe von Heilpflanzen heute bekannt und als Ursache von Heilwirkungen anerkannt. Die naturwissenschaftliche Forschung hat aber zahlreiche erfahrbare Heilwirkungen von Pflanzen noch nicht über Inhaltsstoffe erklären können, obwohl die Heilpflanzen wirken.

In den folgenden Abschnitten werden die bekanntesten Wirkstoffgruppen möglichst einfach erläutert und sollen so ihren Anteil zusammen mit dem energetischen Wissen dieses Buches zum ganzheitlichen Verständnis beitragen.

Alkaloide

Alkaloide sind natürlich vorkommende, meist alkalische, stickstoffhaltige organische Verbindungen, die bei Mensch und Tier starke Reaktionen hervorrufen können. Dieser Stoffgruppe werden mehr als 10.000 verschiedene pflanzliche, tierische oder von Mikroorganismen produzierte Substanzen zugeordnet.

Alkaloide werden für den Grundstoffwechsel der sie bildenden Organismen nicht benötigt, sondern häufig als Schutz vor Fressfeinden eingesetzt. Gebildet werden sie hauptsächlich in den stoffwechselaktiven Teilen der Pflanze, also in Blattspitzen, Blüentrieben und Wurzeln. Eine Pflanze wird als Alkaloidpflanze bezeichnet, wenn sie mindestens 0,01% Alkaloide enthält.

Alkaloide werden meist nach ihrer chemischen Struktur eingeteilt. Dabei ist der Teil des Moleküls namensgebend, welcher den Stickstoff enthält:

Beispiele:

Alkaloide mit heterozyklischem Stickstoff

- Pyrrolizidin-Alkaloide: z.B. Hygrin
- Steroid-Alkaloide: z.B. Solanin
- Pyridin-Alkaloide: z.B. Nicotin, Anabasin
- Tropan-Alkaloide: z.B. Hyoscyamin, Scopolamin, Cocain
- Chinolin-Alkaloide: z.B. Chinin, Chinidin
- Isochinolin-Alkaloide: z.B. Morphin, Codein, Papaverin, Berberin, Tubocurarin
- Indol-Alkaloide: z.B. Ajmalin, Ergotamin, Yohimbin, Reserpin, Strychnin
- Purinalkaloide: z.B. Coffein, Theophyllin, Theobromin

Alkaloide mit azyklischem Stickstoff:

- z. B. Ephedrin, Mescaline

• Wirkungen der Alkaloide

Alkaloide sind nicht sehr gut wasserlöslich, jedoch

lipophil, also in Fett und Öl und auch in Alkohol gut löslich.

Zahlreiche Alkaloide sind für den Menschen stark wirksame Substanzen. Bereits geringste Überdosierungen können toxische Wirkungen haben. Aufgrund ihrer Struktur wirken einige als Agonisten oder Antagonisten an Rezeptoren für Neurotransmitter. Weiterhin können Alkaloide bestimmte Enzyme hemmen oder die Zellteilung hemmen. Deswegen werden in der Naturheilkunde alkaloidhaltige Pflanzen fast ausschließlich in prozessierter Form, z.B. spagyrisch oder homöopathisch eingesetzt. Bei der spagyrischen Zubereitung werden Alkaloide, Glykoside und Gerbstoffe bei der Wasserdampfdestillation fast vollständig abgetrennt.

Die meisten Alkaloide passieren die Blut-Hirn-Schranke und die Plazentaschranke. Deshalb äusserste Vorsicht bei Schwangeren und stillenden Müttern.

Die Gruppe der Pyrrolizidin-Alkaloide, wie z.B. in *Petasites hybridus* / Pestwurz enthalten, weisen keine therapeutische Wirkung auf, bilden jedoch giftige Stoffwechselprodukte im Organismus, welche kanzerogene Wirkungen haben. Deshalb soll bei diesen Heilpflanzen auf prozessierte Formen ausgewichen werden.

Akute Vergiftungen zeigen sich z.B. in Schwindel, Erbrechen, heftigem Delirium mit Halluzinationen und Kreislaufkollaps. Meist beginnt es mit Erregung, dann Lähmung, Bewusstlosigkeit und endet mit Atemlähmung.

Toxikologische Notrufnummern:

- Schweiz: +41 (0)44 251 66 66
(Notrufnummer nur für die Schweiz: 145)
- Österreich: +43 (0)1 406 43 43
- Deutschland: Ortsvorwahl + 19 24 0

• TCM-Wirkung der alkaloidhaltigen Pflanzen

Da die Alkaloide durch ihre Toxizität meist nicht den Hauptwirkstoff einer Heilpflanze darstellen, sondern verschiedenste andere Inhaltsstoffe, ist das Wirkspektrum sehr unterschiedlich. Deswegen können Alkaloidpflanzen keiner eindeutigen TCM-Wirkung zugeordnet werden, wie folgende Beispiele zeigen:

Pflanzenbeispiele:

Solanaceae – Nachtschattengewächse

- *Atropa belladonna* / Tollkirsche = Inneren Wind unterdrücken
- *Capsicum annum* / Chili = Qi regulieren und bewegen
- *Datura stramonium* / gemeiner Stechapfel = Inneren Wind unterdrücken
- *Hyoscyamus niger* / Bilsenkraut = Inneren Wind unterdrücken
- *Solanum dulcamara* / bitterer Nachtschatten = Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

Wind-Kälte eliminieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten warm bis heiss. Ihr Geschmack ist meist scharf. Durch eine geschwächte Abwehr können pathogene Wind-Kälte Faktoren in den Körper eindringen. Diese Heilkräuter öffnen die Oberfläche, indem sie das Schwitzen fördern. Wind und Kälte werden über die Poren der Haut aus den oberflächlichen Schichten des Körpers getrieben. Der scharfe Geschmack fördert die periphere Zirkulation, welche das Befreien des pathogenen Faktors unterstützt.

Sie können auch zur Behandlung von Ödemen und Schmerzen infolge Wind-Kälte-Bi angewendet werden.

Heilkräuter Beispiele:

Ephedra distachya, *Zingiber officinalis*, *Cinnamomum verum*

Klinische Manifestationen:

Beginn einer Erkältungskrankheit, Abneigung gegen Wind, Kälteaversion, Frösteln, Schüttelfrost, leichtes Fieber, wenig oder kein Schwitzen, steifer Nacken, Körperschmerzen, Niesen, verstopfte Nase wechselnd mit wässrigem Sekret, Husten mit glasigem weissem Auswurf, Dyspnö, Bronchitis, Asthma bronchiale, Rhinitis, Sinusitis, raue Stimme

- Zunge: Belag: dünn, weiss
- Puls: oberflächlich, straff

Wind-Hitze eliminieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten neutral, kühl bis kalt. Ihr Geschmack ist meist scharf, häufig bitter und kann desweiteren variieren. Sie haben meist eine antimikrobielle Wirkung. Sie öffnen die Oberfläche durch den scharfen Geschmack.

Durch schwache Abwehr dringen äussere pathogene Faktoren wie Wind-Hitze oder auch Wind-Kälte, die sich in Wind-Hitze umwandelt, in den Körper ein. Die Wind-Hitze beginnt im Wei-Stadium und kann sich weiter in die Tiefe entwickeln und schwerwiegendere Krankheiten verursachen. Einige der Wind-Hitze eliminierenden Heilkräuter fördern die Bildung bzw. die Reifung von Masernexanthenen, Karbunkeln und Furunkeln.

Heilkräuter Beispiele:

Echinacea purpurea, *Mentha piperita*, *Primula veris*, *Tilia platyphyllos*

Klinische Manifestationen:

Windaversion, Abneigung gegen Kälte oder Hitze, Fieber, wenig Frösteln, Schwitzen, leichter Durst, Kopfschmerz, gerötete Augen, juckende Augen, Exantheme, Juckreiz, Urtikaria, nicht zum Ausbruch kommende

Hautausschläge, Halsschmerz, Schluckbeschwerden, Halsentzündungen, vergrösserte Tonsillen, Husten mit dickem, gelbem zähem Auswurf, Bronchitis, Asthma bronchiale, Schnupfen mit gelbem zähem Schleim, Rhinitis, Sinusitis, grippale Infekte, Erkältungskrankheit, Diarrhö, Verstopfung, konzentrierter Urin

- Zunge: rot, Belag: trocken
- Puls: oberflächlich, schnell

Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten kühl bis kalt. Ihr Geschmack ist meist bitter. Sie werden im speziellen bei Hitze-Syndromen auf der Qi-Ebene infolge von äusserer Hitze eingesetzt oder bei übermässiger Hitze des Magens, der Lunge, des Herzens und der Leber. Ursachen sind: exzessiver Verzehr scharfer, fettiger Nahrung, ständiges Überessen, schwere psychische Störungen, Depressionen, exzessiver Alkoholkonsum und Tabakkonsum, anhaltende Leber-Qi-Stagnation.

Heilkräuter Beispiele:

Filipendula ulmaria, *Lonicera caprifolium*, *Prunella vulgaris*, *Solanum dulcamara*

Klinische Manifestationen:

Magen-Hitze, Magen-Feuer: Mundtrockenheit, bitterer Mundgeschmack, fauliger Mundgeruch, Zahnfleischentzündungen, Zahnfleischblutungen, Stomatitis, Halsentzündung, Nasenbluten, Trigeminusneuralgie, Stirnkopfschmerz, brennende Schmerzen und Hitzegefühl im Epigastrium, ständiges Hungergefühl, Übersäuerung des Magens, Magensäurereflux, Sodbrennen, Gastritis, *Ulcus duodeni*, *Ulcus ventriculi*

- Zunge: rot; Belag: dick, gelb, trocken
- Puls: voll, schnell, gleitend

Herz-Hitze, Herz-Feuer: Palpitationen, Erregbarkeit, Reizbarkeit, Ruhelosigkeit, Schlafstörungen, starke lebhaft Träume, Angstzustände, Hitzewallungen, rotes Gesicht, Durst, Zungengeschwüre, Mundgeschwüre, bitterer Mundgeschmack, Harnwegsinfekt, Dysurie, Hyperthyreose

- Zunge: purpurrot an der Spitze, Rand der Zungenspitze kann Abszesse haben, Mittelriss an der Spitze, Belag: gelb, trocken, dünn
- Puls: voll, schnell

Lungen-Hitze: Husten mit gelbem, dickem Schleim, Dyspnö, Pneumonie, hohes Fieber, Schwitzen, Durst, Unruhezustände, Agitiertheit, Nasenbluten

- Zunge: rot, Risse im vorderen Drittel, Belag: gelb, trocken
- Puls: voll, schnell

Seite	Wind-Kälte eliminieren			
Wirkungspriorität: 1				
123	Capsicum annuum Chili	heiss	scharf	Perikard, Herz, Lunge, Magen, Gedärme, Milz
160	Ephedra distachya Meerträubchen	warm	scharf, leicht bitter	Lunge, Blase, Herz
191	Hyssopus officinalis Ysop	warm, neutral, kühl	scharf, aromatisch, leicht bitter	Lunge, Milz, Gedärme, Herz
230	Origanum majorana Majoran	warm	scharf, etwas bitter, aromatisch	Lunge, Gedärme, Leber, Magen, Milz, Herz, Chong Mai
232	Origanum vulgare Oregano	warm	scharf, leicht bitter, aromatisch	Lunge, Gedärme, Magen, Milz, Herz, Chong Mai
268	Salvia officinalis Salbei	warm, neutral, kühl	aromatisch, bitter, scharf	Lunge, Herz, Leber, Uterus, Gallenblase, Niere, Gedärme
273	Satureja hortensis Bohnenkraut	warm	scharf, leicht bitter	Lunge, Magen, Leber, Niere
293	Thymus vulgaris Thymian	warm, neutral, kühl	aromatisch, scharf, leicht bitter	Lunge, Niere, Herz, Milz, Magen, Gedärme, Uterus
315	Zingiber officinalis Ingwer	getrocknet: heiss, frisch: warm	scharf, aromatisch	Lunge, Milz, Magen, Herz, Uterus, Gedärme
Wirkungspriorität: 2				
80	Achillea millefolium Schafgarbe	warm, neutral, kühl	scharf, bitter, aromatisch	Lunge, Leber, Milz, Magen, Uterus, Niere, Blase, Herz
97	Angelica archangelica Engelwurz	warm	aromatisch, bitter, scharf	Lunge, Milz, Magen, Herz, Gedärme, Leber, Gallenblase
103	Armoracia rusticana Meerrettich	heiss	scharf	Lunge, Magen, Gedärme, Blase
107	Artemisia vulgaris Beifuss	warm, neutral, kühl	bitter, etwas scharf	Leber, Gallenblase, Milz, Uterus, Magen, Niere, Blase
108	Asarum europaeum Haselwurz	warm	scharf, bitter	Leber, Herz, Lunge
136	Cinnamomum verum Zimt	heiss	scharf, süss, aromatisch	Milz, Magen, Gedärme, Herz, Niere, Uterus, Lunge
143	Coriandrum sativum Koriander	Kraut: neutral, Samen: warm	scharf, süss	Blase, Magen, Leber
194	Inula helenium Alant, echter	warm	scharf, süss, leicht bitter, aromatisch	Milz, Lunge, Magen, Leber, Herz, Niere
237	Petasites hybridus Pestwurz, gemeine	warm	leicht bitter, süss	Lunge, Herz, Milz, Niere, Leber
Wirkungspriorität: 3				
156	Echinacea purpurea Sonnenhut, roter	kühl	scharf, bitter, leicht süss	Lunge, Niere, Blase, Milz

Achillea millefolium

Schafgarbe



Familie: Asteraceae, Korbblütengewächse

Herkunft: Heimisch in Zentral- und Südosteuropa

Pflanzenteile: oberirdische Teile

Temperatur: warm, neutral, kühl

Geschmack: scharf, bitter, aromatisch

Funktionskreis: Lunge, Leber, Milz, Magen, Uterus, Niere, Blase, Herz

Eigenschaften: spasmolytisch / krampflösend, antiinflammatorisch / entzündungshemmend, diuretisch / harntreibend, diaphoretisch / schweisstreibend, carminativ / blähungs- und gärungswidrig, cholagog / galletreibend, blutreinigend, Progesteron- und Gestagenbildung anregend, unterstützt die Yi Seele

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl wechselnder Zusammensetzung, abhängig z. B. von der Herkunft der Pflanze oder dem Erntezeitpunkt. Etwa 100 Verbindungen wurden bisher identifiziert: Pinen, Sabinen, Cineol u. a. Monoterpene; Chamazulen bzw. Vorstufen (Proazulene wie Achillicin) u. a. Sesquiterpenlactone; Flavonoide, Cumarine, Polyine, Salicylsäure-Derivate, Gerbstoffe

Wirkung

1 Blut bewegen

Dysmenorrhö, Menstruationsblutung schmerzhaft, Endometriose, Palpitationen, Angina pectoris, Claudicatio intermittens, Durchblutungsstörungen peripher, Blutzirkulation vermindert, Hypertonie, Bluthochdruck, Varizen, Krampfadern, Thrombophlebitis, Phlebitis, Venenentzündung mit thrombischem Verschluss, Hämorrhoiden, Verletzung, Verstauchung

2 Wind-Kälte eliminieren

Erkältung, Husten, Rhinitis, Nasenschleimhautentzündung, Schnupfen

2 Wind-Hitze eliminieren

Erkältung, Sinusitis, Rhinitis, Nasenschleimhautentzündung, Grippe, Fieber, Malaria, Bronchitis, Asthma

2 Qi regulieren und bewegen

Leber-Qi Stagnation, Depressionen, Launenhaftigkeit, Melancholie, Mutlosigkeit, Darmkrämpfe, Magenkrämpfe, Morbus Raynaud, PMS, Prämenstruelles Syndrom, Dysmenorrhö, Menstruationsblutung schmerzhaft mit Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Amenorrhö, Menstruationsblutung ausbleibend, Zervizitis, Endometriose, Endometritis (innerlich und Sitzbad), Wadenkrämpfe, Spannungsgefühl im Epigastrium

Aconitum napellus

Eisenhut



Familie: Ranunculaceae, Hahnenfussgewächse

Herkunft: Heimisch in den Alpen und den Karpaten und in den gebirgigen Regionen Europas

Pflanzenteile: Wurzel

Temperatur: heiss, kalt

Geschmack: scharf, süss

Funktionskreis: Herz, Perikard, Milz, Niere

Eigenschaften: toxisch, stimulierend, herzstärkend, analgetisch / schmerzstillend, Anregung des Wärmeorganismus und Integration von Stoffwechselprozessen, das beste Umwandlungsstimulans

Inhaltsstoffe: Aconitin und weitere Diterpenalkaloide wie Mesaconotin und Hypaconitin

Wirkung

1 Inneres/Li erwärmen

Umwandlungsstörungen, Stoffwechselschwäche, Kältegefühl, Extremitäten kalt, Diarrhö, Durchfall, Impotenz, Ödeme, Urinieren häufig, Kälte innere

1 Yang tonisieren

Herzmuskelschwäche, Schock, Angst

1 Wind-Kälte/Hitze-Nässe eliminieren (Rheuma/Bi-Syndrom)

Gelenkschmerzen, Muskelrheuma, Gelenkrheuma, Gelenkentzündung, Gelenkerkrankungen

2 Inneren Wind unterdrücken

Schmerzen, Migräne, Neuralgie, Trigeminusneuralgie, Interkostalneuralgie, Myalgie, Muskelschmerzen

2 Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

Pleuritis, Brustfellentzündung, Rippenfellentzündung, Pericarditis sicca, Herzbeutelentzündung, Fieber, Erkrankungen fieberhafte, Entzündung, Wunde, Infekt, Schnupfen, Bronchialkatarrh, Angina, Laryngitis, Schleimhautentzündung

Vorsicht: Wegen der toxischen Eigenschaft wird Aconitum napellus nur in prozessierter Form, z.B. spagyrisch, verabreicht. Bei Yin-Mangel. Nicht während der Schwangerschaft anwenden.

Acorus calamus

Kalmus



Familie: Araceae, Aronstabgewächse

Herkunft: Heimisch wahrscheinlich in Nordamerika und Indien, heutzutage auf der ganzen Welt verbreitet

Pflanzenteile: Wurzelstock

Temperatur: warm

Geschmack: scharf, aromatisch, bitter

Funktionskreis: Herz, Leber, Gallenblase, Milz, Magen, Lunge, Niere, Gedärme

Eigenschaften: stimulierend, carminativ / blähungs- und gärungswidrig, sekretolytisch / schleimlösend, expectorierend / auswurfördernd, emetisch / brechreizfördernd, adstringierend / zusammenziehend, anregend, trocknend

Inhaltsstoffe: Ätherisches Öl mit den Phenylpropanen Beta-Asaron (cis-Isoasaron) und Isoeugenolmethylether; Monoterpen wie Decadienal (geruchsbestimmend) und Sesquiterpene wie Acoron (bitter), ebenfalls bitter das Glykosid Acorin; Gerbstoffe. Die verschiedenen Herkünfte der Drogen unterscheiden sich ausser in ihrer Chromosomenzahl auch in der Zusammensetzung des ätherischen Öles. So ist das Öl der amerikanischen Sippe frei von Beta-Asaron, die asiatische hat einen hohen Gehalt, die europäische etwas weniger

Wirkung

1 Sinnesorgane öffnen

Konzentrationsstörungen, Gedächtnisschwäche, Vergesslichkeit, Autismus, Bewusstseinstörung, Wahnvorstellung, Sprachstörungen, Aphasie nach einem Hirnschlag, Depressionen, Schock, Koma, Hörschwäche, Schwindel, Sinne getrübt, Sorgen

1 Schleim-Kälte auflösen

Lungenschleim, Hustenkrampf, Atem oberflächlich, Knochenfistel, Räusperzwang, Nierengries, Nephrolithiasis, Nierensteine, Zystitis, Blasenentzündung

1 Inneres/Li erwärmen

Verdauungsschwäche, Dyspeptische Beschwerden, Verdauungsenzym vermindert, Fermentationsmangel gastrointestinal, Spannungsgefühl im Epigastrium, Bauchkolik, Bauchkrämpfe, Qi-Mangel, Appetitlosigkeit, Magensäuremangel, Anorexie, Magersucht, Schwäche chronisch

2 Yin tonisieren

Knochenbrüche, Knochenschwäche, Osteoporose-Prophylaxe, Knochenschwund-Prophylaxe, Wachstumsschmerzen, Rachitis, Haarausfall



Pflanzenindex Latein

- Achillea millefolium* 80
Aconitum napellus 82
Acorus calamus 83
Aesculus hippocastanum 85
Agrimonia eupatoria 87
Agropyron repens 89
Alchemilla xanthochlora 90
Aloe vera 91
Alpinia officinarum 92
Althaea officinalis 93
Anacyclus pyrethrum 95
Anethum graveolens 96
Angelica archangelica 97
Anisum stellatum 99
Apium graveolens 100
Arctium lappa 101
Arctostaphylos uva-ursi 102
Armoracia rusticana 103
Arnica montana 104
Artemisia absinthium 106
Artemisia vulgaris 107
Asarum europaeum 108
Asclepias tuberosa 109
Asparagus officinalis 110
Atropa belladonna 111
Avena sativa 112
- Baptisia tinctoria* 113
Barosma betulina 114
Berberis vulgaris 115
Betula pendula 116
Borago officinalis 117
Boswellia sacra 118
Bryonia alba 119
- Calendula officinalis* 120
Capsella bursa-pastoris 122
Capsicum annuum 123
Cardiospermum halicacabum 124
Carduus benedictus 125
Carum carvi 126
Caulophyllum thalictroides 127
Centaureum erythraea 128
Centella asiatica 129
Cetraria islandica 130
Chelidonium majus 131
Chimaphila umbellata 132
Cimicifuga racemosa 133
- Cinchona pubescens* 135
Cinnamomum verum 136
Citrus aurantium 137
Citrus aurantium Blüte 138
Clematis recta 139
Collinsonia canadensis 140
Commiphora molmol 141
Convallaria majalis 142
Coriandrum sativum 143
Crataegus laevigata 144
Crocus sativus 145
Cuminum cyminum 146
Curcuma xanthorrhiza 147
Cuscuta europaea 149
Cynara scolymus 150
Cytisus scoparius 152
- Datura stramonium* 153
Daucus carota 154
Dioscorea villosa 155
- Echinacea purpurea* 156
Elettaria cardamomum 158
Eleutherococcus senticosus 159
Ephedra distachya 160
Epilobium parviflorum 161
Equisetum arvense 162
Eschscholzia californica 164
Eucalyptus globulus 165
Eupatorium perfoliatum 166
Euphorbia cyparissias 167
Euphrasia rostkoviana 168
- Filipendula ulmaria* 169
Foeniculum vulgare 171
Fumaria officinalis 172
- Galium aparine* 173
Gentiana lutea 174
Geranium robertianum 175
Ginkgo biloba 176
Glycyrrhiza glabra 177
Grindelia robusta vel squarrosa 179
- Hamamelis virginiana* 180
Harpagophytum procumbens 181
Hedera helix 182
Helonias dioica 183
- Hibiscus sabdariffa* 184
Humulus lupulus 185
Hydrangea arborescens 187
Hydrastis canadensis 188
Hypericum perforatum 189
Hyssopus officinalis 191
- Imperatoria ostruthium* 192
Inula helenium 194
Iris versicolor 196
- Juglans regia* 197
Juniperus communis 198
- Lamium album* 200
Laurus nobilis 201
Lavandula angustifolia 202
Leonurus cardiaca 204
Levisticum officinale 206
Linum usitatissimum 208
Lobelia inflata 210
Lonicera caprifolium 211
Lycium chinensis 212
- Macrosystis pyriferia* 213
Mahonia aquifolium 215
Marrubium vulgare 216
Matricaria recutita 217
Melilotus officinalis 219
Melissa officinalis 220
Mentha piperita 221
Mentha pulegium 222
Myrica cerifera 223
Myristica fragrans 224
- Nasturtium officinale* 225
- Ocimum basilicum* 227
Oenothera biennis L. 228
Ononis spinosa 229
Origanum majorana 230
Origanum vulgare 232
Paeonia officinalis 234
Panax ginseng 235
Passiflora incarnata 236
Petasites hybridus 237
Petroselinum crispum 238
Phytolacca americana 239
-

Pflanzenindex Deutsch

Alant, echter 194
 Aloe 91
 Ampfer, Krauser 264

Andorn, gemeiner 216
 Anis 241
 Arnika 104
 Artischocke 150
 Augentrost 168

Baldrian 303
 Ballonrebe 124
 Bärentraube 102
 Basilikum 227
 Beifuss 107
 Beinwell 287
 Benediktenkraut 125
 Berberitze 115
 Bertram 95
 Besenginster 152
 Birke 116
 Bitterorange 137
 Blutwurz 251
 Blutwurz, kanadische 271
 Bocksdorn, gemeiner 212
 Bockshornklee 296
 Bohnenkraut 273
 Boretsch 117
 Braunelle, gemeine 253
 Braunwurz, knotige 274
 Brennessel, kleine 299
 Brunnenkresse 225
 Bukkostrauch 114

Chili 123
 Chinarindenbaum 135

Damiana 297
 Dill 96

Efeu 182
 Eibisch 93
 Eisenhut 82
 Eisenkraut 305
 Engelwurz 97
 Enzian, gelber 174
 Erdrauch 172
 Essigbaum 260

Eucalyptus 165
 Färberhülse 113
 Faulbaum 258
 Feldraute 265
 Fenchel 171
 Fischrinde 243
 Flohsamen 244
 Frauenmantel, gelbgrüner 90
 Frauenwurz 127

Galgant 92
 Geissblatt, wohlriechendes 211
 Gelbholz, eschenblättrig 313
 Gelbwurzel, kanadische 188
 Gewürznelke 288
 Gichtkraut 132
 Ginkgo 176
 Ginseng 235
 Goldmohn 164
 Goldrute 283
 Griesswurzel, kanadische 140
 Grindeliakraut 179

Hafer 112
 Haselwurz 108
 Hauhechel, dorniger 229
 Heidelbeere 301
 Heilziest 285
 Helmkraut 275
 Herzgespann 204
 Hibiscus 184
 Himbeere 263
 Hirtentäschel 122
 Holunder, schwarzer 270
 Hopfen 185
 Hopfenseide 149
 Hortensie 187
 Hufflattich 298

Ingwer 315
 Isländischmoos 130

Johanniskraut 189

Kalmus 83
 Kamille 217
 Kardamon 158

Karotte 154
 Kelp 213
 Kermesbeere 239
 Klette, grosse 101
 Klettenlabkraut 173
 Königin der Nacht 276
 Königskerze, grosse 304
 Koriander 143
 Kreuzkümmel 146
 Küchenschelle, kleine 256
 Kümmel 126
 Kurkuma 147

Lavendel 202
 Lebensbaum 292
 Leinsamen 208
 Liebstöckel 206
 Linde 294
 Lobelie 210
 Lorbeer 201
 Löwenzahn 290
 Lungenkraut 255

Mädesüss 169
 Mahonienwurzel 215
 Maiapfel 246
 Maiglöckchen 142
 Maishaar 314
 Majoran 230
 Mariendistel 279
 Meerrettich 103
 Meerträubchen 160
 Meisterwurz 192
 Mönchspfeffer 310
 Muskatnuss 224
 Mutterkraut 289
 Myrrhe 141

Nachtkerzen 228
 Nachtschatten, Bittersüsser 282

Odermennig, gemeiner 87
 Orangenblüte 138
 Oregano 232

Passionsblume 236
 Pestwurz, gemeine 237
 Petersilie 238

Index Symptome

- Abdominalschmerz** 97, 99, 107, 126, 136, 137, 150, 171, 177, 202, 217, 237, 241, 243, 250, 254, 293, 310
 – rechts oben 172
- Abdominalspasmen** 103, 126, 137, 171, 174, 177, 222, 241, 269, 311
- Abgeschlagenheit** 95, 97, 103, 105, 112, 115, 121, 128, 142, 144, 151, 156, 159, 171, 177, 183, 190, 192, 194, 198, 204, 206, 214, 225, 235, 248, 252, 261, 269, 270, 286, 293, 296, 297, 303
- Ablenkbarkeit** 92
- Abmagerung** 30, 112, 212
- Abneigung gegen das Sprechen** 177
- Abort** 21, 29, 30
- abortiv** 100, 108, 265
- Absorptionschwäche** 88
- Abstillprobleme** 268
- Abszess** 90, 104, 156, 182, 185, 188, 189, 239, 245, 251, 258, 270, 274, 285, 287, 289, 290, 296, 300
 – durchbruchfördernd 118
- Abtreibungsblutung** 81, 90
- Abwehrschwäche** 29, 92, 128, 156, 159, 168, 192, 194, 198, 208, 214, 216, 235, 251, 270, 293, 299
- Äderchen geplatzt** 138, 257
- ADHS** 112, 204, 228
- Adipositas** 23, 100, 115, 155, 171, 213, 214, 239, 258, 261, 269, 270
- Adnexitis** 90, 200
- Afterjucken** 197, 251
- Aggression** 200
- Akne** 21, 81, 93, 101, 124, 129, 130, 147, 165, 172, 195, 196, 197, 207, 217, 225, 270, 274, 281, 283, 286, 287, 289, 290, 300, 309, 310
- Albträume** 131
- Albuminurie** 15, 31, 150, 198, 200, 206, 257
- Alkoholabusus** 110, 150, 236, 290, 308
- Alkoholkater** 230, 233
- Allergie** 115, 124, 129, 147, 177, 238, 241, 245, 289
 – gegen Korbblütengewächsen 125
- Alpträume** 21, 227, 235, 265, 285, 293
- Altersherz** 248
- Altersmelancholie** 192
- Alterung frühzeitig** 150, 155
- hormonell bedingt 295
- Amenorrhö** 25, 30, 80, 91, 98, 107, 127, 128, 133, 136, 140, 141, 147, 183, 186, 190, 192, 195, 199, 200, 201, 204, 206, 212, 216, 221, 222, 227, 230, 232, 237, 239, 254, 256, 261, 265, 269, 273, 277, 285, 289, 292, 293, 295, 300, 310, 315
- Amöbenruhr** 267
- Anal**
 -ekzem 120, 180
 -entzündung 120, 257
 -fisur 140, 162, 180, 251
 -prolaps 85, 90, 137, 180, 257, 296
 -schmerzen 140
- Anämie** 30, 92, 95, 130, 145, 149, 150, 190, 212, 214, 215, 216, 226, 234, 248, 264, 286, 296, 299
 – aus Vitamin B 12-Mangel 95, 299
- Angina** 21, 26, 30, 80, 82, 92, 98, 104, 105, 111, 113, 120, 122, 129, 136, 142, 144, 147, 155, 156, 168, 176, 177, 178, 182, 204, 210, 220, 236, 237, 239, 241, 245, 247, 265, 267, 268, 270, 272, 285, 286, 289, 292, 294, 305
 – pectoris 303
 – tonsillaris 300
- Angiopathie** 214
- Angst** 82, 95, 110, 112, 117, 129, 142, 144, 164, 176, 185, 186, 189, 192, 202, 204, 210, 217, 222, 230, 232, 233, 235, 236, 237, 243, 247, 256, 265, 269, 275, 276, 282, 285, 289, 292, 293, 294, 303, 306, 308, 309
 – die am Herz verspürt wird 92
 – vor drohender Gefahr oder Krankheit 256
- Anorexie** 26, 29, 30, 81, 83, 95, 98, 112, 128, 135, 137, 185, 220, 235, 261, 293, 306
- Anpassungsschwierigkeit** 194
- Ansammlungen** 137
- Anspannung** 28, 112, 222, 236, 303
 – nervlich 185, 243, 265, 275
- Antiallergen** 176
- Antriebslosigkeit** 29, 121, 133, 177, 198, 235, 261
- Anurie** 115, 169, 206, 266, 283
- Apathie** 227, 261
- Aphasie** 28
 – nach einem Hirnschlag 29, 83
- Aphrodisiakum** 192
- Aphte** 87, 93, 94, 101, 115, 116, 141, 251, 309
- Apoplexie** 104, 190, 192, 202, 231, 261, 285, 294
-