



Das Potential der Pflanzenextrakte:

Von der traditionellen chinesischen Phytotherapie in die
Moderne

Dr. med. Bettina Keller-Werner
FMH Anästhesiologie, ASA
TCM am Lindberg
Winterthur

THE SWISS
LEADING
HOSPITALS
Best in class.



Stellenwert



Salix alba

Phytotherapie als hochdifferenzierter
und auch immer wichtigerer Teil
der modernen Medizin

Warum?

Netzwerk von Einflüssen auf die
menschliche Biochemie
Geringere Problematik der
Nebenwirkungen



Shan Han Lun oder die Abhandlung über die schädigende Kälte

Rezeptursammlung aus 219 n.Chr.

Zhang Zhong Jing

300 bedeutende Rezepturen



Qian Jin Yao Feng

Die wichtigen Rezepturen, die
tausend Goldstücke wert sind.

Sun Si Miao (8. Jhr)
Arzt und Alchemist

860 einzelne Arzneien



Ben

Konstitution

Krankheitsauslöser

Innerer Anteil der ursprünglichen
Störung

Biao

Krankheit

Symptome

Äusserer Aspekt,
bzw. Sekundärprobleme



Therapeutische Konzepte

- bei akuter Krankheit behandle man die Manifestation (Blutung, Erbrechen)
- bei chronischer Krankheit behandle man die Wurzel-Ben (Ödeme bei Schwäche)
- die Behandlung des Alten ist wichtiger als die des Neuen
- die Behandlung des Inneren ist wichtiger, als die des Äusseren

Die Wurzel Ben hat grundsätzlich den Vorrang vor der Manifestation

Einteilung der Arzneien

- Temperaturverhalten
- Geschmack
- Wirkrichtung / Wirktendenz
- Organbezug
- Melderarzneien

Synergien und Inkompatibilitäten (Toxizität bei Schwangerschaft)

Feinere Einteilung nach Bensky (vgl. später)

Materia medica: Temperaturverhalten / Yang

heiss

wärmend
etwas warm

neutral

etwas kühl
kühlend

kalt

**Wärmende Arzneien verdrängen
Kälte**

**Kühlende Arzneien dämpfen Hitze
und leiten Feuer ab**



Geschmack / Yin



-scharf:

dynamisierend, Yang-Qualität

-süss:

regulierend, aufbauend

-neutral

Flüssigkeitshaushalt regulierend

-sauer

zusammenziehend, adstringierend

-bitter

trocknend, klärend

-salzig

erweichend, laxierend

Wirkrichtung

Emporhebend

bewegen nach oben und
aussen
eher Blüten



Absenkend

bewegen nach unten und
innen
eher Früchte und spezifisch
schwere Arzneien wie Mineralien



Arzneieneinteilung nach Bensky (18 Gruppen)

-Oberfläche öffnend (warm scharf oder kühl scharf)

-Hitze klärend, Blut kühlend, Gifte ausleitend

-abführende Mittel

-Feuchtigkeit ableitende Mittel (Diuretica)

-Wind-Feuchtigkeit ausleitende Mittel

-Schleim umwandelnde und Husten stillende Mittel

-Nahrungsstagnation auflösende Mittel

-das Innere wärmend und Kälte ausleitend

-den Geist beruhigend

-die Sinnesöffnungen freimachende Mittel



Ordnungsprinzip der Rezeptur



Kaiser (Jun)



Minister (Chen)

Hilfsarzneien (Zuo)



Melderarzneien (Shi)



Rezeptur mit Rohdrogen / Granulate

Tagesdosis wird 60 min in 800 ml
Wasser eingeweicht

30 min bis zu 3 Stunden auskochen

d.h. 2-3 Schalen Wasser werden
auf 1 Schale eingekocht

Granulate als Alternative, auf das
5-6 fache konzentriert,
d.h. 1/6 der Roharzneirezeptur



Gui Zhi Tang (Dekokt der Zimtweige)

Gui Zhi 9g

(Zimtästchen als Kaiserarznei)

Bai Shao 9g

(Pfingstrosenwurzel, Minister)

Sheng Jiang 9g

(Ingwer frisch, Assistent)

Da Zao. 4 Stück

(rote Dattel, Assistent)

Zhi Gan Cao 6g

(Süssholz, Meldearznei)

1 Schale Reissuppe



Bai Hu Tang/ Weisser Tiger Dekokt

Krankheiten der grossen 4:

- hohes Fieber
- starkes Schwitzen
- grosser Durst
- grosse Pulse (kraftvoll, beschleunigt)
 - Grosse Unruhe

Hitze klären als Therapieprinzip:

Shi Gao (Gypsum)

Zhi Mu (Rh. Anemarrhenae)

Gan Cao (Süssholz)

Gen Mi (Reis)



Ming Men / Lebensfeuer



Cooler Gesellschaft führt zum chin. Leeresyndrom

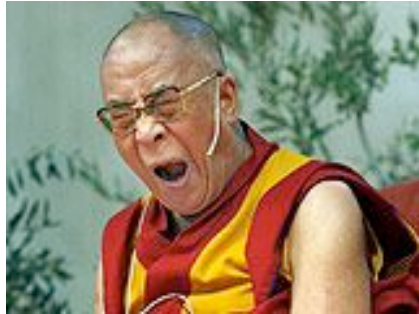
Gekühltes direkt aus dem Kühlschrank
Kalte Fertigkost, z.T. notdürftig erwärmt
Sandwich, Rohkost etc.



Reizüberflutung und Überstimulation



Ungenügender Schlaf und Reizüberflutung



Ausschüttung des anabolen
Wachstumshormons im Schlaf

Der Stromverbrauch bei Tag steigt,
das Laden der Batterie in der
Nacht wird immer kürzer.

• Burn out



Temperaturtendenz der modernen Medizin

Orale Antibiotika

Chemotherapie (Mitosegifte)
(80% der onkologischen Patienten
mit Kältesyndrom)

Steroide mit kataboler Wirkung
(Knochenabbau)



Emotionale und soziale Kälte

Studie aus den USA / dt. Ärztezeitung 2008

Kalte Hände - warmes Herz?

1 Tasse heisser / kalter Kaffee

Warme Hände führt zu deutlich positiverer
Beurteilung.



Lebensfeuer / Ming Men

Griechischer Arzt Paramedis
(45-84 v. Chr.)

Gebt mir die Macht Fieber zu erzeugen
und ich heile jede Krankheit !



Konzept der Hyperthermie auch in
der modernen integrativen Onkologie

Konzept der Feuerschule

Kälte kann nur mit Wärme attackiert werden

Wiederherstellen des Yang

9. Schule in der systemischen Pharmakologischen Therapie

Huo Shen Pai

Dr. Zheng Qing – An (1824-1911)

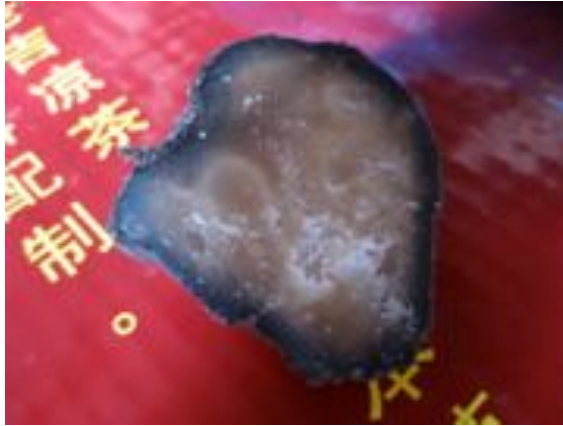
Konzept:

Wiederherstellung des Lebensfeuers
oder anders:

Stärkung der Selbstheilungskräfte



Heisse TCM Arzneien



Das Lebensfeuer kultivieren



Stimulantien versus Adaptogene

Stimulantien

Amphetamine, Koffein, Kokain,
Nikotin

Setzen Nordarenalin und Adrenalin
frei

Anfänglich totale Leistungssteigerung

Stadium der Erschöpfung

Abhängigkeit

Mentale Instabilität

Adaptogene

Asiatischer Ginseng, Rhodiola,
Eleuterococcus senticosus

Langsamer Energiezuwachs

Schützen Körper vor
Stresshormonüberflutung

Keine Abhängigkeit

Keine unangenehmen
Nebenwirkungen

Vergleich der bekanntesten Adaptogene

Panax Ginseng (asiatischer, koreanischer Ginseng)

Gegen Stress und Müdigkeit, verbessert Immunsystem, verbessert intellektuelle Leistung, verbessert Reaktionszeit und Wachheit.

Beste Wirkung bei Menschen über 40 Jahren.

ACTH, Cortisol, Proteinsynthese gesteigert

Eleuterococcus senticosus (sibirischer Ginseng)

Gegen Stress, verbessert Kraft und Ausdauer, Widerstandskraft während Chemotherapie erhöht, zelluläre Antwort des Immunsystems verbessert.

ACTH, Cortisol, Noradrenalin, Serotonin und Proteinsynthese gesteigert

Rhaponticum carthamoides (Luzea)

Gegen Stress, antibiotische Wirkung, Ausdauer, Kraft, Arbeitskapazität, schützt Leber

Immunstimulation und gesteigerte Proteinsynthese

Das Herausragende an Rhodiola



Rhodiola überlebt und blüht unter stressvollsten Bedingungen

Adaptogen Rhodiola rosea

Gegen Stress und Müdigkeit
Antiarrhythmisch und antibiotisch
Verbessert psychische und physische Leistung
Kraft, kurze Erholungszeit und bessere
Arbeitsbelastung

Wachheit, Gedächtnis und Lernfähigkeit
verbessert

Bessere Sexualität, Menopausenprobleme

Gegen Depression, Angst und posttraumatische
Stresserkrankungen

Fibromyalgie, chronic fatigue Syndrome

Parkinson, Hirnschlag

Traumatische Hirnverletzungen

Höhenkrankheit

Leberentgiftung und Schutz

Bessere Verträglichkeit von Chemo-
oder Strahlentherapie



Vergleich der Nebenwirkungen

Panax Ginseng

Schlaflosigkeit
Durchfall
vaginale Blutung, geschwollene Brüste
Kopfweg, Nervosität, Erbrechen bei
intensivem Gebrauch
kann toxisch sein in Dosen mehr als
3 g pro Tag
kann Blutdruck erhöhen, Depression
und Unruhe hervorrufen
kann Blutungszeit und Gerinnung
beeinflussen

Rhodiola rosea

gelegentlich Unruhe und Ängstlichkeit
intensive Träume
sehr selten Kopfweg

Rhodiola rosea seit 2010 in der Schweiz erhältlich



Anwendung

Rhodiola Tee 1

10g getrocknete Wurzeln auf 500 ml Wasser
2-3 mal tgl 1 Esslöffel

Rhodiola Tee 2

1 Teelöffel Rhodiola gehäckselt für 7-10 min
in einem Liter kochendem Wasser, 40 min ziehen lassen
2-3 Gläser täglich trinken

Rhodiola Wodka

50g getrocknete Wurzeln in 500 ml
40% Alkohol 10-15 Tage stehen lassen
10-20 Tage lang 20-25 Tropfen 2-3 mal tgl



Phytotherapie heute aktueller denn je



Info

www.rhodiola.ch

www.tcm-am-lindberg.ch

