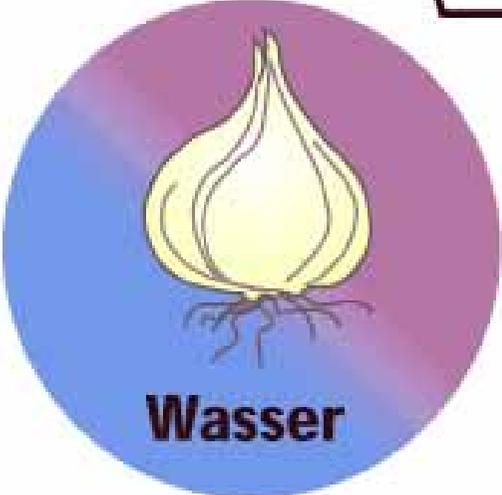
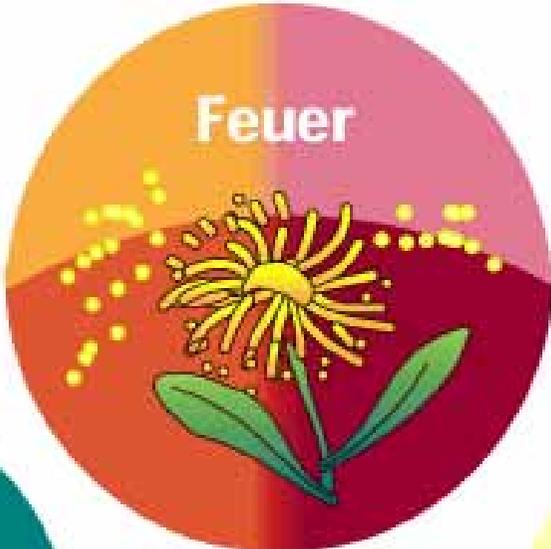


Heilkräuter zur Behandlung
der

Qi- und Yang-
Schwäche

Dr. Anton Süntinger



Engelwurz – *Angelica archangelica*





Angelica archangelica L.

Engelwurz

Angelica archangelica

- Familie: Doldengewächse, Apiaceae
- Verwendete Pflanzenteile: die Wurzeln
- Drogenbezeichnung: Radix Angelicae

- Inhaltsstoffe: ätherisches Öl, Cumarine, Furanocumarine, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Phenolcarbonsäuren, Harz.
- Wirkung: karminativ, spasmolytisch, cholagog, wärmt alle Etagen des Dreifachen Erwärmers, besonders die mittlere; wirkt psychisch aufhellend.

Anwendung: Appetitlosigkeit, Dyspepsie,
Milz-Qi-Mangel.

Einnahme: als Tinktur; Tinctura Angelicae,
3 x 15-25 Tropfen vor den Mahlzeiten.

Rosmarin – *Rosmarinus officinalis*





Rosmarin – Rosmarinus officinalis

- Familie: Lippenblütengewächse, Lamiaceae
- Verwendete Pflanzenteile: die Blätter und das daraus gewonnene ätherisches Öl.
- Drogenbezeichnung: Folium Rosmarini, Aetheroleum Rosmarini

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide.

Wirkung: allgemein tonisierende Wirkung, Förderung der Magensaft- und Gallesekretion, wärmend auf mittleren und unteren 3E.

Anwendung: niedriger Blutdruck, dyspeptische Beschwerden, vegetative Dystonie, Dysmenorrhoe, Rheuma (äußerlich), Libidomangel (in der Antike der Liebesgöttin Aphrodite geweiht).

Einnahme: als Tee; als Tinktur, Tinctura Rosmarini, 3 x 10 - 20 Tropfen.

Wacholder – *Juniperus communis*



Wacholder – Juniperus communis

Familie: Zypressengewächse, Cupressaceae

Verwendete Pflanzenteile: Wacholderbeeren

Drogenbezeichnung: Fructus Juniperi

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl, Gerbstoffe, Flavonoide, Invertzucker, Harz.

Wirkung: diuretisch, verdauungsfördernd, erwärmend auf unteren und mittleren 3E.

Anwendung: Pyelitis, Cystitis, dyspeptische Beschwerden, Kälte im unteren 3E, Müdigkeit, Schwäche, Rheuma.

Einnahme: als Tinktur, Tinctura Juniperi, 3 x 20 Tropfen.

Ingwer – *Zingiber officinale*



Ingwer – Zingiber officinale

Familie: Ingwergewächse, Zingiberaceae

Verwendete Pflanzenteile: der Wurzelstock

Drogenbezeichnung: Rhizoma Zingiberis

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl (Zingiberen, Zingiberol), Scharfstoffe (Gingerol, Shogaol).

Wirkung: fördert Speichel- und Magensaftsekretion, erhöht den Tonus des Magens und Darms, fördert die Peristaltik, wirkt antiemetisch, wärmt den mittleren 3E.

Anwendung: Dyspepsie, Appetitlosigkeit, Übelkeit,
subacide Gastritis, Kinetosen, Kälte im mittleren
3E.

Einnahme:

als Kapsel:

Rhizoma Zingiberis pulv. 250 mg,

da ad caps.tal.dos.Nr. 90

3 x 1 Kapsel

Zintona-Kapseln® 3 x 1 Kapsel, bei Kinetosen, 2 Kapseln eine halbe Stunde vor Reisebeginn, dann 2 Kapseln alle 4 Stunden;

als Tee: 1 Teelöffel grobgepulverter Droge mit $\frac{1}{4}$ l heißem Wasser übergießen und 5-10 min ziehen lassen, abseihen, 30 min vor den Mahlzeiten trinken.

Heilkräuter zur Behandlung
der
Qi-Schwäche

Enzian - *Gentiana lutea*



Enzian – *Gentiana lutea*

Familie: Enziangewächse, Gentianaceae

Verwendete Pflanzenteile: die Wurzel

Drogenbezeichnung: Radix Gentianae

Inhaltsstoffe: Bitterstoffe: Amarogentin (bitterster Naturstoff, wirkt noch in einer Verdünnung von 58×10^6), Gentiopikrin; bitter schmeckende Zucker (Gentianose, Gentiobiose), wenig ätherisches Öl.

Wirkung: erhöht Produktion von Magen-, Galle- und Pankreassekreten, tonisierend auf Magen und Gallenblase, allgemein tonisierend, kühlend auf Magen und Leberhitze.

Anwendung: Appetitlosigkeit, Völlegefühl, Blähungen, atonische Zustände von Magen und Gallenblase, Abgeschlagenheit.

Einnahme: als Tinktur; Tinctura Gentianae, 3 x 20 Tropfen vor den Mahlzeiten.

Tausendgüldenkraut – *Centaurium erythraea*



Tausendgüldenkraut *Centaurium erythraea*

Familie: Enziangewächse, Gentianaceae

Verwendete Pflanzenteile: das Kraut

Drogenbezeichnung: Herba Centaurii

Inhaltsstoffe: die Bitterstoffe Amarogentin, Gentiopikrin, Gentianin und Swertiamarin, Flavonoide, Phytosterole.

Wirkung: sekretionssteigernd auf Magen und Galle, tonisierend besonders auf Magen, allgemein tonisierende Wirkung, kühlend auf Magen- und Leberhitze.

Anwendung: Appetitlosigkeit,
Dyspepsie, Erschöpfungszustände,
Anorexia nervosa, Hitze des Magens
und der Leber.

Einnahme: als Tinktur, Tinctura
Centaurii, 3 x 20 Tropfen vor den Mahl-
zeiten.

Wermut – *Artemisia absinthium*



Wermut – Artemisia absinthium

Familie: Korbblütengewächse, Asteraceae

Verwendete Pflanzenteile: das Kraut

Drogenbezeichnung: Herba Absinthii

Inhaltsstoffe: Bitterstoffe (Absinthin), ätherische Öle (Thujon, Thujol), auch Flavonoide und Gerbstoffe.

Wirkungen: sekretionsfördernd auf Magen (Amarum aromaticum), choloretisch, karminativ, anthelminthisch, allgemein tonisierend, löst Stagnationen von Qi und Blut, kühlend.

Anwendungen: atonische und achylische Zustände des Magens, Appetitlosigkeit, Dyskinesien der Gallenblase, Wurmerkrankungen, psychovegetative Schwächezustände.

Einnahme: als Tinktur,

Tinctura Absinthii, 10 – 30 Tropfen.

Literatur:

**Bedrik K, Westliche Heilpflanzen in der TCM,
ML-Verlag**

**Weiss R. F., Fintelmann V. Lehrbuch der Phytotherapie,
Hippokrates**

**Ross J, Combining Western Herbs and Chinese
Medicine, Greenfields Press**

**Kubelka W, Länger R, Phytokodex,
Österr. Apothekerverlag**

**Arbeit ist sichtbar gemachte
Liebe.**

Khalil Gibran

Organuhr

