



TCM & WESTLICHE KRÄUTER

Was ist TCM?

DAS IST ALLES „CHINESISCH“ FÜR MICH

Oder doch nicht?
Kann die TCM mir helfen mein
Kräuterwissen noch besser einzusetzen?



TCM & WESTLICHE KRÄUTER

Was bringt es mir, mich
damit zu beschäftigen?

Wieder was Neues
lernen?

Weiß ich nicht schon
Alles, was ich für meine
Kräutermanwendungen
brauche?

Was können die
Chinesen schon über
unsere Kräuter wissen?

Wozu tu ich mir das an?



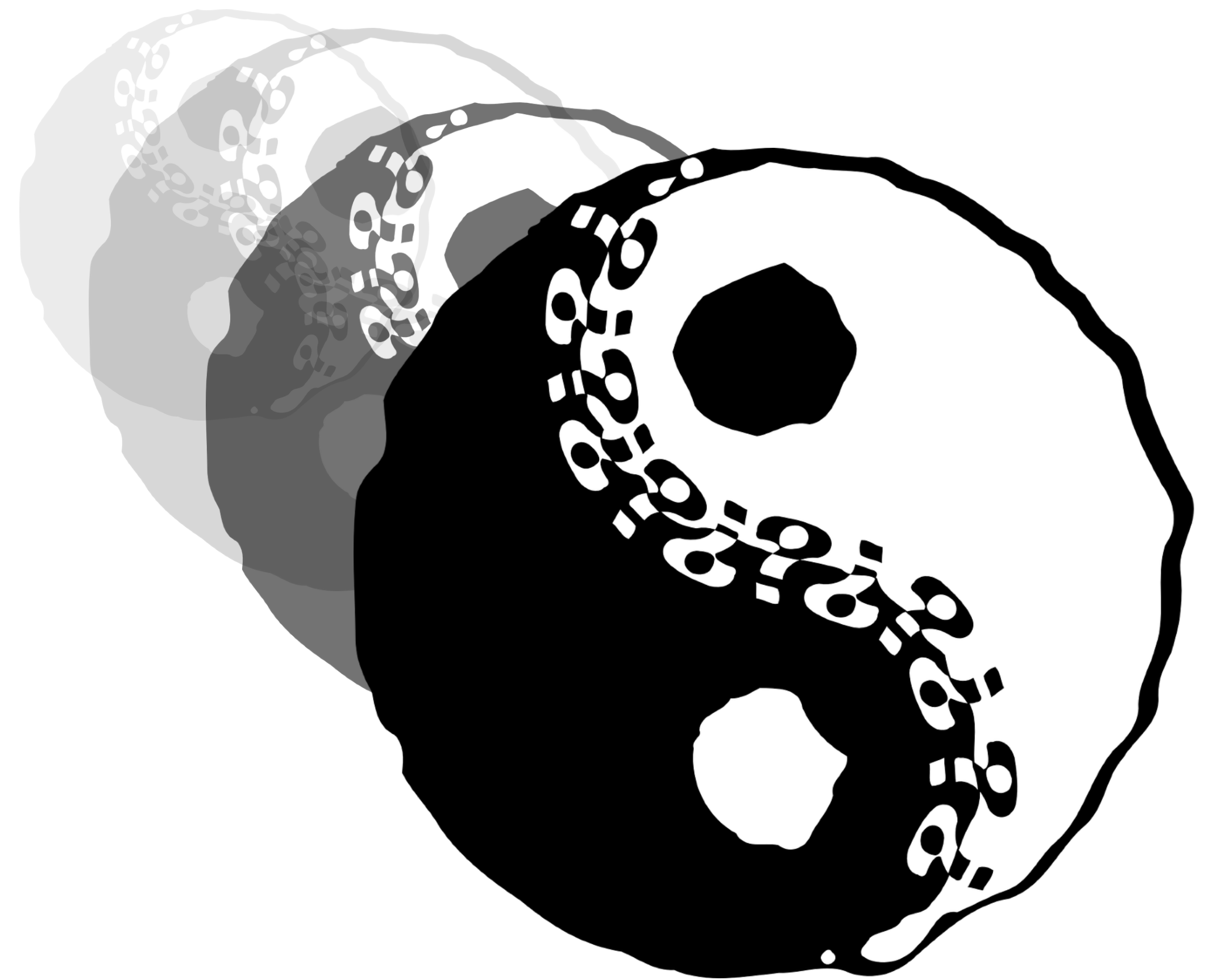


TCM & WESTLICHE KRÄUTER

Grundlagen TCM

GRUNDLAGEN TCM

- Stärken der TCM - Warum TCM?
- Definition von Gesundheit / Krankheit
- Organe in der TCM - 5-Elemente-Lehre
- Yin und Yang
- Syndrome und ihre Unterscheidung:
 - 📌 Nach den 8 Prinzipien
 - 📌 Nach Yin- und Yang-Mangel
 - 📌 Nach den krankmachenden Faktoren
 - 📌 Nach Qi, Blut und Körperflüssigkeiten
 - 📌 Nach den Organen
 - 📌 Meridiansyndrome ...



GRUNDLAGEN TCM

Stärken der TCM? - Warum TCM?

- Medizinphilosophie
- Jahrtausende Erfahrung
- Der Mensch in seinem Umfeld
- Einheit von Körper und Geist
- Yang Shen (gesunde Lebensführung)
- Sehr durchdachtes Konzept
- Gute Systematik
- Keine technischen Hilfsmittel



DER ARZT IM WESTEN

„Mechaniker“



DER ARZT IM OSTEN

„Gärtner“



GRUNDLAGEN TCM

Stärken der TCM? - Warum TCM?

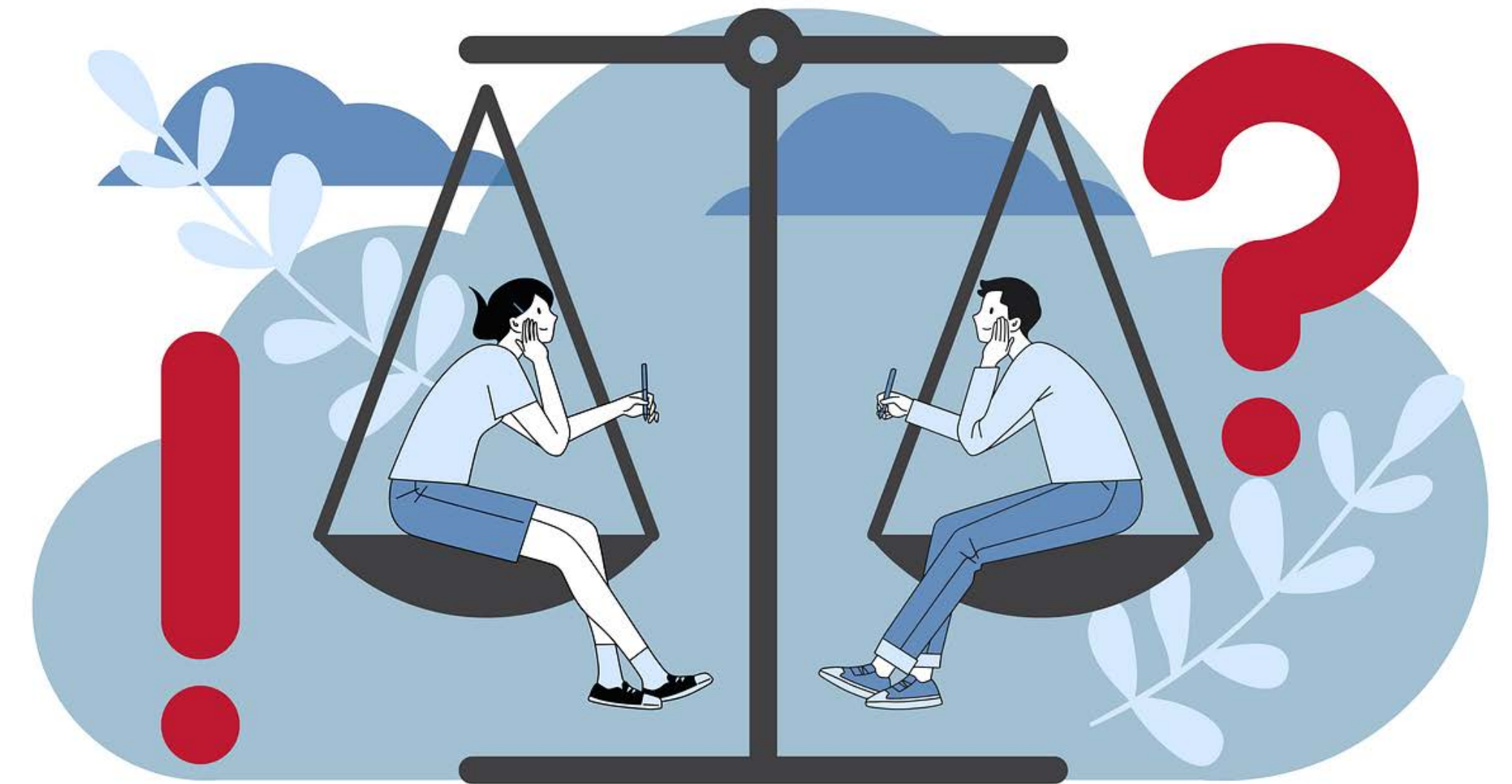
- Medizinphilosophie
 - Mensch als Teil eines Ganzen - **DAO**
 - **QI** - die belebende Kraft alles Lebendigen
 - Tausende Jahre Naturbeobachtungen führen zum Konzept der TCM



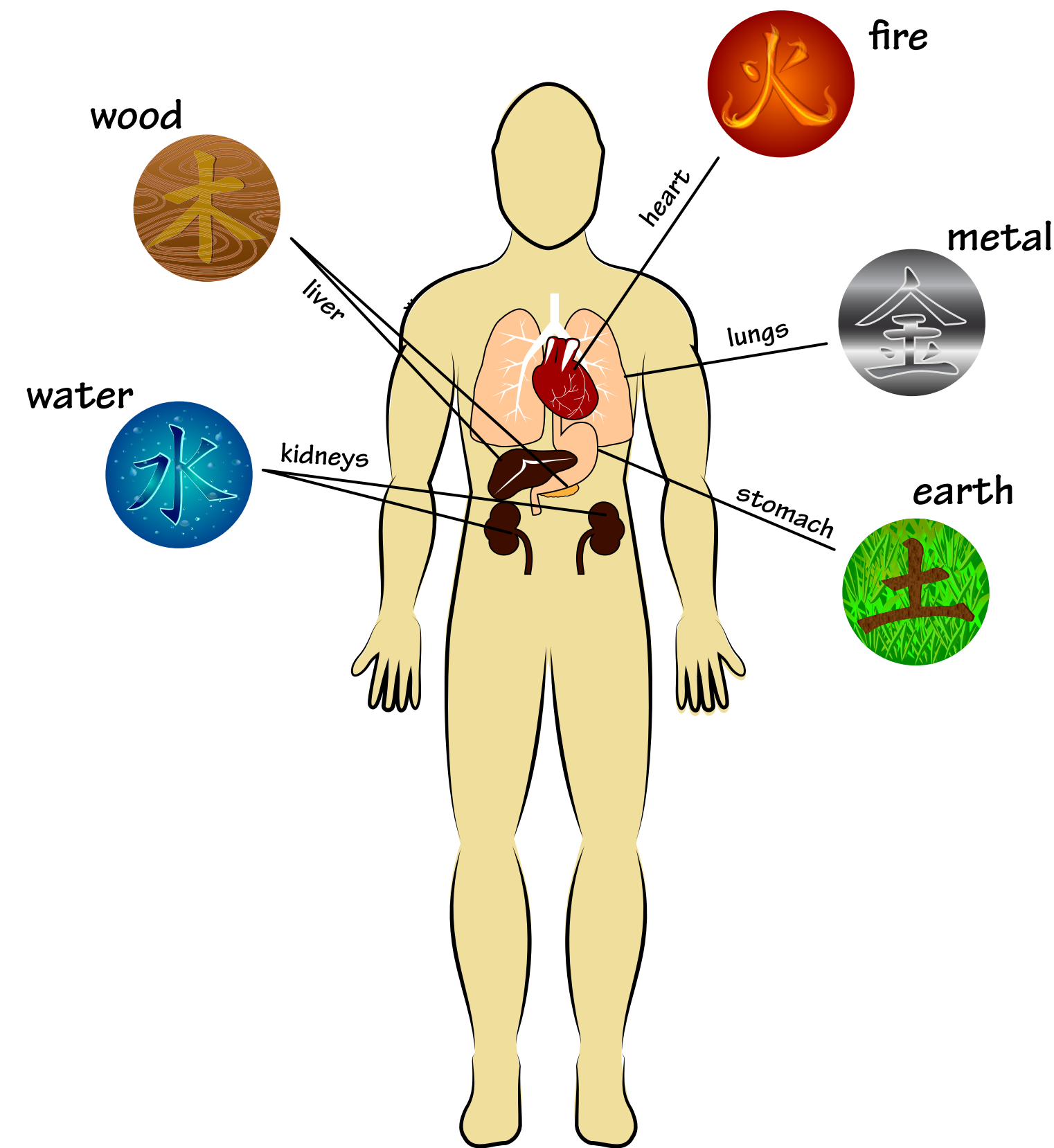
GRUNDLAGEN TCM

➤ Definition von Gesundheit / Krankheit

- Mensch Mikrokosmos im Makrokosmos bzw. jeder Mensch ist ein Ökosystem in sich
- Gesundheit bedeutet „Gleichgewicht der Kräfte in unserem Inneren“ - Yin&Yang, Qi&Blut, Hitze&Kälte ...
- Ein wichtiger Grundsatz in der TCM ist die „Gesunderhaltung“ - Vermeidung von Krankheiten



GRUNDLAGEN TCM – DIE ORGANE IN DER TCM



- Kein mit dem Westen vergleichbares System der Anatomie
- Organ durch seine Funktion definiert
- Keine Trennung zwischen Körper und Geist
- Yin-Organe: produzieren, wandeln um, regulieren, speichern
- Yang-Organe: empfangen, spalten auf, transportieren, scheiden aus
- TCM = ein in sich logisches System, das Funktionen und Beziehungen beschreibt

GRUNDLAGEN TCM – DIE ORGANE IN DER TCM

Leber:

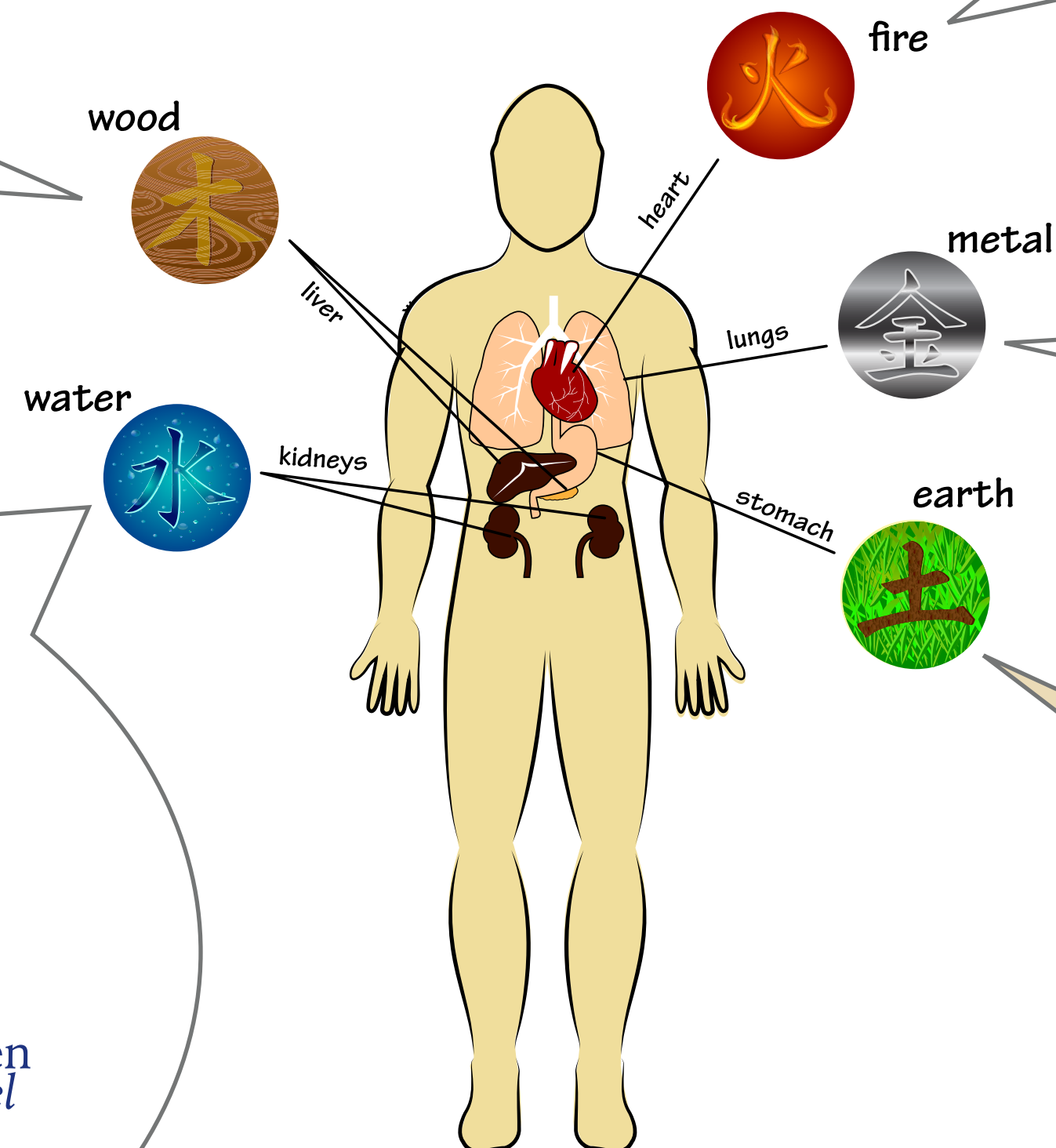
Speichert das Blut
Sorgt für ungehinderten Qi-Fluß
Kontrolliert die Sehnen

Niere:

Speichert die **Essenz**
Regiert Fortpflanzung, Wachstum
Produziert das „Mark“ (Gehirn, Knochenmark)

Nieren-Yin&Yang - steuern die Bewegung der Körperflüssigkeiten und kontrollieren die unteren Öffnungen (N-Yang-Mangel - „Tor zu weit offen“ - viel Harn, Nieren-Yin-Mangel Gegensatz)

N-Yin = Grundlage aller Yin-Energien (Le, H, Lu) und N-Yang aller Yang-Energien (MP, Lu, H) im Körper



Herz:

Umwandlung Nahrungs-Qi in Blut
Blutzirkulation
Sitz des Bewusstseins
Kontrolliert das Schwitzen

Lunge:

Herrscher über Qi und Atmung
Kontrolle der Leitbahnen und Blutgefäße
Reguliert Verteilung und Absteigen, die Wasserwege

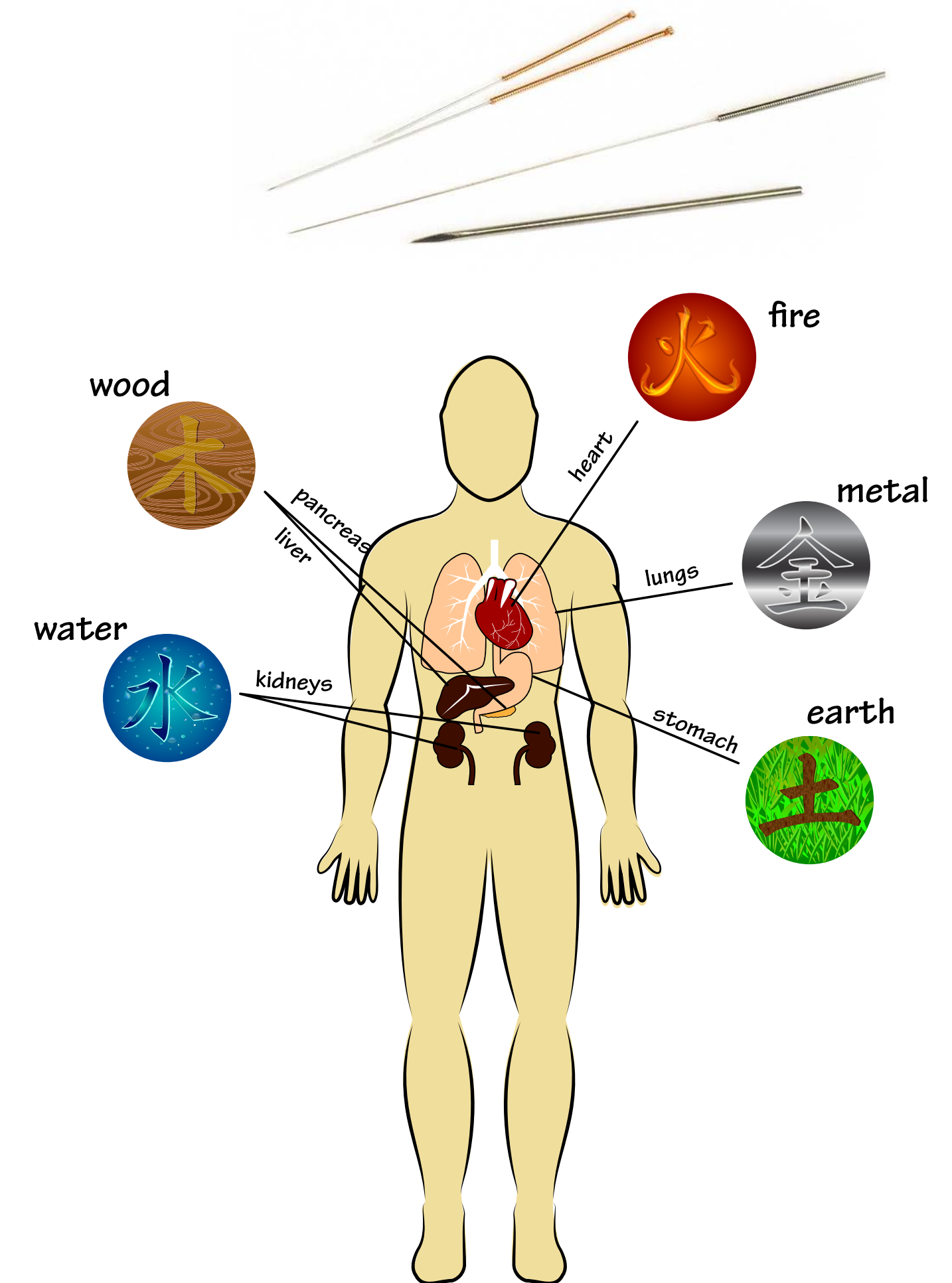
Milz / Pankreas:

Wandelt Nahrung / Flüssigkeiten in Nahrungs-Qi um (Grundlage für Qi / Blut im Körper)
Hält das Blut in den Gefäßen
Hebt das Qi
Kontrolliert die Muskeln

GRUNDLAGEN TCM

Organe in der TCM - 5-Elemente-Lehre

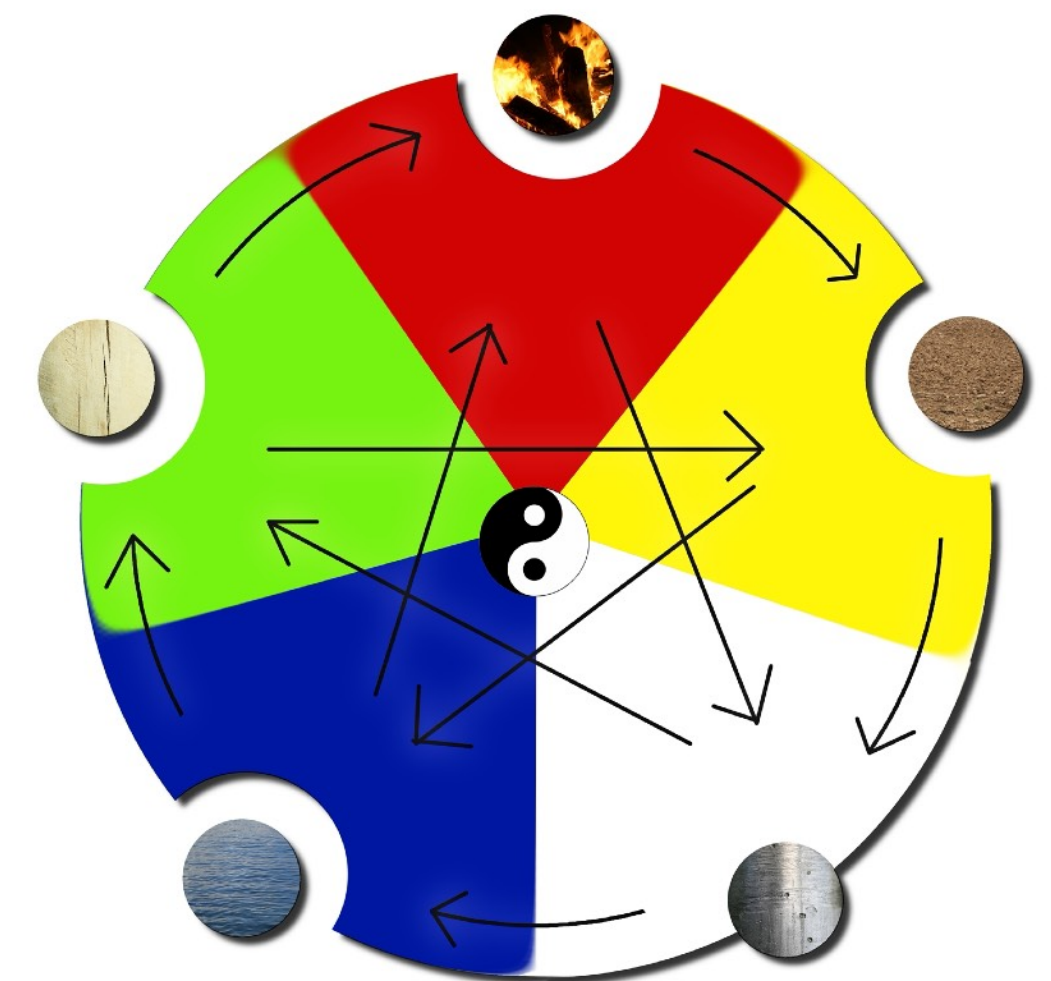
- ◉ 5 Elemente als „energetische Feld“, das mit den inneren Organen verbunden ist. Deren Kraftlinien/Leitbahnen/Meridiane durchstreifen den Körper wie Wasserstraßen.
- ◉ Auf den Meridianen liegen die Akupunkturpunkte, über die so Einflussnahme auf die Organe möglich wird.
- ◉ Element = Wandlungsphase (Zyklen)
- ◉ Jedem „Element“ sind diverse Organe, Phasen, Eigenschaften, Geschmäcker, ... zugeordnet.



GRUNDLAGEN TCM

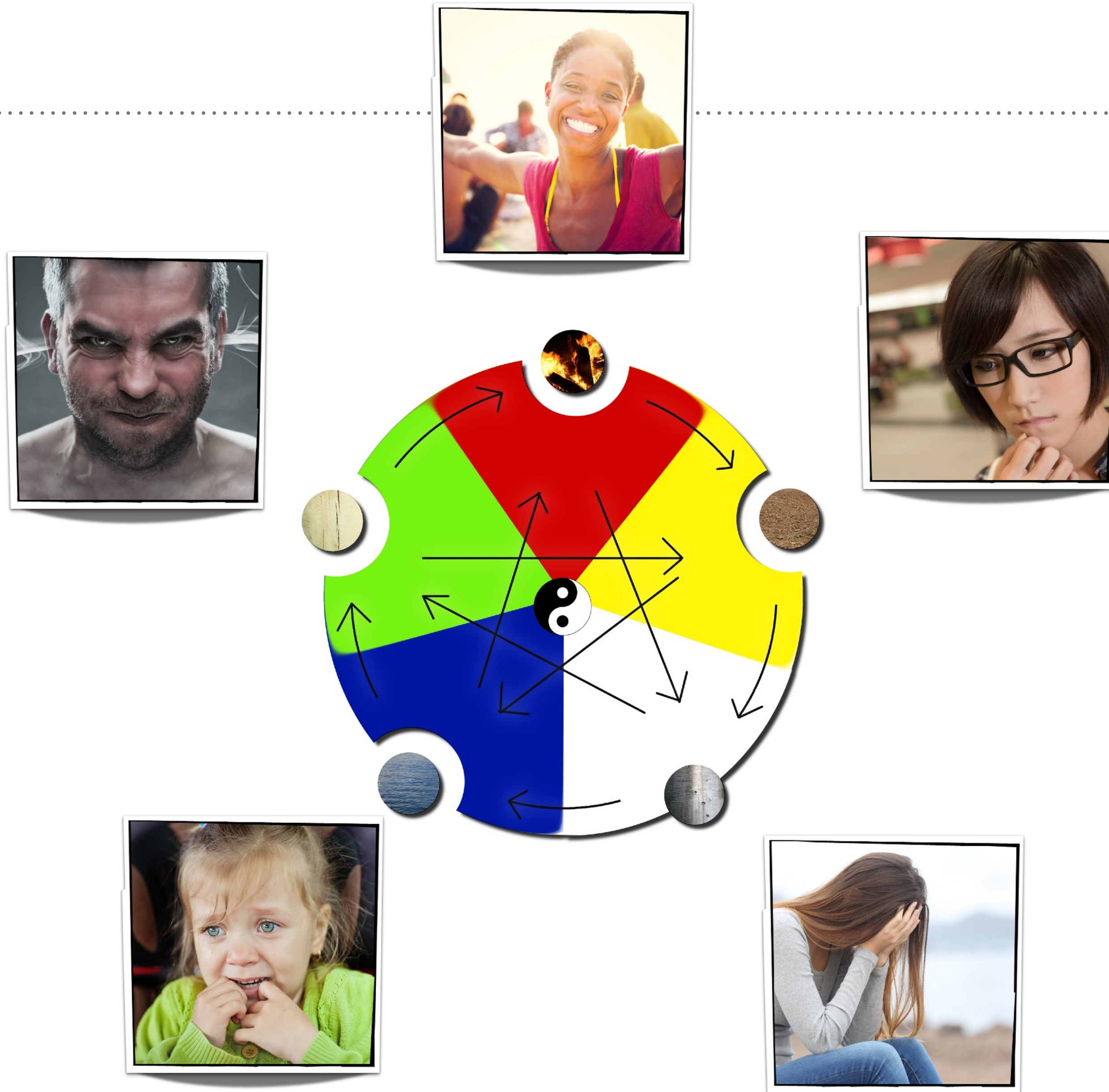
Organe in der TCM - 5-Elemente-Lehre

- ◉ **Wasser** - Niere/Blase, Ohren, Knochen, salzig, Winter, Kälte, ...
- ◉ **Holz** - Leber/Gallenblase, Augen, Sehnen, sauer, Frühling, Wind, ...
- ◉ **Feuer** - Herz/Dünndarm (Pc/3E), Zunge, Gefäße, bitter, Sommer, Hitze, ...
- ◉ **Erde** - Milz-Pankreas/Magen, Mund, Muskeln, süß, Spätsommer, Feuchte, ...
- ◉ **Metall** - Lunge/Dickdarm, Nase, Haut, scharf, Herbst, Trockenheit, ...



GRUNDLAGEN TCM

5-Elemente - Emotionen

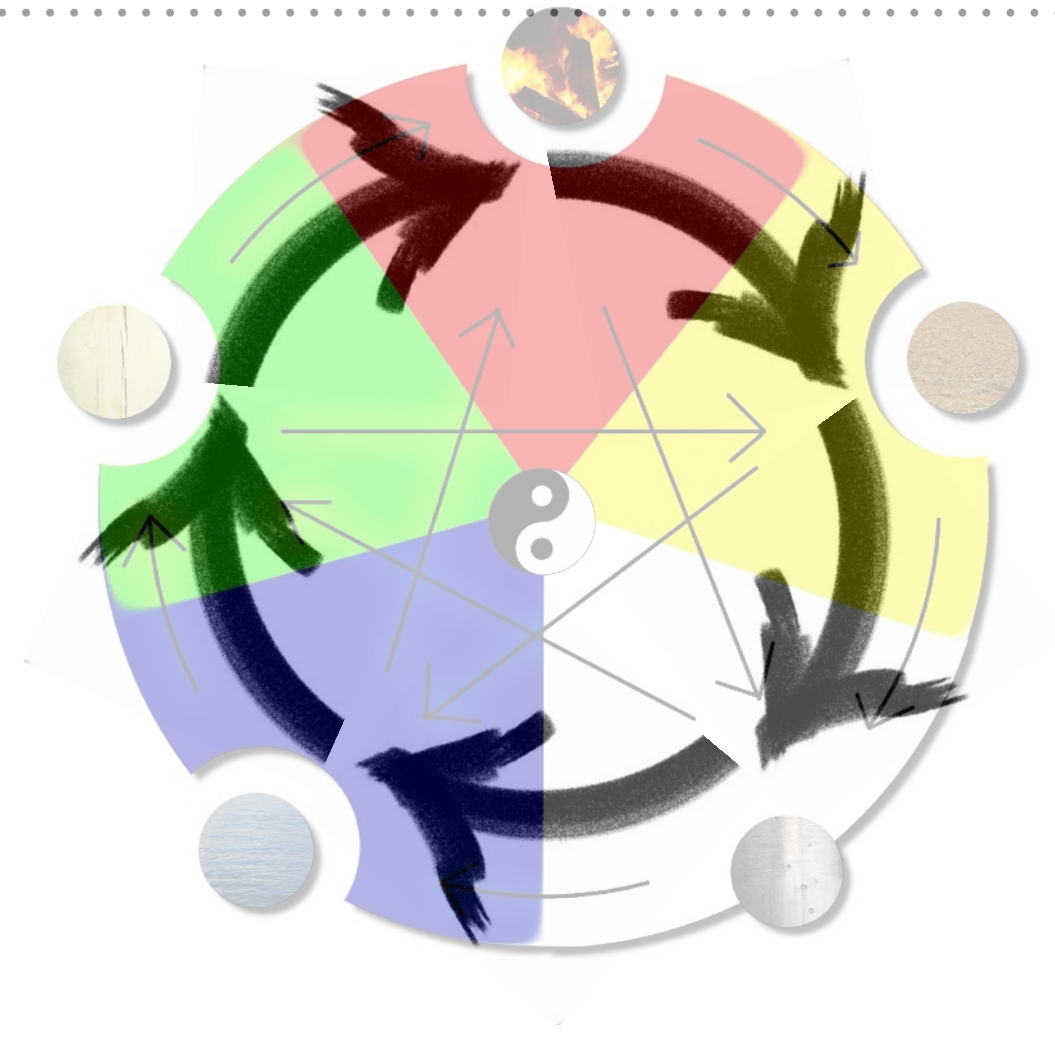


GRUNDLAGEN TCM

5-Elemente -
als Stadien
im Zyklus des Jahreskreislaufs



5-Elemente und ihre Wechselwirkungen



Hervorbringungs-Sequenz

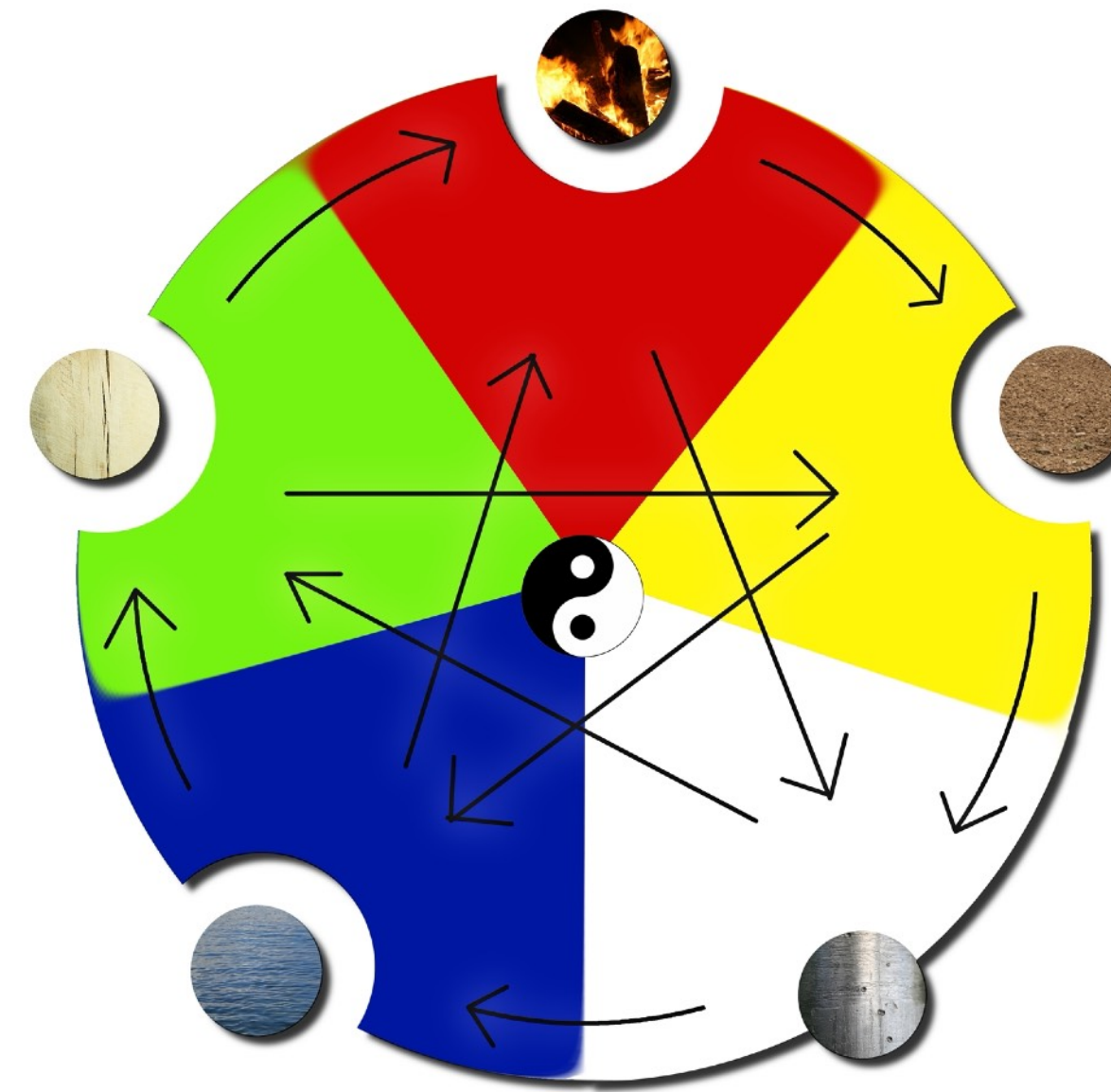
Holz produziert Feuer

Feuer erzeugt Erde

Erde bringt Metall hervor

Metall „produziert“ (belebt) Wasser

Wasser erzeugt Holz



Kontroll-Sequenz

Holz kontrolliert Erde

Erde kontrolliert Wasser

Wasser kontrolliert Feuer

Feuer kontrolliert Metall

Metall kontrolliert Holz

GRUNDLAGEN TCM

➤ Yin und Yang (*älter*)

„2 Stadien einer zyklischen Bewegung oder auch eines Aggregatzustandes“

Gegensätzlichkeit von Yin & Yang

Nichts ist absolut Yin oder Yang

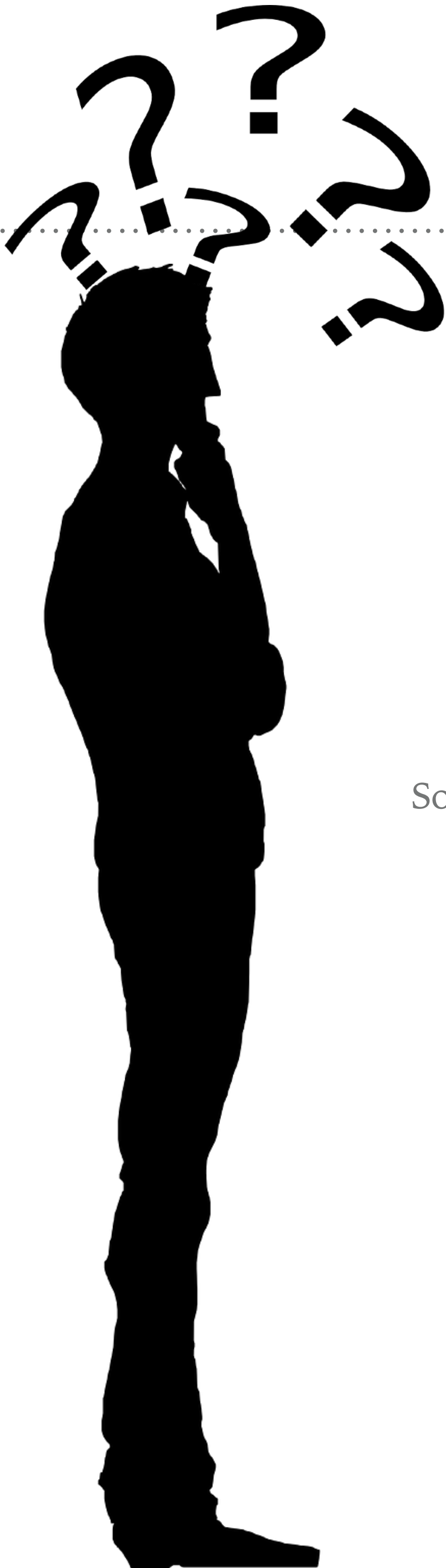
Ohne Yin kein Yang und umgekehrt

Gegenseitige Abhängigkeit

Wechselseitige Umwandlung

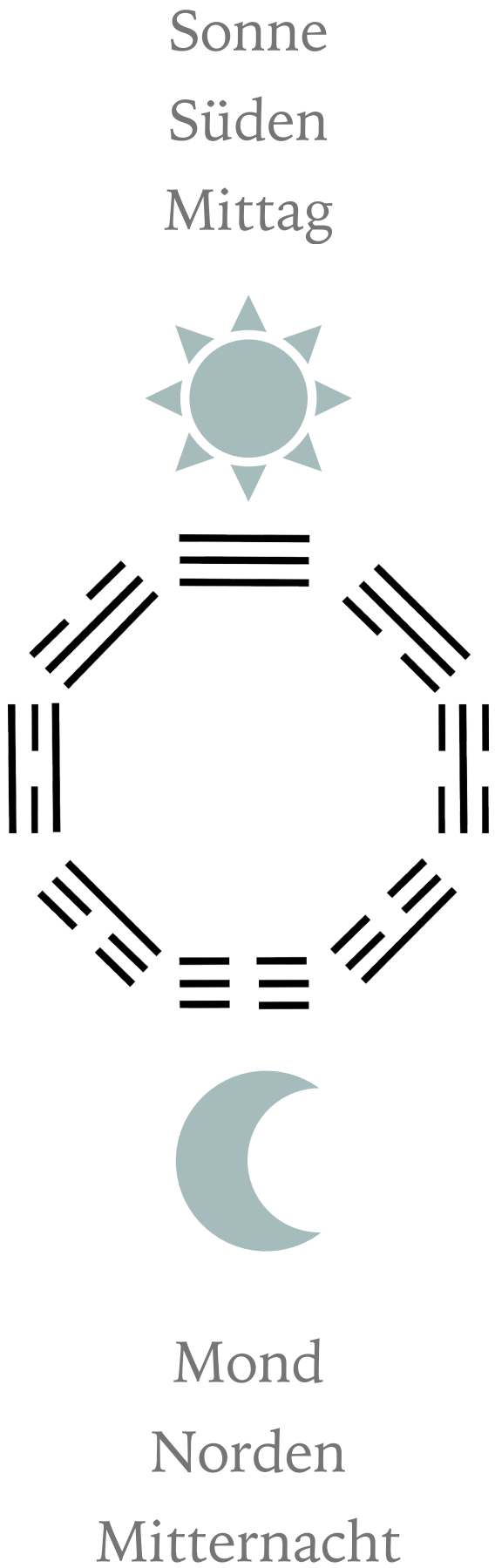


GRUNDLAGEN TCM



Yin (- -)	Yang (—)
Dunkelheit	Licht
Schatten	Helligkeit
Erde	Himmel
Wasser	Feuer
Materie	Energie
Ruhe	Aktivität
Links	Rechts
Unten	Oben
Innen	Außen
Vorne	Hinten

Sonnenaufgang
Osten
Morgen



Sonnenuntergang
Westen
Abend

GRUNDLAGEN TCM

Yin & YANG

Wechselseitige Umwandlung

Therapie

Yang stärken

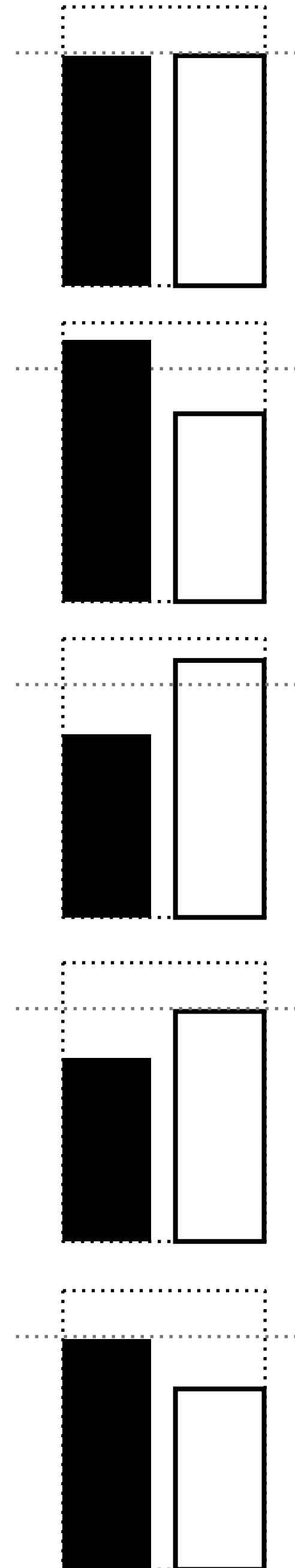
Yin stärken

Yang-Fülle beseitigen

Yin-Fülle beseitigen

Keine TCM ohne Yin&Yang!

N-Yin = materielle Grundlage für N-Yang!
N-Yang = äußere Manifestation des N-Yin!



Yin & Yang harmonisch im Gleichgewicht

Überwiegen von Yin

Überwiegen von Yang

Yin-Mangel mit *scheinbarem* Yang-Überschuß

Yang-Mangel mit *scheinbarem* Yin-Überschuß

GRUNDLAGEN TCM

➤ Diagnose nach Syndromen:

- 📌 Nach den 8 Prinzipien / YIN & YANG
- 📌 Nach den krankmachenden Faktoren
- 📌 Nach Qi, Blut und Körperflüssigkeiten
- 📌 Nach den Organen
- 📌 Meridiansyndrome ...



GRUNDLAGEN TCM

Was ist ein Syndrom überhaupt?



Parkinson-Syndrom

Marfan-Syndrom

Cushing-Syndrom

HELLP-Syndrom

Net-Syndrom

Lungen-Yin-Mangel

Leber-Qi-Stagnation

Befall der Lunge durch Wind-Kälte

Magen-Feuer

Herz-Blut-Mangel

GRUNDLAGEN TCM

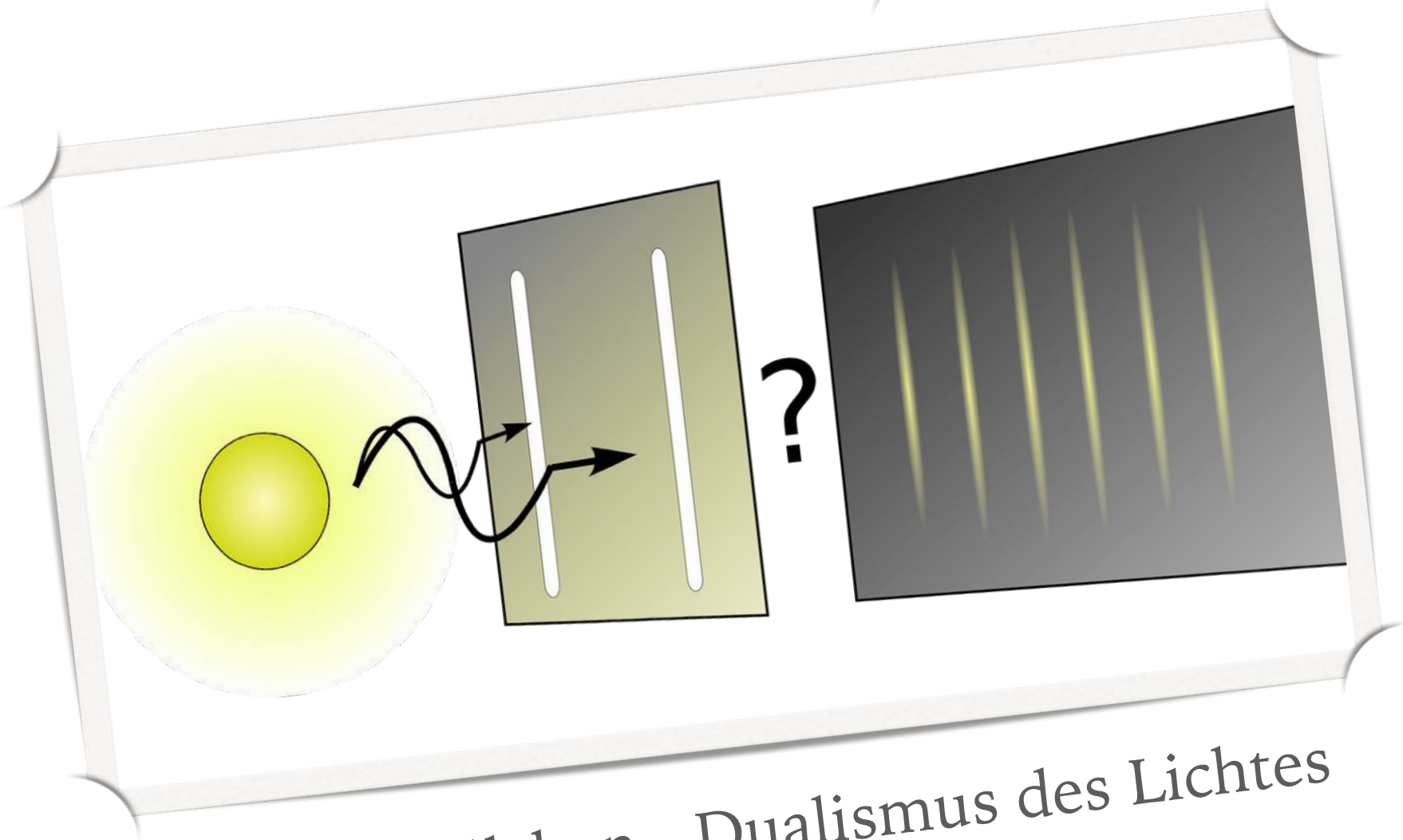
➤ Syndrome und ihre Unterscheidung:

📌 Nach den 8 Prinzipien / Yin & Yang

Übergeordnetes Prinzip	Yang	Yin
Untergeordnete Prinzipien	Außen	Innen
	Hitze	Kälte
	Fülle	Leere

Yin & Yang = Materie & Energie

Yang entsteht aus Yin
Yin wird durch Yang bewegt



Welle - Teilchen - Dualismus des Lichtes

GRUNDLAGEN TCM

📌 Nach den 8 Prinzipien

Übergeordnetes Prinzip	Yang	Yin	Fragen	Typische Symptome	Therapie
Untergeordnete Prinzipien	Außen	Innen	Was ist betroffen? Meridiane oder direkt mit außen in Verbindung stehende Organe (außen)? Organe (innen)?	AZ, Stuhl, Harn, Zunge, Puls? Außen: <i>Haut, Muskeln, Leitbahnen befallen</i> Wenig verändert, Puls oberflächlich, Fieber <u>und</u> Wind/Kälte-Abneigung <u>gleichzeitig</u> Innen: <i>Organe, Knochen befallen</i> Parameter mehr verändert, Puls abhängig von den anderen untergeordneten Prinzipien, Fieber <u>oder</u> Wind/Kälte-Abneigung <u>nicht gleichzeitig</u>	Außen: AKP; Prognose gut Innen: Zuerst Kräutertherapie, milde AKP; Prognose ?
			Temperatur-Gefühl? <i>Zunge?</i>	Hitze: rot, gelb, schnell, Wärme unangenehm Kälte: weiß, langsam, Kälte unangenehm	Kälte: Moxa, wärmende Kräuter; Hitze: kühlende Drogen (<i>Kein Moxa!</i> Hitzepunkte behandeln)
			AZ/EZ/Druck? Fülle/Mangel an Materie / Energie?	Fülle: <u>Druck unangenehm</u> , ZB dick, Puls kräftig; Stimme laut Mangel: <u>Druck / Massage angenehm</u> , ZB dünn/ fehlend, Puls schwach; Stimme leise	Fülle: Ableiten, Akupunktur / Kräuter Mangel: stärken, Kräuter, AKP nicht do bedeutend

GRUNDLAGEN TCM

➤ Syndrome und ihre Unterscheidung:

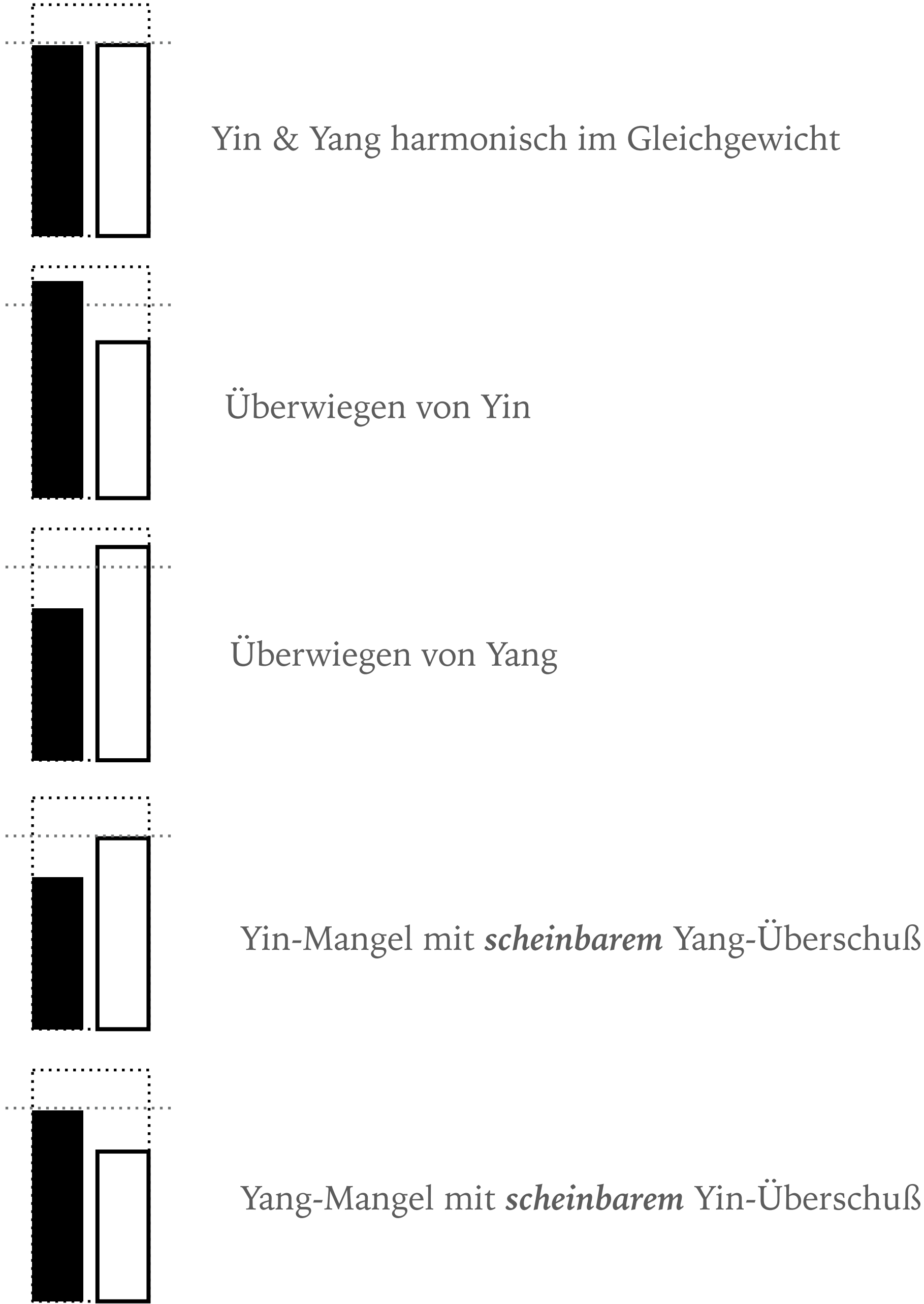
	 YANG - Hitze - Feuer	 YIN - Kälte - Wasser
Entstehung	Hitze, Stau, Mangel an Yin	Kälte, kaltes Essen, Mangel an Yang
Leitfaktoren	Rot / gelb / schwarz - trocken	Weiß / grau - feucht
Tempo, Bewegung	Schnell	Langsam
Atmung, Sprache	Schnell	Langsam
Harn	Konzentriert, dunkelgelb	Nicht konzentriert, hell
Stuhl	Verstopfung, stinkend	Oft Durchfall, nicht so stinkend
Zungenkörper/-belag	Rot / Gelb, trocken	Blass / weiß, feucht
Puls	Schnell	Langsam

GRUNDLAGEN TCM

➤ Syndrome und ihre Unterscheidung:

📌 Nach Yin- und Yang-Mangel

	Yang-Mangel	Yin-Mangel
AZ	Inaktiv	Kraftlos, unruhig
Bewegung	Kraftlos, <i>langsam</i>	Kraftlos, eher <i>schnell</i>
Temperatur	Kalte Hände/Füße	Nachmittagsfieber, <i>5 „heiße Herzen“</i>
Schweiß	Spontanschweiß tags	Nachtschweiß
Puls	<i>Tief</i> , schwach, langsam	<i>Oberflächlich</i> , leer, rasch
Zunge	ZK: <i>blass</i> , dünn oder geschwollen	ZK: <i>rot</i> , dünn
Gesicht	Blass	Blass, <i>rote Wangen</i>



GRUNDLAGEN TCM

.....

Yin & YANG

Nieren-Yin-Mangel:



Symptome: Hitzeintoleranz, Nachtschweiß, Trockenheit, Schlafstörung, Vergesslichkeit, ...

Zunge: rot, trocken, ev. rissig, belaglos

Puls: dünn, schnell

Drogen:

Eibisch, Bocksdorn, Veilchen (V. tricolor), ...

Ätherische Öle:

Rose, Geranie

Nieren-Yang-Mangel:



Symptome: Schwäche, Blässe, Kälteabneigung, Schmerzen LWS und Knie, Tinnitus, ev. Ödeme, Libidomangel, ...

Zunge: blass, dünn, schlaff, dünner, weißer Belag, feucht

Puls: tief, schwach, langsam

Drogen:

Zimt, Nelken, Chili, Ingwer, Damiana, Ginseng, ...

Ätherische Öle zum Einreiben:

Eukalyptus, Kiefernadel, Zimt, Rosmarin, schwarzer Pfeffer, ...

	Yin/Yang Relation	Zeichen	Zunge	Puls
Übermässige Hitze	Yang Übermass	Hohes und anhaltendes Fieber; Durst; gespannter Bauch und <u>Schmerzverstärkung auf Druck</u> ; dunkler Urin.	Dünner <u>gelber</u> Belag; roter Zungenkörper.	Schnell und <u>überflutend, schlüpfrig und voll</u> .
Scheinbare Hitze	Yin Mangel	Niedriges Fieber - subfebril; <u>trockener</u> Mund, Hitze in den Handinnenflächen und Fußsohlen, Brustkorb („5 <i>heiße Herzen</i> “); <u>Nachtschweiß</u> ; mageres Aussehen; allgemeines Krankheitsgefühl (Unwohlsein).	Spärlicher Belag: roter Zungenkörper.	Oberflächlich (<i>schwaches Yin kann Yang am aufsteigen nicht hindern</i>), schnell und <u>dünn</u> .
Übermässige Kälte	Yin Übermass	Kalte Glieder; starke Abneigung gegen Kälte; Bauchschmerzen, die <u>auf Druck verstärkt</u> werden; Verstopfung; eher überfülltes Aussehen (z.B. Adipositas).	Blasser Zungenkörper; weisser, <u>dicker und feuchter</u> Belag.	Sinkend, straff oder <u>drahtig</u> .
Scheinbare Kälte	Yang Mangel	Kalte Glieder; starke Abneigung gegen Kälte; <u>Spontanschweiß tags</u> (<i>Yang zu schwach Poren zu schließen</i>), Bauchschmerzen, die durch Druckausübung gebessert werden; Gebrechliches und schwaches Auftreten (Erscheinung); wässriger Stuhl, reichlich und klarer Urin.	Blasser, dünner oder geschwollener (<i>wenn Umwandlungsfunktion gestört</i>) Zungenkörper.	Tief, <u>langsam und schwach</u> .

GRUNDLAGEN TCM

➤ Syndrome und ihre Unterscheidung:

- 📌 Nach den krankmachenden Faktoren - können innere oder äußere sein:

Hitze	Schädigt Yin! Schwitzen, Durst, Fieber, unruhiger Geist, rote Exantheme, ...
Feuer	Extreme Hitze! Meist obere Körperhälfte! Brennen, Blutungen, Geschwüre, Verwirrtheit, ...
Trockenheit	Trockene Schleimhäute (Nase/Rachen), Haut, trockenes Husteln, ...
Wind	Unkontrollierte (plötzliche) Bewegungen! Zittern. Schwindel, Anfälle, Epilepsie. Angst vor Zugluft!
Feuchtigkeit	Schweregefühl, Lethargie, Schwellungen, Ödeme! Beschwerden bei feuchtem Wetter zunehmend!
Kälte	Schädigt Yang! Dringt durch Atmungs-/Verdauungsorgane & Meridiane ein. Husten, Schnupfen, Bauchschmerzen, Muskel-/Gelenksschmerzen, ...



GRUNDLAGEN TCM

Syndrome und ihre Unterscheidung:

📌 Nach Qi, Blut und Körperflüssigkeiten

- ALLES STEHT IN WECHSELWIRKUNG
- Blut - regiert die Gewebe
- Säfte - regieren die innere Umwelt
- Qi - Aktivität, Prozesse im Körper
- Ohne genug Säfte (*alle Flüssigkeiten im Körper außer Blut*) wird das Qi heiß, das Blut trocknet
- Ohne Qi stagnieren Säfte und Blut, gerinnen, hören auf zu fließen

*"Wo kein freier Fluss ist, entsteht Schmerz.
Wo freier Fluss ist, ist kein Schmerz."*

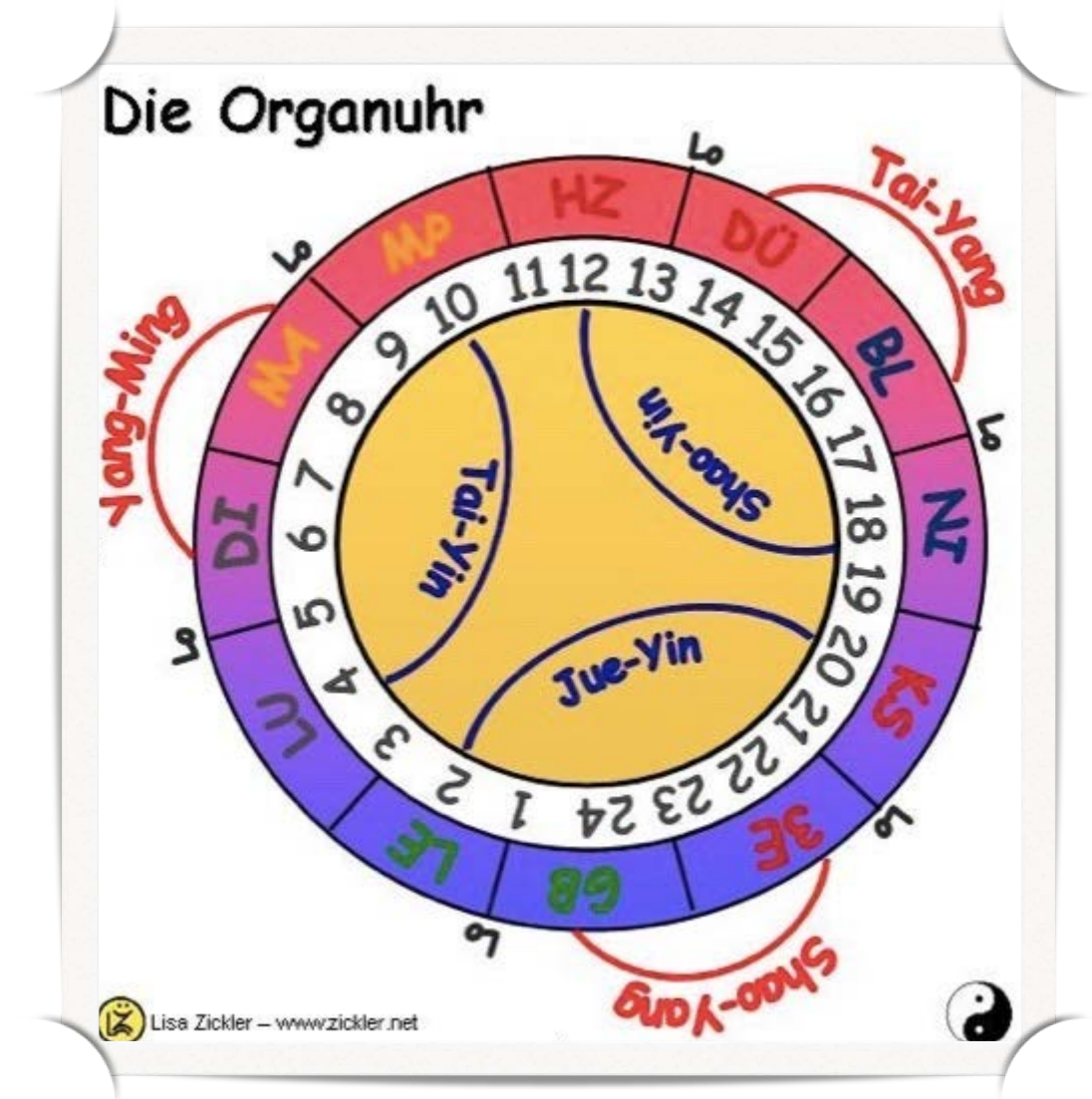
Bù Tōng Tòng - Tòng Bù Tōng

不通這痛,痛則不通



.....

Nach den Organen oder Leitbahnen

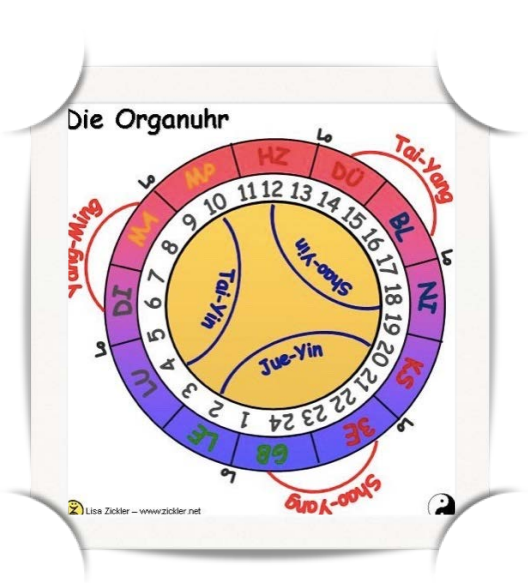


Deshalb sind bestimmte Akupunkturpunkte zu bestimmten Zeiten besonders zugänglich, also besonders wirksam. In diesen Zeiten ist die Einflussnahme auf den Energiekreislauf über diese Akupunkturpunkte besonders wirksam. (Chronotherapie)

GRUNDLAGEN TCM

Syndrome und ihre Unterscheidung:

📌 Nach den YIN-Organen (Muster oder Syndrome) - einfache & kombinierte Muster

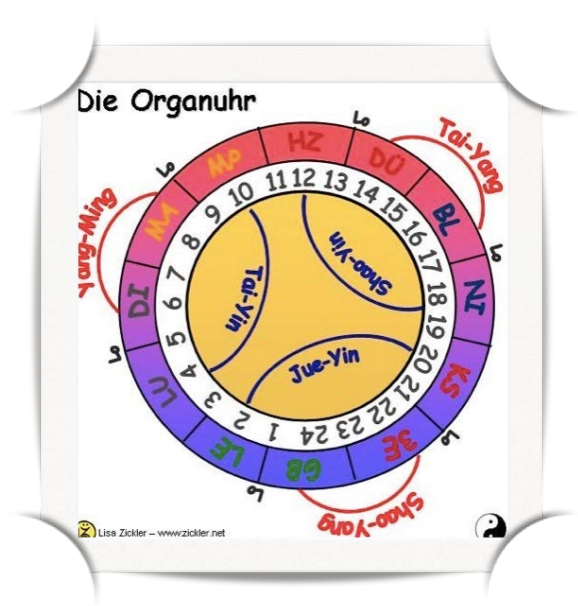


Herz-Syndrome	Herz-Qi-Mangel, Herz-Yang-Mangel, Herz-Blut-Mangel, <i>Schleim</i> benebelt den Geist, ...
Leber-Syndrome	Leber-Qi-Stagnation, Leber-Blut-Mangel, aufsteigendes Leber-Yang, Leber-Wind, Nässe-Hitze in Leber-Gallenblase, ...
Lungen-Syndrome	Lungen-Qi-Mangel, Lungen-Yin-Mangel, Trockenheit der Lunge, Befall er Lunge durch Wind-Kälte oder Wind-Hitze, ...
Milz-Syndrome	Milz-Qi-Mangel, Milz-Yang-Mangel, Absinken des Milz-Qi, ...
Nieren-Syndrome	Nieren-Yin-Mangel, Nieren-Yang-Mangel, Unfähigkeit der Niere das Qi zu empfangen, Nieren-Essenz-Mangel, ...

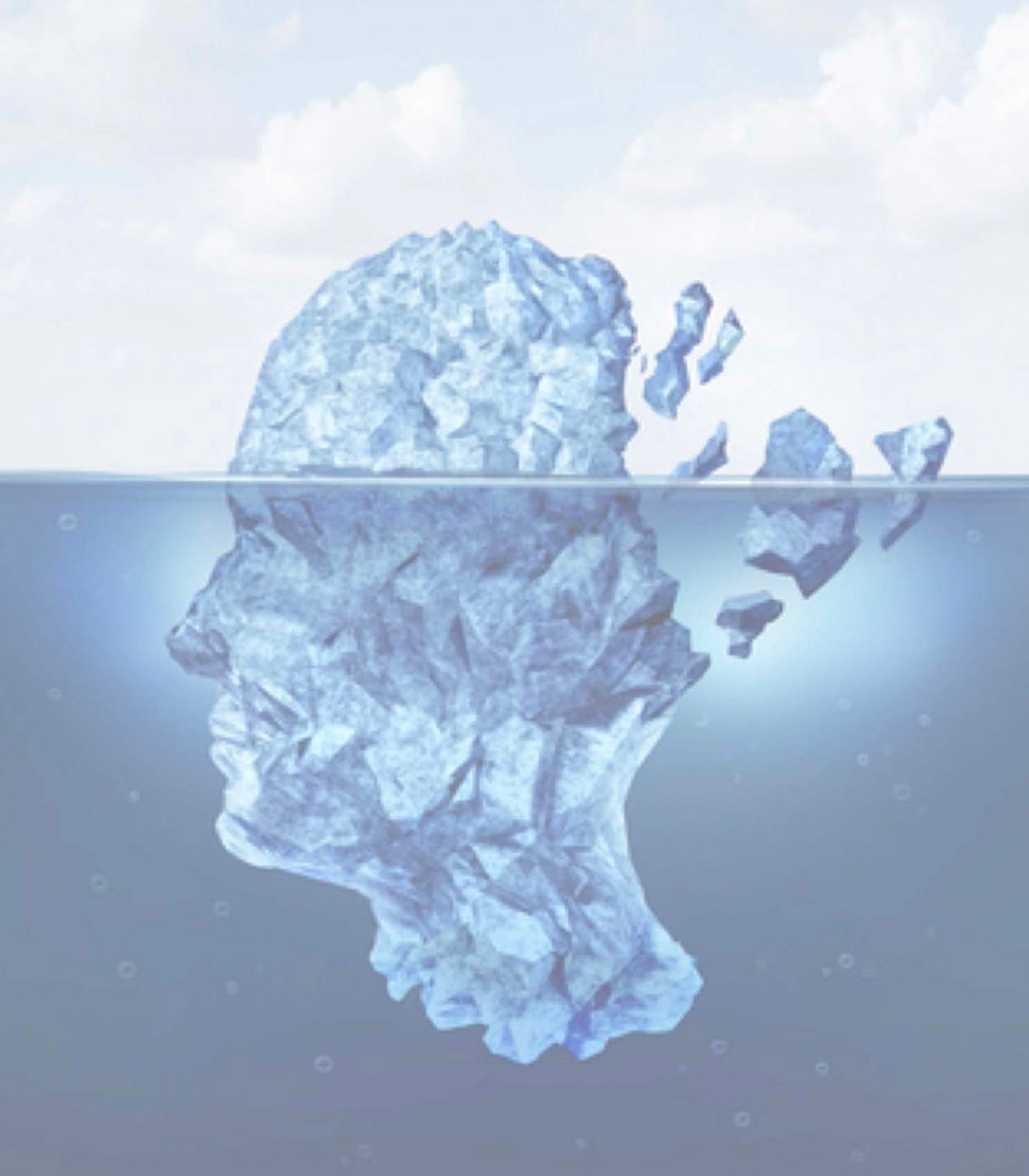
GRUNDLAGEN TCM

Syndrome und ihre Unterscheidung:

🔊 Nach den YANG-Organen (Muster oder Syndrome) - einfache & kombinierte Muster



Dünndarm-Muster	Fülle-Hitze des Dünndarms, Schwäche und Kälte des Dünndarms, ...
Gallenblasen-Muster	Nässe-Hitze der Gallenblase, ...
Dickdarm-Muster	Nässe-Hitze des Dickdarms, Kälte des Dickdarms, Trockenheit des Dickdarms, ...
Magen-Muster	Magen-Feuer, rebellierendes Magen-Qi, Magen-Qi-Mangel, Magen-Yin-mangel, ...
Blasen-Muster	Nässe-Kälte der Blase, Nässe-Hitze der Blase, ...



SCHLEIM IN DER TCM

Entstehung: Mangelnde Qi / Yang-Funktion, mangelhafte Flüssigkeitsumwandlung, Eindickung von Flüssigkeit durch Stau

Symptome:

Bronchitis mit zähem Auswurf, Tumorbildung, Myxödem, ...

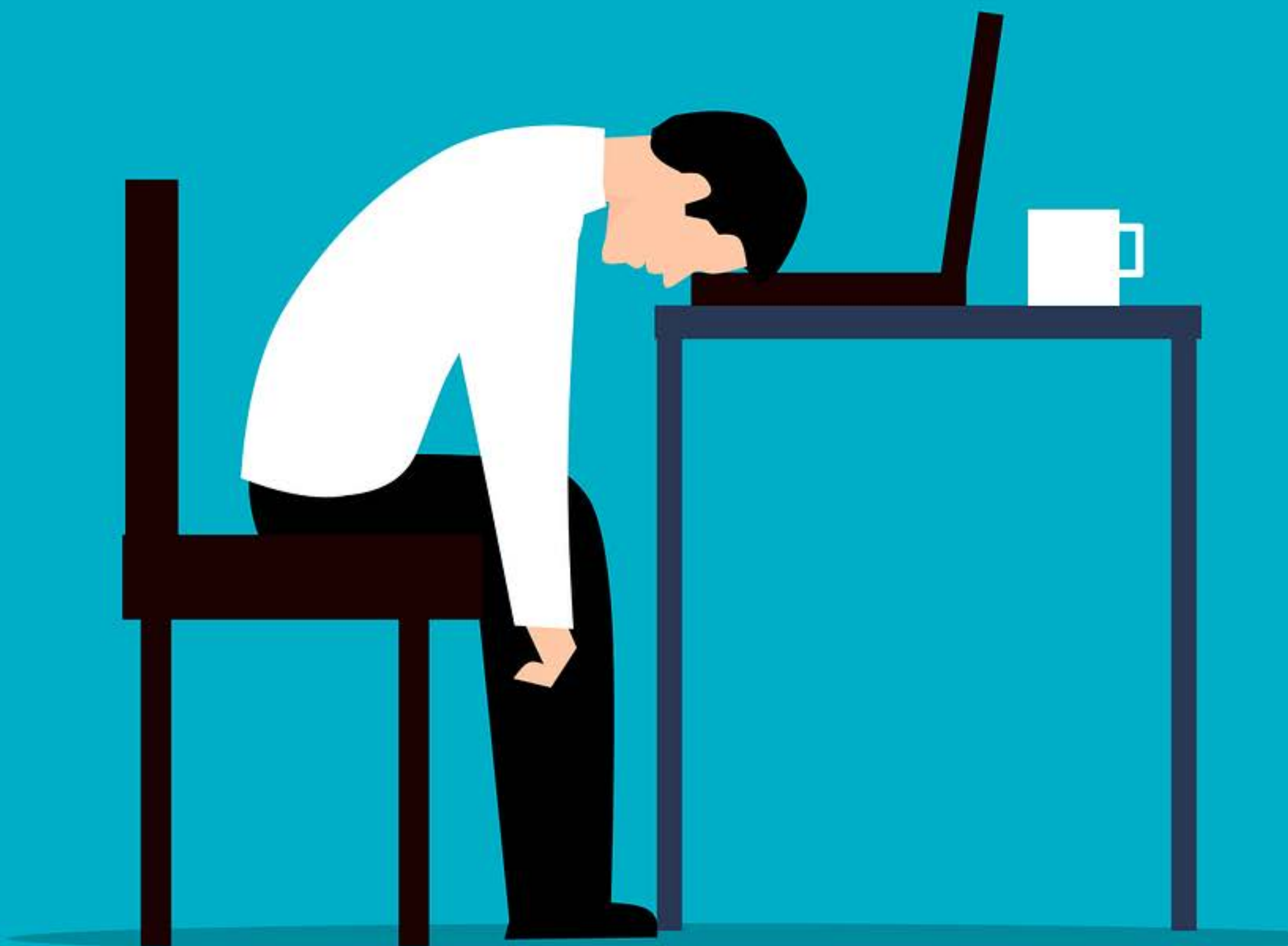
Herz (siehe Bezug zu Großhirn) betroffen: Lethargie, Depression, Schweregefühl im Kopf, geistige Trägheit, letztlich auch Schlaganfall, ...

Zunge: geschwollen, dicker, weißer Belag

Puls: schlüpfrig, langsam

Heilpflanzen: Kalmus, Berbreitzenrinde, Wacholder ...

Ätherische Öle: Ysop, Oregano, Majoran, Rosmarin ...





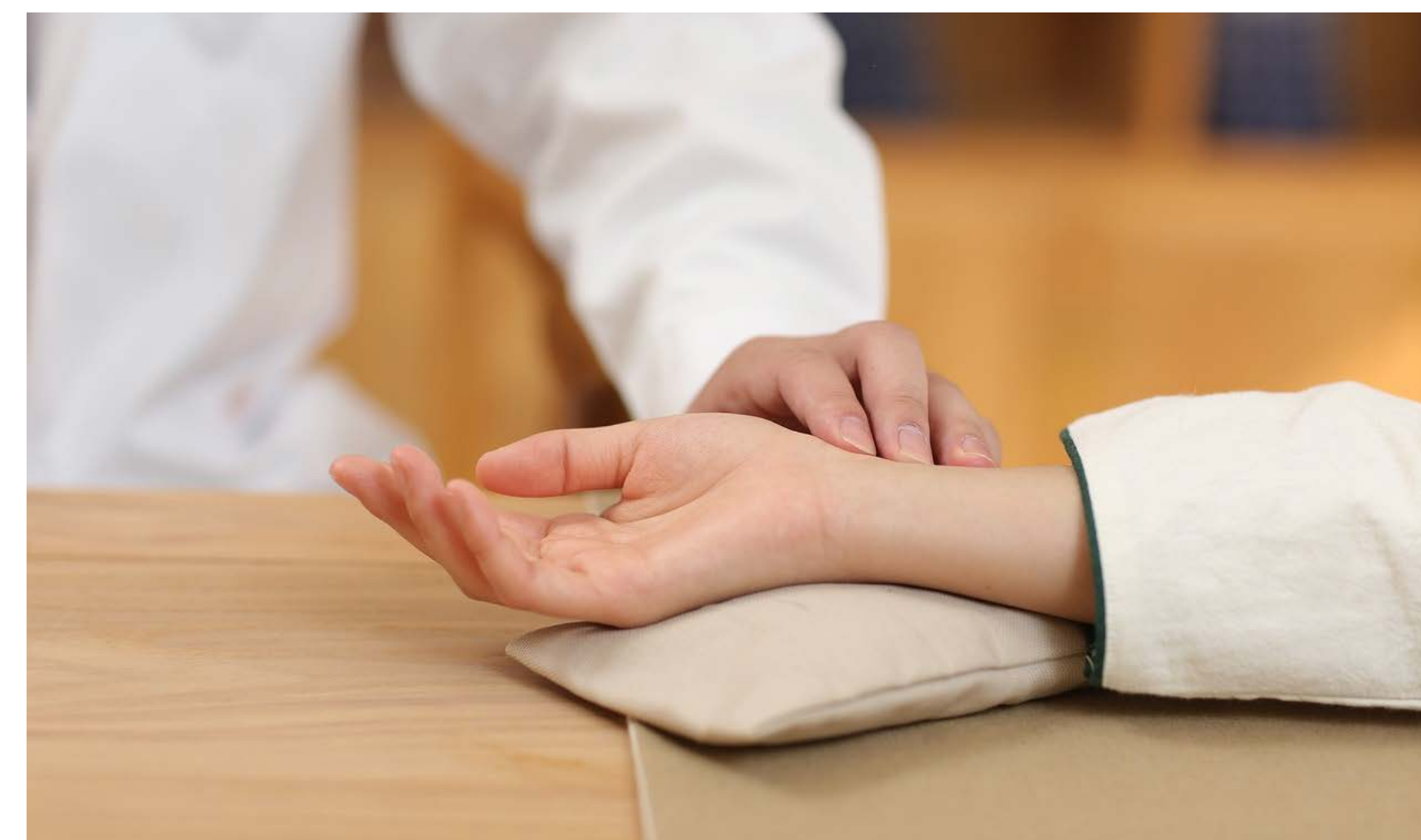
Und wie komme ich
jetzt zu einer
Diagnose?





DIAGNOSTIK IN DER TCM

Methoden?



Die wichtigsten Wege zur Diagnose

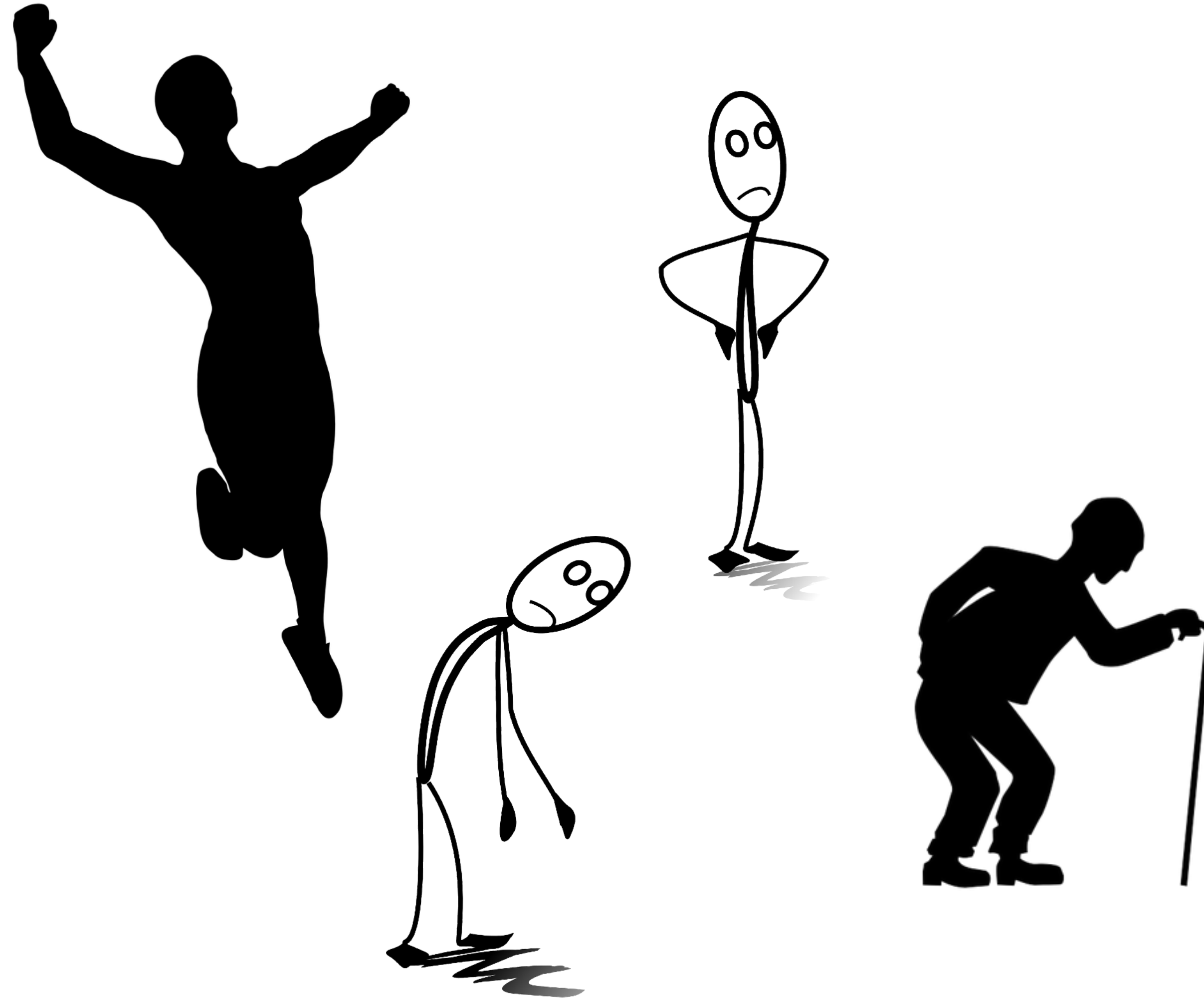
ANAMNESE

Anamnese = Erfragen und die Aufzeichnung der Beschwerden und (Leidens-)Geschichte des Patienten

- Beobachten, sehen
- Riechen
- Hören
- Fühlen, tasten
- Befragung



ANAMNESE



Gezielte TCM-Anamnese:

Generell:

Temperatur: .

Schlaf: .

Stuhl:

Harn:

Schweiß / Nachtschweiß: ...

Schmerzen: ...

Wann? ...

Wie? ..

Wo? ..

Wie stark? 0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10

Energie:

Durst?

Trinkmenge?

Kalt/Warm bevorzugt?

Organsysteme:

MP: ...

Lunge: ...

Stimme ...

Niere: ...

Leber: ...

Herz: ...

Außen:

Haut: ..

Haare:

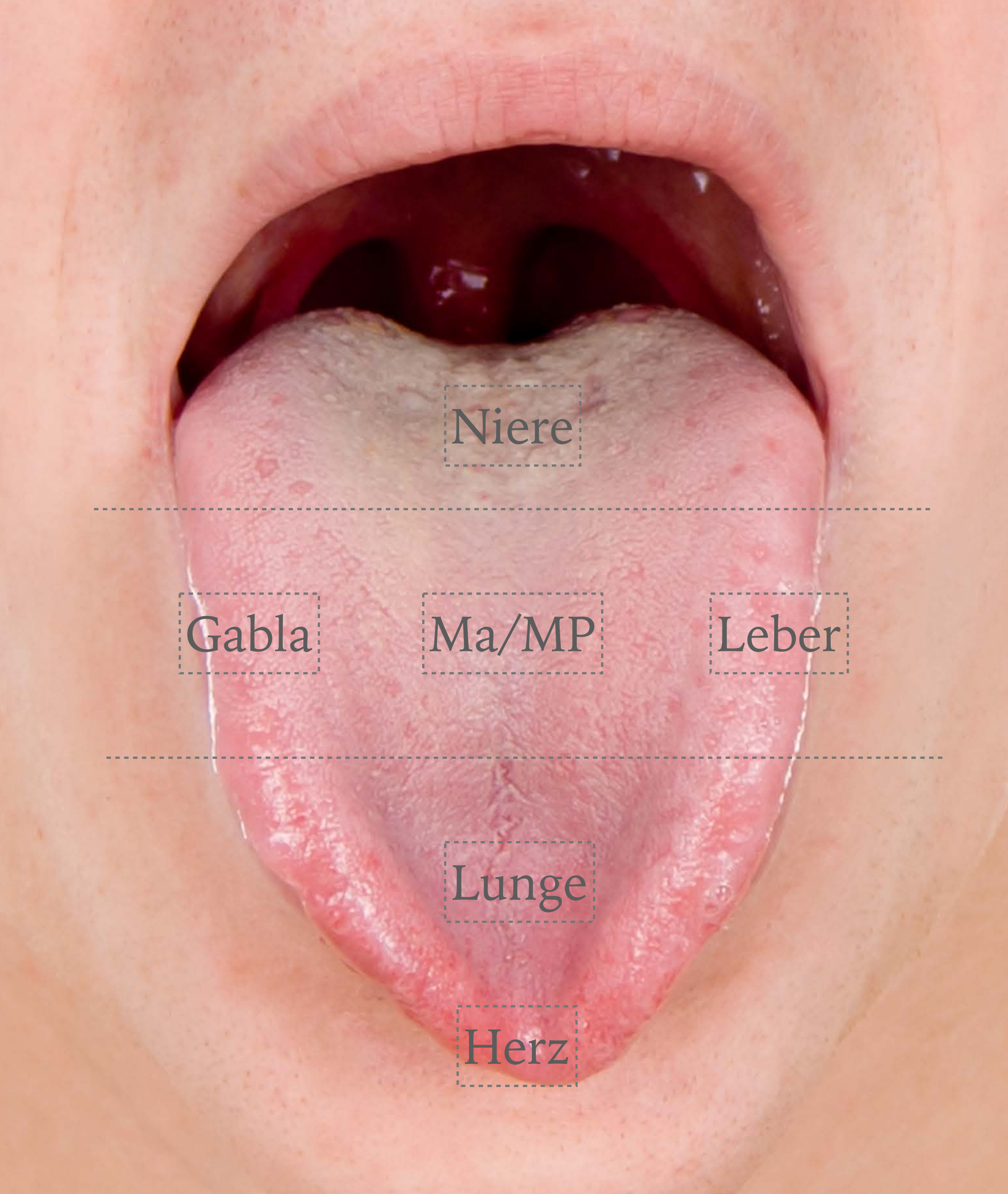
Nägel: ...

Muskeln, Sehnen, Gelenke: ...

Innen:

Sinnesorgane: ...

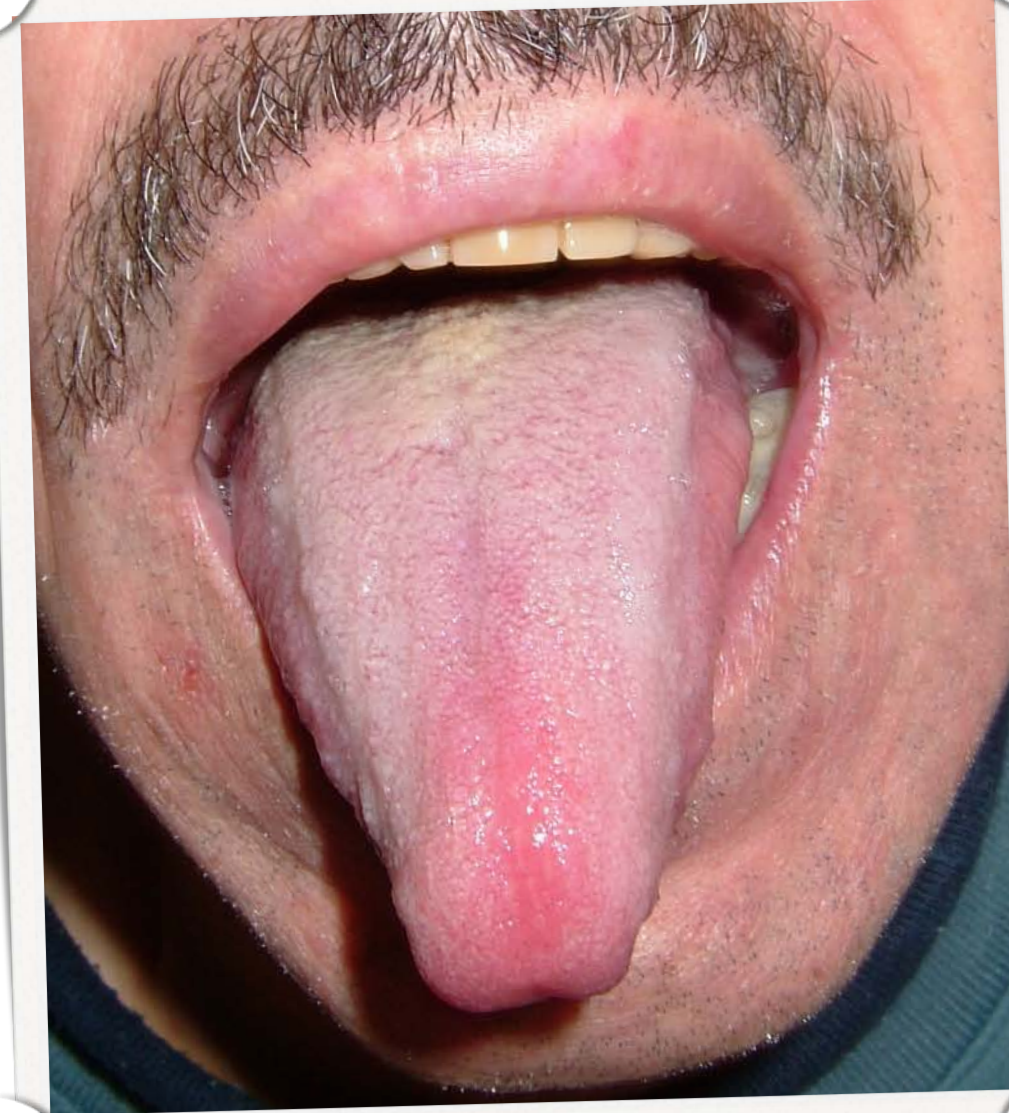
Psyche / Emotionen: ...



ZUNGENDIAGNOSE

- Zungenkörper: Hinweise auf Zustand der inneren Organe, Qi, Blut, Körperflüssigkeiten
 - Eindrücke am Rand: Milz-Qi-Mangel
 - Risse: Yin-Mangel, Trockenheit
- Zungenbelag: Ausdruck für den Abwehrkampf (Abwehr-Qi) - Krankheitsverlauf
 - Dick: Abwehrsystem führt starken Kampf gegen Pathogen
 - Dünn: Normal / leichter Mangel / äußeres Sy
 - Fehlend: Yin-Mangel (schwer!)
 - Teilweise abgeschält: Hinweis auf Magen-Yin/Qi-Mangel
 - Klebrig: Schleim

ZUNGENDIAGNOSE



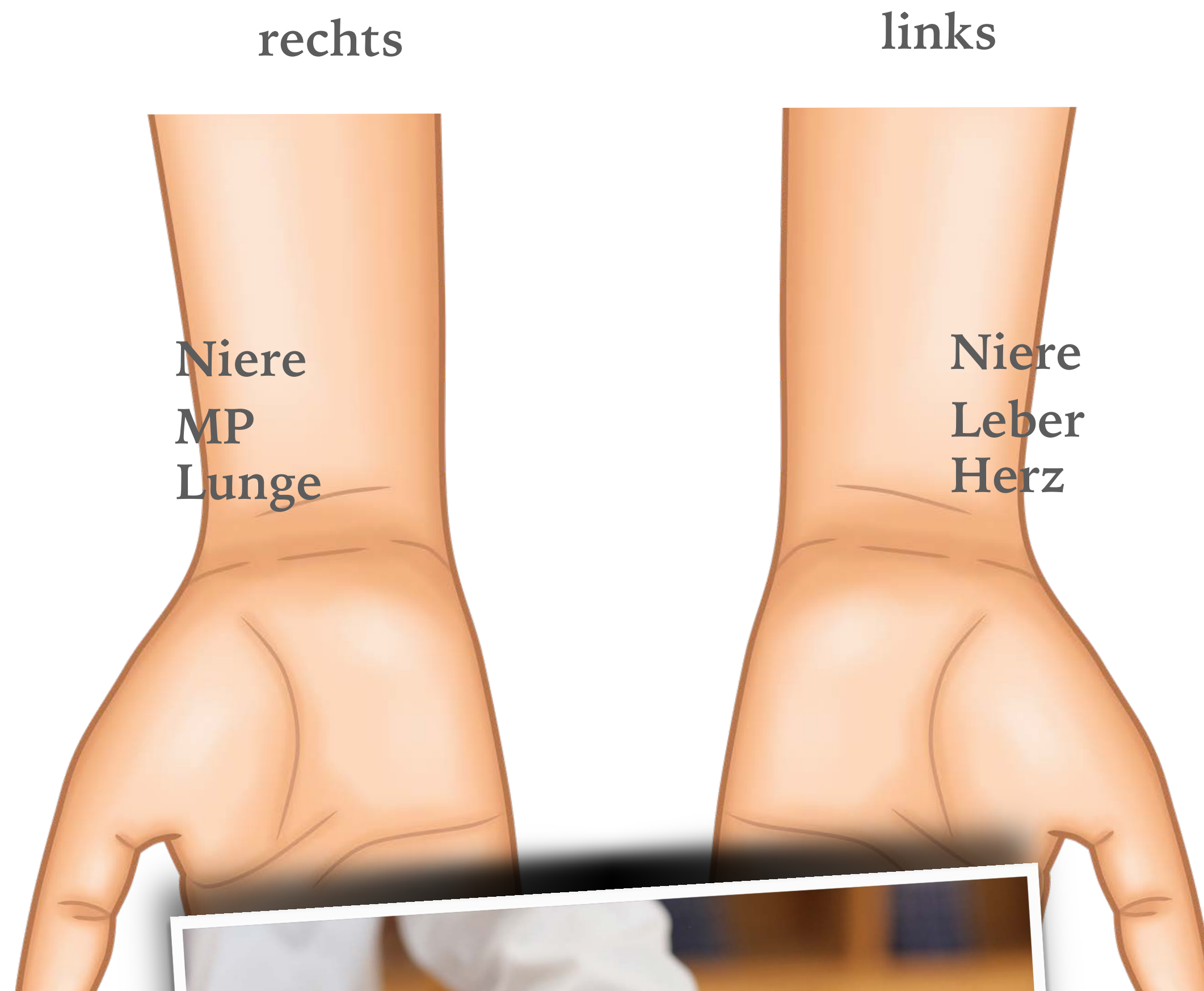
➤ Zungenkörper: Farbe

- Rot: Hitze; blaurot = Zeichen von Stau; rot&dick = Fülle-Hitze; rot&dünn = Yin-Mangel
- Blass: blass&dick = Fülle, QI/Yang-Mangel; blaß&dünn = Blut / Qi-Mangel

➤ Zungenbelag: Farbe

- Weiß: normal oder Kälte
- Gelb: Hitze
- Schwarz: extreme Hitze

PULSDIAGNOSE



Langsamer Puls: *Kälte-Syndrom*

Pulsfrequenz bei 4 Schlägen pro Atemzug, 60/min.

Kräftig-langsam: Fülle-Kälte

Schwach-langsam: Leere-Kälte

Durch Kältestagnation in den Meridianen ist das YANG-Qi blockiert, daher der langsame Puls.

Durch starke Abwehr des krankmachenden Faktors Kälte entsteht ein kräftiger langsamer Puls, bei Abwehrschwäche ein langsamer schwacher Puls.

Schneller Puls: *Hitze-Syndrom*

Pulsfrequenz bei über 5 Schlägen pro Atemzug, über 90/Min.

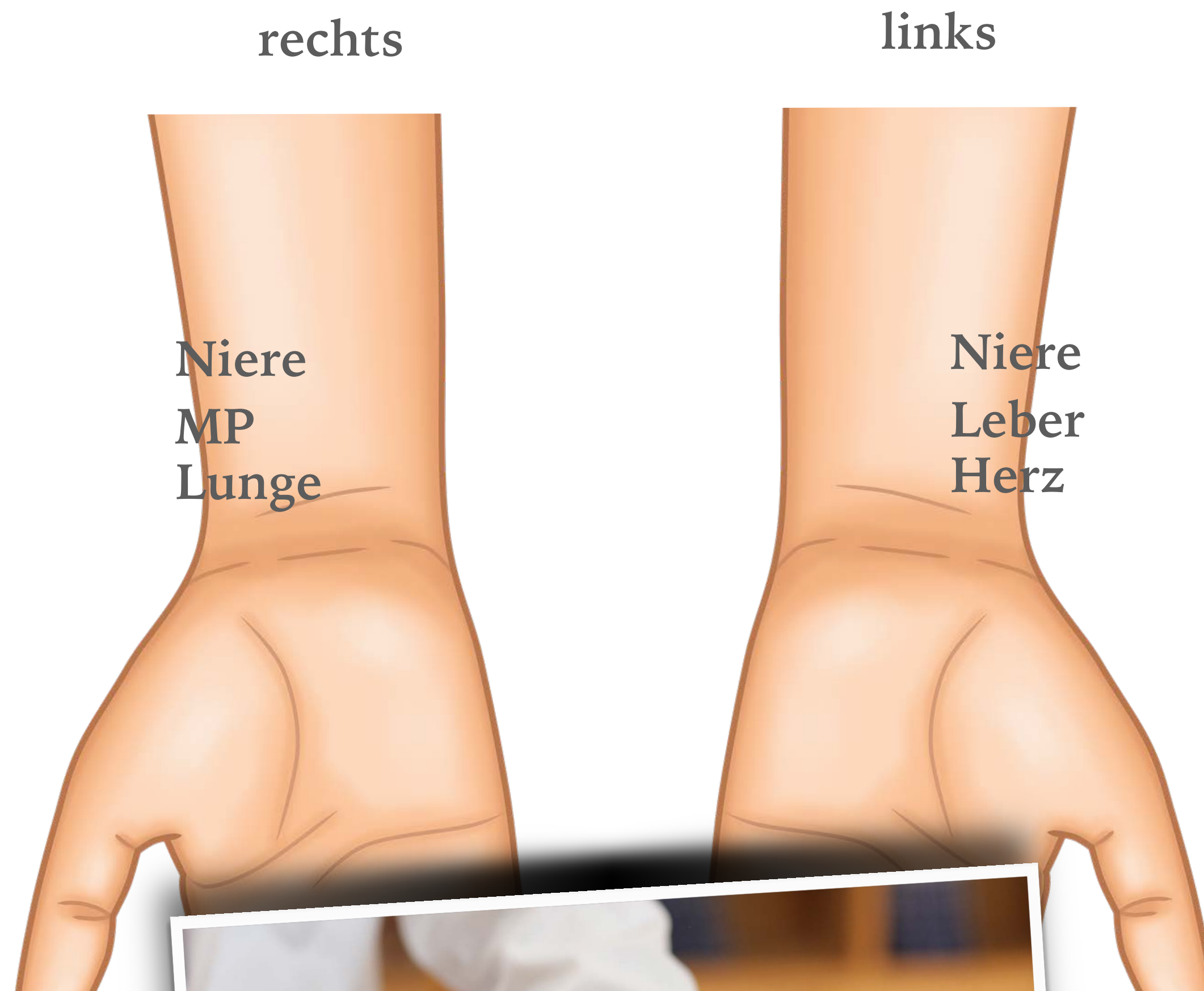
Schnell-kräftig: Hitze-Fülle

Schnell-schwach: Hitze-Leere

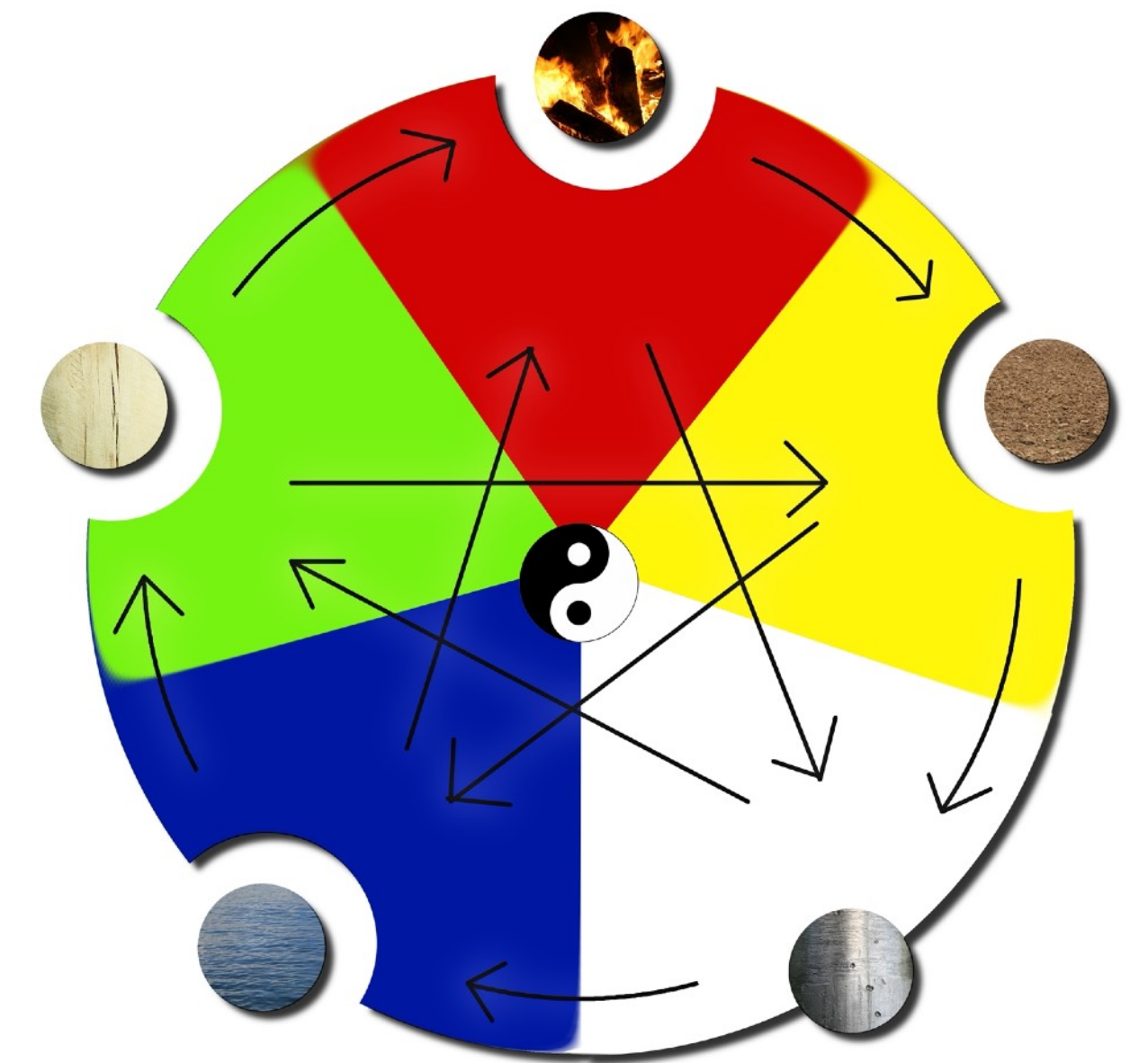
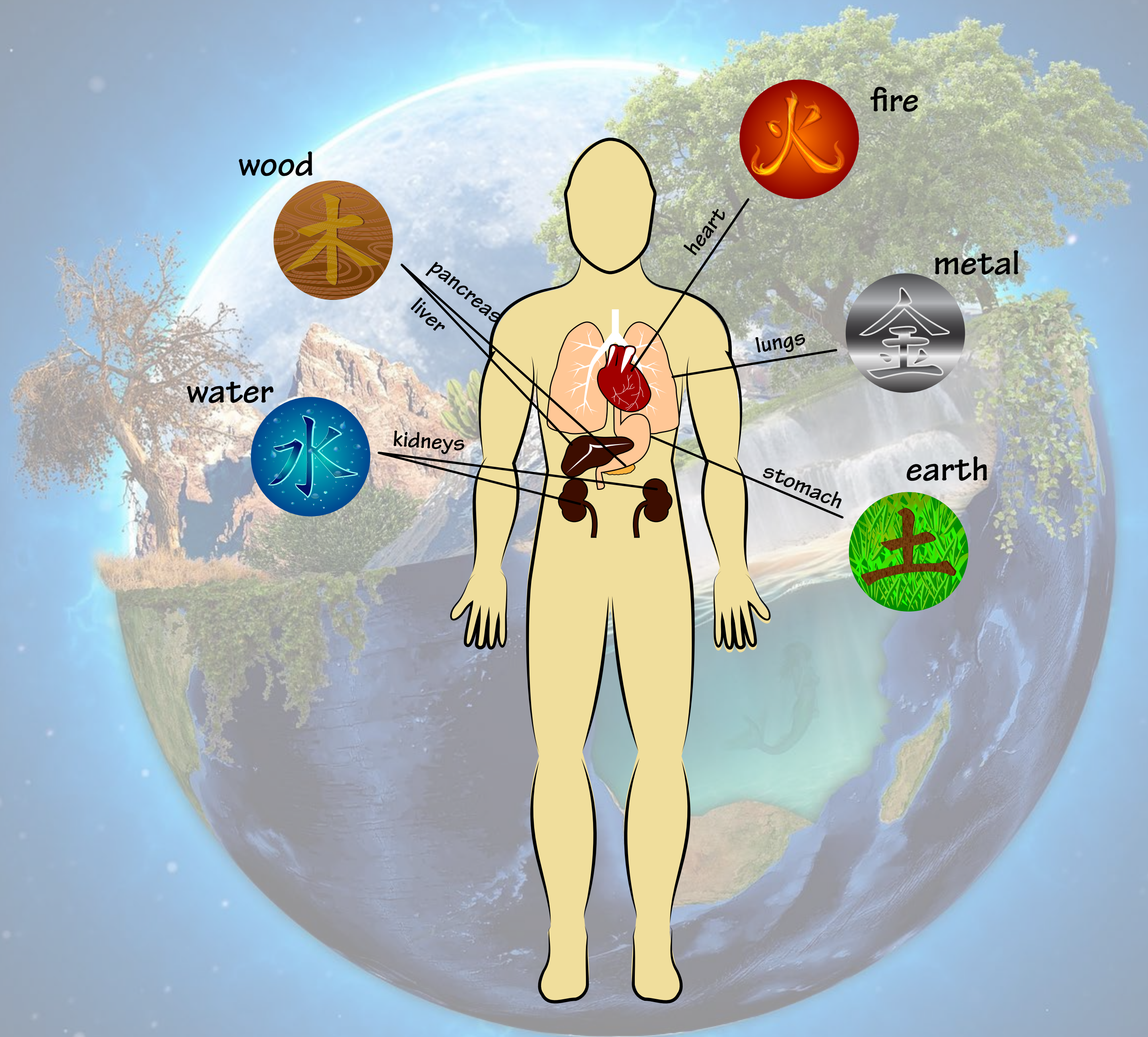
Hitze dringt in den Körper, beschleunigt die Qi-Blut-Zirkulation und verursacht den schnellen Puls.

Bei kräftiger Abwehr ist der Puls kräftig und schnell. Bei YIN-Schwäche wird durch relativen YANG-Überschuss eine Leere-Hitze erzeugt, der Puls ist dann schnell und schwach. Ein „leerer“, schwacher Puls kommt bei Qi-Schwäche vor.

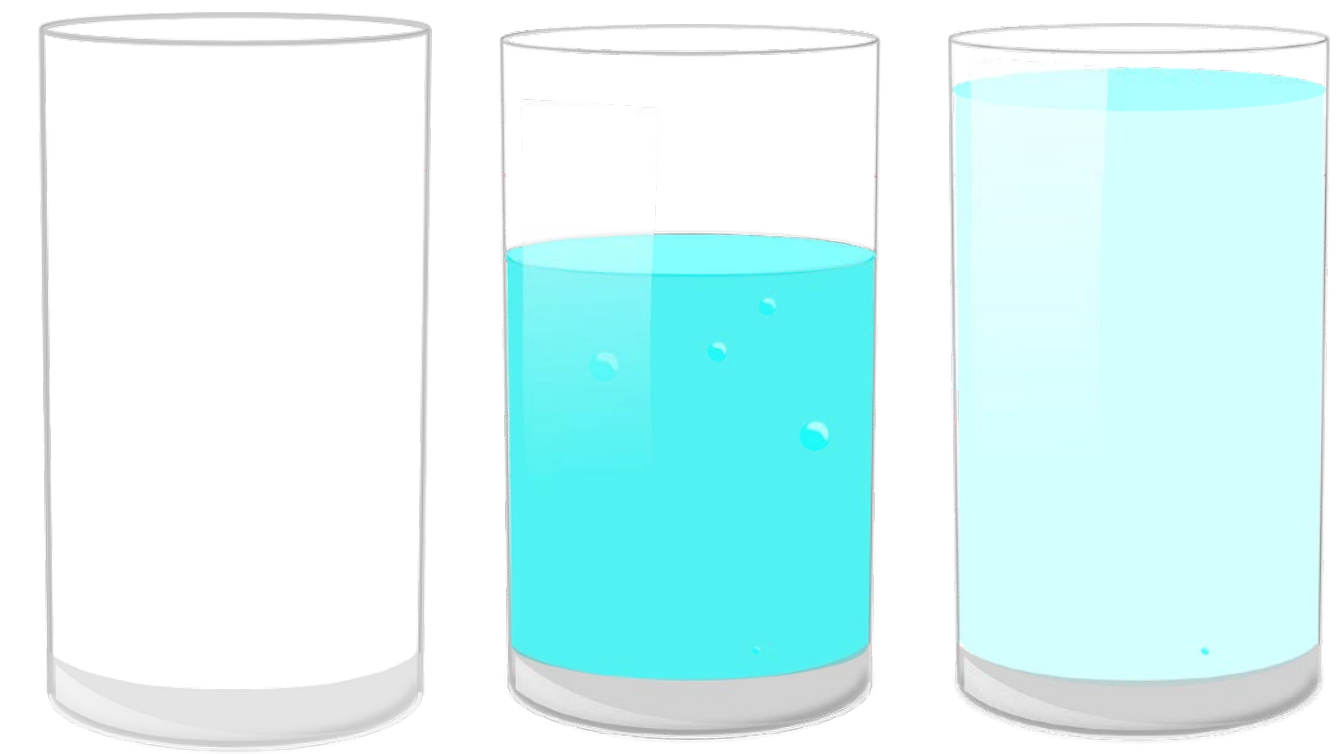
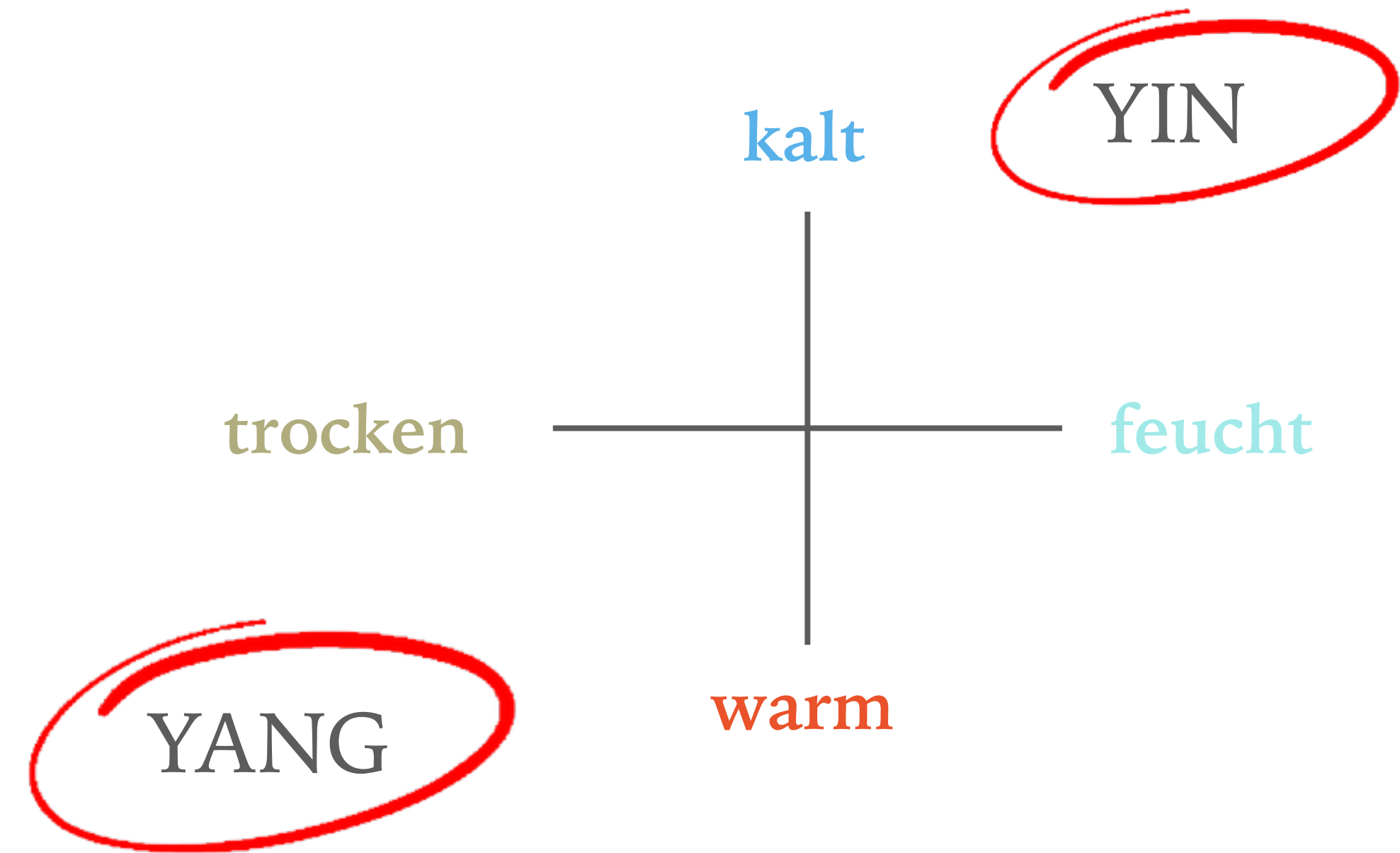
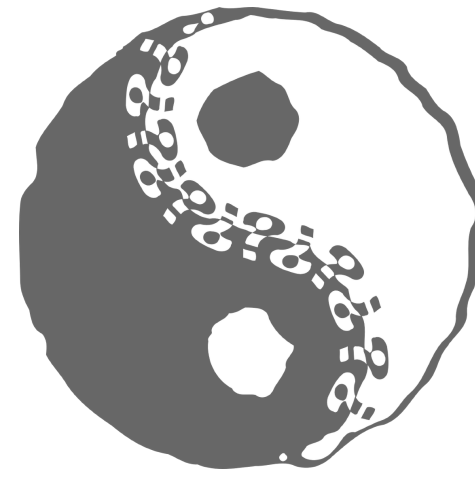
PULSDIAGNOSE



- Oberflächlich&schnell: äußere Hitze
- Groß&schnell: Hitze Fülle
- Gespannt&schnell: Leber-Hitze
- Gespannt&kräftig: bei starken Schmerzen
- Tief&langsam: innere Kälte
- Tief&schnell: innere Hitze
- Tief&fadenförmig: innere Schwäche
- Fadenförmig&schnell&oberflächlich: Yin-Mangel
- Saitenförmig&schnell: Leber-Qi-Stagnation
- Fadenförmig&rau: Blutstau bei Mangel
- Rollender Puls: Schleim



Was sind die
Wichtigsten Elemente
des heutigen Vortrags?



VERDAUUNGSSCHWÄCHE



Enzianwurzel (n-k)
(*Gentiana lutea* L.)

Pfefferminze (n-k)
(*Mentha piperita* L.)

Wermuth (n)
(*Artemisia absinthum* L.)

Odermennig (n)
(*Agrimonia eupatoria* L.)



Ingwer (h)
(*Zingiber off. R.*)

Engelwurz (w)
(*Angelica archangelica* L.)

Rosmarin (w)
(*Rosmarinus officinalis* L.)

Fenchel (w)
(*Foeniculum vulgare* M.)

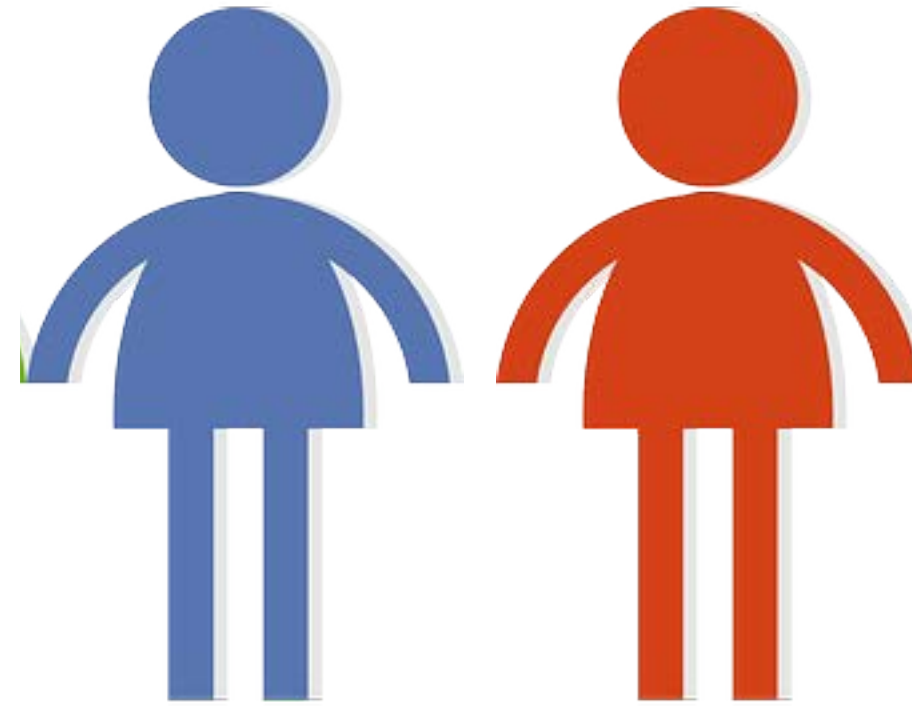
BLUTHOCHDRUCK, ASCL



Weißdorn (w)
(*Crataegus monogyna* Jac.)



Schafgarbe (w-k)
(*Achillea millefolium* L.)



Engelwurz (w)
(*Angelica archangelica* L.)
... aber hier besser
Angelica sinensis (w)

Rosmarin (w)
(*Rosmarinus officinalis* L.)

Berberitze (k)
(*Berberis vulgaris* L.)

Herzgespann (n-k)
(*Leonurus cardiaca* L.)

Ingwer (h)
(*Zingiber off. R.*)

Lavendel (w)
(*Lavandula angustifolia* M.)

Küchenschelle (k)
(*Anemon pulsatilla* L.)



洋甘菊



MEHR INFOS ZUR TCM

www.gabipeham.at

Fragen an: info@gabipeham.at

