

Wirksame Chinesische Medizin

Einfluss des Therapeuten auf Wirkung

Akupunkturmethode und -technik, Beispiele bei
Bewegungsapparatstörungen

Arzneimitteltherapie bei seelischen Beschwerden

Jim Skoien

Einfluss des Therapeuten auf Wirkung	3
Therapeut-Patient-Beziehung	3
Erwartungen des Patienten	3
Einstellung des Therapeuten	3
Erwartungen des Therapeuten	3
Therapeutische Ziele	3
Wirksame Akupunktur	4
Akupunkturmethode und Nadeltechnik	4
Akupunkturbehandlung bei Bewegungsapparatstörungen (allgemein)	5
Nacken	5
Schulter	7
Rücken	11
Arzneimitteltherapie	13
Die Grundlagen der Arzneimitteltherapie	13
Tagesdosierung einer Rezeptur	13
Seelische Beschwerden	13

Überblick

Einfluss des Therapeuten auf Wirkung

Wirksame Akupunktur: die Akupunkturmethode und -technik, Beispiele bei Bewegungsapparatstörungen

Arzneimitteltherapie bei seelischen Beschwerden

Einfluss des Therapeuten auf Wirkung

Therapeut-Patient-Beziehung

- respektvoll
- vertrauensvoll: Ein Hauptanliegen der Patienten, vom Arzt ernstgenommen zu werden.
- aktiv: Die wirksamsten Behandlungen basieren auf einer "aktiven" Therapeut-Patient-Beziehung.

Erwartungen des Patienten

- Wunder
- Gar nichts!
- "Reaktion"
- Linderung der Beschwerden (Welche?)
- Heilung (Was?)
- Vorbeugen (Wie?)

Einstellung des Therapeuten

- Respektvoll und vertrauensvoll
- Aktiv und dynamisch
- Gut vorbereitet
- Auf Patienten fokussiert
- Kommunikativ: energetisch
- Ziel bewusst
- Erfolg eingestellt
- Entspannt und ruhig

Erwartungen des Therapeuten

- Wunder!
- Gar nichts!
- "Reaktion"
- Linderung der Beschwerden (Welche?)
- Heilung (Was?)
- Vorbeugen (Wie?)

Therapeutische Ziele

- palliativ
 - kurativ
 - präventativ

Wirksame Akupunktur

Akupunkturmethode und Nadeltechnik

- Punktauswahl
- Punktlokalisierung (inkl. Tiefe)
- Qi leiten
- Lokale Nadelungsmethoden

Punktauswahl

- Empirische Punktauswahl
- Jingluo-Theorie

Lokal-, Nah- und Fernpunkte auf der betroffenen Leitbahn
Sechs-Leitbahn-Paarung

Punktlokalisierung (inkl. Tiefe)

- Fernpunkte (z.B. Qi-leiten)
- Lokalpunkte

Haut

Muskel

Sehnen

Knochen

Blutgefäß

Qi-leiten

Lokale Nadelungsmethoden

Beispiele:

Muskel-Nadelung oder „Hühnerklaue-Nadelung“ (he gu ci) - Der Muskel wird im betroffenen Gebiet genadelt und die Nadel wird hebend und senkend in alle anderen Richtungen geführt. („wie die Krallen eines Huhns“).

Klassisch angewandt bei Störungen der Milz: Die Milz behandeln in dem die Muskeln behandelt werden.

Beispiel: Bei paravertebraler Muskelverspannung nadle die betroffene Stelle und führe die Nadel dann mehrere Male in verschiedene Richtungen (ohne die Nadel aus der Haut herauszunehmen).

*Ling Shu, Kapitel 7: fünf Methoden

Sehnen-Nadelung oder „Gelenk-Nadelung“ (guan ci) - Die Gebiete um das Gelenk werden genadelt, in die Sehnen hinein und nahe dabei. Die verletzten Sehnen werden sanft geklopft, ohne Blutungen hervorzurufen.

Klassisch angezeigt bei Leber-Disharmonien. Die Leber behandeln, in dem die Sehnen behandelt werden.

Beispiel: Bei Achillessehnenentzündung wird nahe bei der Sehne

N 4 und auch ein vergleichbarer Punkt auf der lateralen Seite des Sehnenansatzes genadelt.

*Ling Shu, Kapitel 7: fünf Methoden

Behandlungen

Akupunkturbehandlung bei Bewegungsapparatstörungen (allgemein)

Diagnose und Mustererkennung

Eine wirksame Akupunkturbehandlung von Bewegungsapparatstörungen basiert auf einer präzisen, energetisch-strukturellen Diagnose!

- Häufige Bewegungsapparat-Muster erkennen
- Auslösende und perpetuierende Faktoren identifizieren

Auslösende und perpetuierende Faktoren

Beispiele:

- Haltungs- und Bewegungsbelastung ergonomisch, schlechte Körperhaltung, Fehlgebrauch der Muskeln, Bewegungsmangel, häufig wiederholte Bewegungen bzw. repetitive Bewegungen
- Einschnürung von Muskeln
- Strukturelle Mangel Beinlängendifferenz, zu kleine Beckenhälfte, kurze Oberarme, kurzer erster, langer zweiter Metatarsalknochen

Haltungskorrekturen

Sitzen, Liegen, Stehen, Laufen, etc.

Nacken

Der akute oder chronische, posteriore Nackenschmerz beim myofaszialen Syndrom des M. levator scapulae

Anatomie:

Die Fasern des M. levator scapulae setzen oben an den Querfortsätzen der ersten vier Halswirbel und unten am Margo medialis scapulae zwischen dem Angulus superior scapulae und der Basis spinae an.

Physiologie:

Schulterblattrotation, Nackenrotation (einseitig) und -extension (beidseitig), Schulterblattelevation (mit Trapezius)

Nacken

Der akute oder chronische, posteriore Nackenschmerz beim myofaszialen Syndrom des M. levator scapulae

Schmerzareal:

posteriorer Nackenschmerz im Nacken-Schulter-Winkel (oft mit Nackensteife), diffuser, posteriorer Schulterschmerz

Betroffene Bewegungen:

Nackenrotation (beide Richtungen) und -extension, Schulterblattelevation

Auslösende, verschlechternde und perpetuierende Faktoren:

Körperasymmetrien der unteren Körperhälfte z.B. des M. quadratus lumborum (schmerzhafter, krummer Rücken) oder Hüftarthrose mit anormalem Gang

Ein zu langer Spazierstock

Langes Sitzen in einem Sessel mit zu hohen Armlehnen

Schlafen auf einem zu hohem oder niedrigem Kissen, oder, mit dem Kopf am Rand und Gesicht

nach vorne gedreht

Mit abgeknicktem Hals schlafen z.B. im Kurs bei Jim

Mit extendiertem Hals (das Kinn nach oben und vorne)

Der „Zuschauerhals“ z.B. beim Tennismatch zuschauen

Scheibttischarbeit, bei denen Kopf und Hals gedreht werden

Für lange Telefongespräche (insbesondere, wenn dabei Kopf und Hals geneigt sind und der

Telefonhörer zwischen Kopf und Schulter geklemmt wird

Anstrengend und kraftvoll Sport treiben ohne genügend Übung

Einschnürungen vom Muskel z.B. eine Kompression von einer schweren Schultertasche

Eine apathische, hoffnungslose Einstellung („das Gewicht der ganzen Welt lastet auf meinen Schultern“)

Eine angespannte, feindselig-aggressive Haltung

Infektion z.B. Erkältung oder Herpes simplex

Trauma z.B. Autounfall

Untersuchung:

schmerzhafte aktive Nackenrotation (beide Richtungen) und -extension, Schulterblattelevation, auch mit Widerstand, keine Schmerzen bei passiven Bewegungen (Ausnahme: wenn beim Überdruck der Muskel gedehnt wird), normales Endgefühl, kein Kapselmuster, bei Dehnungstests: Schmerzen bei Nackenrotation nach links (Schmerz auf der posterioren rechten Seite), oder, umgekehrt, auch möglich bei Flexion und Extension,

Triggerpunkte und ödematöses bzw. verquollenes Muskelgewebe im Verlauf des Muskels, häufig im Bereich Dü 13, 14 oder 15

keine Zeichen neurologischer Defizit

Nacken

Der akute oder chronische, posteriore Nackenschmerz beim myofaszialen Syndrom des M. levator scapulae

Akupunktur

Fernpunkte:

1. Dü 6 yǎng lǎo

2. Dü 1 shào zé

3. Dü 3 hòu xī

4. B 65 shù gǔ

5. Dü 19 tīng gōng

Lokalpunkte mit Muskelnadelung

Dü 13 qū yuán (der Ansatzpunkt eines Muskels)

Dü 14 jiān wài shù

Dü 15 jiān zhōng shù

Dü 16 tiān chuāng

Nadelungsmethode:

1. Muskel-Nadelung oder „Hühnerklaue-Nadelung" (he gu ci)

2. Triggerpunkt- und Muskel-Nadelung

*Nadel oberflächlich belassen und aktive bzw. passive Nackenbewegungen

Schulter

Der akute oder chronische, anterolaterale oder diffuser, globaler Schulterschmerz bzw. der akute oder chronische Oberarm- und Unterarmschmerz beim Schulter-Impingement-Syndrom

Definition

Das Schulter-Impingement-Syndrom, das unter den Oberbegriff "Periarthritis humeroscapularis" fällt, ist eine der häufigsten Funktionsbeeinträchtigung der Schulter. Das Impingement-Syndrom – auch subacromiales Engesyndrom, Schultereinklemmung- oder Engpass-Syndrom genannt – ist ein Sammelbegriff für die Folgen einer mechanischen Reizung der Rotatorenmanschette und der Schleimbeutel unter dem Schulterdach, die zu einer Einengung des Gleitraums unter der Schulterhöhe führen. Diese Problemzone ist der Platz zwischen dem Oberrand der Gelenkpfanne und der Schulterhöhe. Normalerweise ist reichlich Platz unter dem Acromion für die Rotatorenmanschette (Mm. Supraspinatus, Infraspinatus, Teres Minor, Subscapularis), so dass die Sehnen problemlos unter das Schulterdach gleiten können. Durch die Verkleinerung des subacromialen Raumes kommt es zu einem Anstossen oder Impingement des Oberarmkopfes und der ihn bedeckenden Weichteilstrukturen am Schulterdach und zum Einklemmen der Supraspinatussehne, wenn der Arm bis zur Horizontalen angehoben wird. Durch das ständige Reiben der Rotatorenmanschette am Schulterdach auf Dauer können Schädigungen der Rotatorenmanschette auftreten, die im Endzustand auch einen kompletten Riss der Sehnen mit sich bringen können. Eine fast immer vorhandene Durchblutungsstörung begünstigt die Entzündungsreaktion.

Schmerzareal:

anteriolateraler oder lateraler Schulterschmerz

Betroffene Bewegungen:

Schulterabduktion und -lateralrotation, -adduktion und -medialrotation

Auslösende, verschlechternde und perpetuierende Faktoren:

Eine Überbelastung durch schwere Gegenstände tragen z.B. einen schweren Koffer

Eine Überlastung durch das Ziehen eines Hundes an der Leine

Ständige Überkopfarbeiten, repetitive Wurfaktivitäten und andere sich wiederholende Aktivitäten der Schulter, Abduktion, Lateralrotation oder Horizontalabduktion

Aufpralltrauma oder -unfall beim Sport oder anderen Betätigungen

Untersuchung:

möglicherweise eine sichtbare Asymmetrie der Schulter, die betroffene Seite ist geschwollen ("grösser"), warme Haut im Bereich des Acromions, schmerzhafte aktive Schulterabduktion und Abduktion mit Widerstand, möglicherweise positive Impingement-Test: Schmerzen bei passiver Schulterabduktion (geschwollene Sehne bzw. Schleimbeutelentzündung), möglicherweise positiver Drop-Arm-Test, normales Endgefühl, kein Kapselmuster, schmerzhafter Bogen (60 - 120°), positive Supraspinatus-Dehnung (Die Dehnung des M. supraspinatus durch Schulteradduktion hinter dem Rücken ist schmerzhaft.), positive Infraspinatus-Dehnung (Die Dehnung des M. infraspinatus durch Schultermedialrotation hinter dem Rücken bzw. die Hand bis zum Schulterblatt strecken ist schmerzhaft.), Druckdolente bzw. schmerzhafte Stellen im Bereich des Tuberculum majus am Caput humeri an, keine Zeichen neurologischer Defizit

Spezifische Tests (1)

Schmerzhafter Bogen oder „painful arc“: schmerzhafte aktive Schulterabduktion zwischen 60° und 120°; Indikation: Impingement-Syndrom

Null-Grad-Abduktionstest: Die Arme des stehenden Patienten hängen locker am Körper herab. Der Untersucher greift die Arme im distalen Unterarmdrittel. Der Patient versucht, die Arme gegen den Widerstand des Untersuchers zu abduzieren; Indikation: Schmerzen und Schwächegefühl bei aktiven Schulterabduktion deuten auf eine Ruptur der Rotatorenmanschette.

Supraspinatus-Dehnung: Schulteradduktion hinter dem Rücken; positiv: schmerzhaft; Indikation: Tendonitis oder myofasiales Syndrom des M. supraspinatus oder Riss

Musculus-supraspinatus-Test nach Jobe (Empty-Can-Test): Dieser Test kann beim stehenden und sitzenden Patienten durchgeführt werden. Bei gestrecktem Ellbogengelenk wird der Arm des Patienten in 90 Grad Abduktion, 30 Grad Horizontalflexion und Innen- oder Aussrotation gehalten. Während der Abduktions- /Horizontalflexionsbewegung übt der Untersucher Druck von oben auf den Unterarm aus. Es ist wichtig, den Druck zunächst sanft vorzunehmen und erst dann zu steigern, wenn keine Schmerzen im bisherigen Testverlauf auszulösen sind; Positiv: schmerzhaft; Indikation: bei Innenrotation (Daumen zeigt bodenwärts) werden speziell die kranialen Anteile der Rotatorenmanschette (M. supraspinatus) belastet; bei Aussenrotation eher die ventralen Anteile der Rotatorenmanschette überprüft.

Unspezifischer Musculus-supraspinatus-Test: Der sitzende Patient soll den 90 Grad abduzierten Arm gegen Widerstand der Untersucherhand, die auf dem Unterarm liegt, weiter abduzieren; Indikation: Schmerzen und Schwäche deuten auf eine Verletzung der Sehne des M. supraspinatus. Schulter

Der akute oder chronische, anterolaterale oder diffuser, globaler Schulterschmerz bzw. der akute oder chronische Oberarm- und Unterarmschmerz beim Schulter-Impingement-Syndrom

Schulter-Impingement-Test: passive Abduktion der Schulter mit Druck gegen das Akromion; positiv: schmerzhaft; Indikation: Impingement-Syndrom sek. Tendonitis der Mn. supraspinatus oder biceps brachii, Bursitis subacromial

Drop-Arm-Test: Der Patient versucht Schulterabduktion (90°) zu halten; positiv: schmerzhaft und unmöglich die Schulter in Abduktion zu halten; Indikation: Tendonitis des M. supraspinatus oder Riss

Infraspinatus-Dehnung: Die Dehnung des M. infraspinatus durch Schultermedialrotation hinter dem Rücken bzw. die Hand bis zum Schulterblatt strecken, positiv falls schmerzhaft; Indikation: Tendonitis oder myofasiales Syndrom des M. infraspinatur oder Riss

Aussenrotationstest (Patte-Test): Der Arm des Patienten wird 90° abduziert und dann gegen den Widerstand des Untersuchers nach hinten (Lateralrotation) gedrückt. Indikation: Eine gegen den Widerstand auftretende Schwäche und Schmerzen deutet auf eine ausgeprägte Tendonitis oder sogar einen Sehnenriss bzw. -ruptur.

Akupunktur:

M. supraspinatus und Sehne

Schmerzlage:

diffuser oder örtlich fixierter Schmerz im Bereich der anteriorolateralen Schulter;

Projektionsschmerz über die Akromion und Oberarm

Auslösende, perpetuierende und verschlechternde Faktoren:

Trauma, ruckartige oder wiederholte Bewegungen v.a. in Schulterabduktion, oder, durch direkten Druck auf der Schulter z.B. Liegen bzw. Schlafen in der Seitenlage auf der betroffenen Schulter

Untersuchung:

Schmerz bei aktiver Abduktion und mit Widerstand (Kontraktion); Schmerz bei passiver Abduktion (Dehnung); schmerzhafter Bogen (Sehne); lokale Druckdolenz

Akupunkturbehandlung:

Fernpunkte: Beispiele

ipsilateral DI 1; ipsilateral M 37; kontralateral GB 34

lokale Nadelungsmethoden: Beispiele

1. Trigger-Nadelung
2. Nah-Nadelung
3. Verbindende Nadelung
4. Sehnen-Nadelung
5. Trigger- und Sehnen-Nadelung
6. Sehnen- und oberflächliche Nadelung
7. Sehnen-Nadelung und Bewegung

Akupunktur:

Bursitis subacromial deltoideus

Schmerzlage:

diffuser oder örtlich fixierter Schmerz im Bereich der anteriorolateralen Schulter;

Projektionsschmerz über die Akromion und Oberarm

Auslösende, perpetuierende und verschlechternde Faktoren:

Trauma, ruckartige oder wiederholte Bewegungen v.a. in Schulterabduktion, oder, durch direkten Druck auf der Schulter z.B. Liegen bzw. Schlafen in der Seitenlage auf der betroffenen Schulter

Fernpunkte: Beispiele

ipsilateral DI 1; kontralateral M 31; kontralateral GB 34

lokale Nadelungsmethoden: Beispiele

1. Nah-Nadelung
2. Verbindende Nadelung z.B. DI 15 bis SJ 14
3. Mehrfache Nadelung
4. Dreifache Nadelung
5. Verbindende und oberflächliche Nadelung

Mehrfache Nadelung: verbindende und oberflächliche Nadelung, DI 15 bis Naoshang und SJ 14 bis

Naoshang; die Nadeln werden nur oberflächlich eingeführt

Akupunktur:

M. subscapularis und Sehne

Schmerzlage:

diffuser oder örtlich fixierter Schmerz im Bereich der anterioren Schulter; Projektionsschmerz über die Akromion und Oberarm

Auslösende, perpetuierende und verschlechternde Faktoren:

Trauma, ruckartige oder wiederholte Bewegungen, möglicherweise löst durch ein anderes Schulterproblem aus, z.B. wegen starken Schmerzen bei Schulterabduktion wird der Schulter nicht gehoben, als Konsequenz verkürzt sich den M. subscapularis.

Befund: Muskel

Schmerz bei aktiver Schulteradduktion und -medialrotation und mit Widerstand (Kontraktion);

Schmerz bei passiver Abduktion und Lateralrotation (Dehnung)

lokale Druckdolenz

Befund: superiorer Aspekt der Sehne

Schmerz bei aktiver und passiver Adduktion (Druck auf Processus coracoideus)

Befund: tiefer proximaler Aspekt der Sehne

kein schmerzhafter Bogen; kein Schmerz bei aktiver oder passiver Abduktion

Fernpunkte: Beispiele

ipsilateral Dü 1; kontralateral Dü 6 oder M 38

lokale Nadelungsmethoden: Beispiele

1. Trigger-Nadelung
2. Muskel-Nadelung
3. Verbindende Nadelung
4. Sehnen-Nadelung
5. Trigger- und Sehnen-Nadelung
6. Sehnen- und oberflächliche Nadelung
7. Sehnen-Nadelung und Bewegung

M. subscapularis:

in der Rückenlage: die Skapula wird in einer lateralen Richtung passiv gezogen, um den Muskel besser zu palpieren und mit Ashi-Punkten zu punktieren

superiorer Aspekt der Sehne:

dreifache Nadelung, zwei Nadeln schräg und eine senkrecht; eine Nadel von DI 15 bis Jianneiling (verbindende Nadelung), eine zweite von Jianneiling bis DI 15 (Sehnen-Nadelung, eine dritte bis zum Ashi-Punkt bei der Sehne

tiefer, proximaler Aspekt der Sehne:

Trigger- + Sehnen-Nadelung in Bereich Jianneiling, Nah-Nadelung in der Nähe von Ashi-Punkten

Rücken

Der akute oder chronische, untere Rückenschmerz beim myofaszialen Syndrom des M. quadratus lumborum

Anatomie:

Die verschiedenen Fasergruppen des M. quadratus lumborum sind in drei Richtungen angeordnet: Die annähernd vertikal verlaufenden Fasern ziehen kranial leicht nach medial, während sie kaudal tendenziell eine Aussenbiegung zu ihrer Ansatzstelle am Becken nehmen. Die diagonal verlaufenden Fasern der iliolumbalen Gruppe setzen oben an den Enden der ersten drei oder vier Querfortsätze und unten an der Crista iliaca, sowie häufig gleichfalls am Lig. iliolumbale an. Die lumbokostalen diagonalen Fasern, sofern vorhanden, setzen oben an der 12. Rippe und unten an den meisten, gelegentlich allen Procc. transversi lumbales an.

Physiologie:

1. Bei einem Individuum in aufrechter Haltung: der M. quadratus lumborum auf der ipsilateralen Seite, Lateralflexion zur gleichen Seite, und auf der kontralateralen Seite, die Lateralflexion mit einer verlängernden Kontraktion abzubremsen
2. die Lendenwirbelsäule über dem Becken stabilisieren
3. die untere Rippe bei der Einatmung und der forcierten Ausatmung (z.B. beim starken Husten) stabilisieren
4. (bilaterale Aktion) Lendenwirbelsäule extendieren

Rücken

Der akute oder chronische, untere Rückenschmerz beim myofaszialen Syndrom des M. quadratus lumborum

Schmerzareal:

diffuser Schmerz im unteren Rücken mit Projektionsschmerz bis zum ISG-Gelenk und Gesäss, Trochanter major und lateralen Oberschenkel, Beckenkammer, Hypogastrium und Leiste; oft ein persistierender, tiefer Ruheschmerz, der sehr von der Körperhaltung abhängig ist (Sitzen, Stehen, Liegen); der Schmerz kann so stark sein, dass der Patient völlig bewegungsunfähig macht (d.h.. der Schmerz kann die Lendenwirbelsäule immobilisieren)

Betroffene Bewegungen:

schmerzhafte Lendenwirbelsäulenextension, -rotation (Drehen) und -lateralflexion in beiden Richtungen; Kombinationsbewegungen: schmerzhafte Aus der Rückenlage auf die eine oder andere Seite zu rollen.

Travell, S. 43: „Nach dem Aufwachen müssen die Patienten manchmal auf Händen und Knien kann Höllenqualen bedeuten. Sich aus der Rückenlage oder aus einem Sessel ohne Unterstützung der Arme zu erheben ist schwierig, manchmal sogar unmöglich.“ „Patienten mit chronischen Schmerzen aufgrund aktiver Triggerpunkte im M. quadratus lumborum berichten über einen Verlust von Vitalität und Ausdauer, da es sie viel Energie kostet, die Schmerzen bewusst und unbewusst zu unterdrücken und trotzdem noch aktiv zu bleiben. In diesen Fällen ist der Behandlungserfolg an einer Zunahme von Energie und Aktivität abzulesen.“

„Die Patienten suchen Linderung in Rücken- oder Seitenlage. Sie stellen fest, dass der Winkel, in dem die Hüften im Verhältnis zur Lendenwirbelsäule teilweise vom Gewicht des Oberkörpers entlasten. Der Patient drückt dazu die Arme auf die Armlehne eines Sessels, oder er stützt die Hände in die Hüften, drückt nach unten und verschafft sich somit zeitweilige Schmerzlinderung.“

Auch durch Zusammendrücken oder Kneifen der Haut unmittelbar über dem quadratus lumborum ist vorübergehende Erleichterung zu erzielen.“

auslösende, verschlechternde und perpetuierende Faktoren:
schwache Abdominalmuskulatur

strukturelle Mängel, inkl. Beinlängendifferenz, zu kleine Beckenhälfte, kurze Oberarme, kurze erster langer zweiter Metatarsalknochen

Fehlhaltung inkl. ruckartige oder wiederholte Bewegungen
wiederholte Kontraktion des Muskels

Immobilisation vor allem in Lumbalextension, Lateralflexion, Huftlevation oder verlängerte Dehnung in Lumbalflexion, -lateralflexion und -rotation; z.B. bei Tätigkeiten wie Gartenarbeit, Wischen von Fußböden, Heben von Zementsteinen oder durch Gehen und Laufen auf unebenen Flächen (z.B. am Strand oder auf einer gewölbten Strasse)

allgemeiner Stress und Anspannung, Infekte, andere mechanische Faktoren z.B. Husten, Niesen, Intramuskuläre Injektion, Trauma z.B. Verkehrsunfall

Untersuchung:

schmerzhafte aktive (und mit Widerstand) Lendenwirbelsäulextension und -lateralflexion in die gleiche Richtung (Kontraktion) und mit Widerstand, Schmerz bei aktiver oder passiver Lumbalflexion und -lateralflexion in die beiden Richtungen (Kontraktion und Dehnung);
Palpation in der Seitenlage (das obere Bein wird posterior und inferior gezogen, der Arm über den Kopf gesteckt): Druckdolente Stellen befinden sich am Rand des Beckenkammers und auf Höhe L 1, 2 und 3; keine neurologischen Zeichen, keine radiologische Befunde

Akupunktur:

Fernpunkte:

1. ipsilateral B 2 zǎn zhú
2. ipsilateral B 40 wěi zhōng
3. kontralateral LU 5 chǐ zé
4. ipsilateral GB 34 yáng líng quán

Lokalpunkte:

Triggerpunkte oder Lokalpunkte im M. quadratus lumborum, M-BW 24 yāo yǎn (Seitenlage)

präventativ: Haltungskorrekturen

Arzneimitteltherapie

Die Grundlagen der Arzneimitteltherapie

- Klassische Rezepturen
- Haupteinzelarzneien
- Arzneikombinationen

Tagesdosierung einer Rezeptur

Hoch, ..., und (dann) runter!

Seelische Beschwerden

Diagnose

Eine wirksame Arzneimittelbehandlung basiert auf einer präzisen Diagnose!

Submuster:

blockiertes, ruheloses, geschwächtes, benebeltes Shen

Therapeutisches Ziel:

Die Behandlung zielt auf eine Veränderung von Verhaltensmustern und auf die Einstellungen des Patienten.

Blockiertes Shen

Ursache: „Stagnation“

Zangfu-Muster:

Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Herz-Qi-Stagnation oder Herz- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Leber-Blut-Stase: blockiertes Shen, Leber-Qi-Stagnation und Herz-Schleim-Feuer: blockiertes Shen, Herz-Qi-Stagnation oder Herz- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Lungen-Qi-Stagnation oder Lungen- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Lungen-Qi-Stagnation oder Lungen- und Herz-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Herz-Qi-Stagnation oder Herz- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Herz-Qi-Stagnation oder Herz- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Nahrungsstagnation und Qi-Stagnation im Magen beeinträchtigen das Herz, Herz-Qi-Stagnation: blockiertes Shen, Leber-Blut-Stase: blockiertes Shen, Herz-Blut-Stase: blockiertes Shen, Herz-Schleim-Kälte: blockiertes Shen

Blockiertes Shen: Schlüsselmanifestationen

- die Unfähigkeit, die Emotionen auszudrücken (oder überhaupt zu wissen, wie es einem emotionell geht)
- geistige Müdigkeit oder Antriebslosigkeit, Lustlosigkeit
- Beklemmungsgefühl
- kaum Schlafschwierigkeiten

Blockiertes Shen-Submuster

emotionale und mentale Beschwerden oder Tendenzen, in leichter Form die Unfähigkeit, Emotionen auszudrücken, unterdrückte Emotionen, Depression, Besorgtheit, Trauer, Sorge, Grübeln, bedrängende Gedanken, unklares, benebeltes oder langsames Denken, verlangsamtes Reden, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit oder Gedächtnisstörung, Somnolenz, Stress oder psychisch bedingte, akute Insomnie, bei schweren Formen extreme Depression, manisch-depressive Erkrankung, Psychosen, chronische Insomnie, ausdruckslose Miene; möglicherweise Müdigkeit

oder Antriebslosigkeit v.a. am Morgen, verbessert durch Aktivität oder Bewegung, verstärkt durch Inaktivität oder Stress und emotionale Faktoren

Ruheloses Shen

Ursache: „Hitze“ (oder aufsteigendes Leber-Yang)

Zangfu-Muster:

Leber-Feuer: ruheloses Shen, Leber-Qi-Stagnation und stagniertes Feuer: ruheloses Shen (Leber attackiert Milz), Leber- und Herz-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, aufsteigendes Leber-Yang: ruheloses Shen, Herz- und Leber-Feuer: ruheloses Shen, Herz-, Leber- und Nieren-Yin-Leere und aufsteigendes Leber-Yang: ruheloses Shen, Herz-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Leber-Feuer: ruheloses Shen, Herz-, Leber- und Nieren-Yin-Leere und aufsteigendes Leber-Yang: ruheloses Shen, Herz-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Leber- und Herz-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz-Schleim-Feuer: ruheloses Shen und, Magen-, Gallenblasen- und Herz-Schleim-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz-, Leber- und Nieren-Yin-Leere und aufsteigendes Leber-Yang: ruheloses Shen, Leber- und Herz-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz-Feuer: ruheloses Shen, Herz-Schleim-Feuer: ruheloses Shen, Magen-, Gallenblasen- und Herz-Schleim-Feuer: ruheloses Shen, Leber-Qi-Stagnation und stagniertes Feuer: ruheloses Shen (Leber attackiert Milz), Herz-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Leber-Feuer: ruheloses Shen, Dünndarm- und Herz-Feuer: ruheloses Shen, Herz-Schleim-Feuer oder Herz-, Gallenblasen- und Magen-Schleim-Feuer: ruheloses Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen, Herz-, Leber- und Nieren-Yin-Leere und aufsteigendes Leber-Yang: ruheloses Shen, Leber- und Herz-Yin-Leere-Feuer: ruheloses Shen

Ruheloses Shen: Schlüsselmanifestationen

- ausgedrückter Zorn, Wutausbrüche, Ungeduld, Ärger, Aufregung, Aggression oder aggressives Verhalten („emotionale Explosionen“)
- innere Unruhe, Rastlosigkeit, Reizbarkeit
- Schlafschwierigkeiten

Ruheloses Shen-Submuster

emotionale und mentale Beschwerden oder Tendenzen, in leichter Form Depression, Rastlosigkeit, innere Unruhe, Wut oder Zorn, Ungeduld, Nervosität, Angst, Panikattacken, Desorientierung, geistige Verwirrung, Vergesslichkeit oder Gedächtnisstörung, chronische Insomnie, Traum gestörter Schlaf, Alpträume, bei schweren Formen extreme Depression, manisch-depressive Erkrankung, Psychosen, anormales aggressives Verhalten, agitierter Zustand, ständiges Reden, Schreien, ausgeprägte Wut- oder Zornausbrüche, chronische, hartnäckige Insomnie, unkontrolliertes Lachen oder Weinen, Selbstgespräche, unzusammenhängendes Sprechen, ausdrucksloses Gesicht

Geschwächtes Shen

Ursache: „Leere“

Zangfu-Muster:

Leber-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Leber-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Qi- und Blut-Leere: geschwächtes Shen oder Milz-Qi- und Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Yin-Leere:

geschwächtes Shen, Herz-Qi- und Yin-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Qi-, Blut- und Yin-Leere:
geschwächtes Shen, Lungen- und Herz-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Yin-
Leere: geschwächtes Shen, Herz-Blut- und Yin-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi-
Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi- und -Blut-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und
Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Herz-,
Milz- und Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Blut-
Leere: geschwächtes Shen, Herz-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Herz-Qi und Yin-Leere:
geschwächtes Shen, Herz-Qi-, Blut- und Yin-Leere: geschwächtes Shen, Lungen- und Herz-Qi-
Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Qi-
Leere: geschwächtes Shen, Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Gallenblasen-
und Herz-Qi-Leere, Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Lungen- und Herz-Yin-Leere:
geschwächtes Shen, Lungen- und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Yin-
Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Ruhelose
Organerkrankung zāng zào: Milz-Qi-Leere und Leber-Qi-Stagnation, Herz-Yin-Leere:
geschwächtes Shen, Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Nieren-Qi-Leere:
geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Gallenblasen- und Herz-Qi-
Leere, Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und
Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Herz-,
Milz- und Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen, Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Lungen-
und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen,
Herz- und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Nieren-Jing-Leere (Mark-Leere): geschwächtes
Shen, Milz- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Lungen- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes
Shen, Milz- und Herz-Qi- und Blut-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Nieren-Yang-Leere:
geschwächtes Shen, Lungen- und Herz-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Lungen- und Nieren-Yin-
Leere: geschwächtes Shen, Herz-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere:
geschwächtes Shen, Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere, Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Herz-
Blut-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi- und Blut-Leere: geschwächtes Shen, Leber-
und Herz-Blut-Leere: geschwächtes Shen, Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen /
Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Nieren-Qi-Leere, Herz-Yin-Leere:
geschwächtes Shen, Herz- und Nieren-Yin-Leere: geschwächtes Shen, Leber- und Nieren-Yin-
Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Herz-Qi- und -
Blut-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen, Milz- und Nieren-
Yang-Leere: geschwächtes Shen, Herz-, Milz- und Nieren-Yang-Leere: geschwächtes Shen

Geschwächtes Shen: Schlüsselmanifestationen

- milde Ausdrücke der Emotionen
- leichte innere Unruhe
- oft unklares Denken, Benommenheit, geistige Verwirrung
- oft Vergesslichkeit bzw. Gedächtnisstörungen und Konzentrationsschwäche
- oft Schlafschwierigkeiten (aber nicht immer störend)

Geschwächtes Shen-Submuster

emotionale und mentale Beschwerden oder Tendenzen, in leichter Form Apathie, leichte Depression, leichte Nervosität, leichte innere Unruhe oder Besorgnis, Angst, Ängstlichkeit, Schüchternheit, Schreckhaftigkeit, gelegentlich Panikattacken, fehlende Willenskraft, Desorientierung, geistige Verwirrung, unklares, benebeltes oder langsames Denken, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit oder Gedächtnisstörung, schlechter Schlaf oder Tendenz zur Insomnie

Benebeltes Shen

Ursache: „Schleim" oder "Yang-Kollaps"

Zangfu-Muster:

Herz-Schleim-Muster, Herz-Yang-Kollaps

Benebeltes Shen: Schlüsselmanifestationen

- geistige Absenzen bzw. Abwesenheiten, Stupor, Bewusstlosigkeit oder Koma

Benebeltes Shen-Submuster

geistige Verwirrung, Desorientierung, Stupor, Bewusstlosigkeit oder Koma

Blockiertes Shen: Einzelarzneien

Herz-Shen-Funktion aktivieren

- blockiertes Shen behandeln

Acori tatarinowii Rhizoma shí chāng pú [Si] ■■■■

Albiziae Cortex hé huān pí [Sh] ■■■■

Albiziae Flos hé huān huā [Sh] ■■■■

Curcumae Radix yù jīn [BS] ■■■■

Cyperi Rhizoma xiāng fù [QS] ■■■■

Polygalae Radix yuǎn zhì [Sh] ■■■■

Salviae miltiorrhizae Radix dān shēn [BS] ■■■■

Bambusae Caulis in taeniam zhú rú [Sch] ■■

Poriae Sclerotium paradiscis fú shén [Sh] ■■

Poria fú líng [Fd] ■

Blockiertes Shen: Rezeptur

chái hú shū gān sǎn - Psyche 1

12%/9G Bupleuri Radix in Reissessig gebraten cù chǎo chái hú

12%/9G Cyperi Rhizoma in Reissessig gebraten cù chǎo xiāng fù

8%/6G Aurantii Fructus unverarbeitet shēng zhǐ ké / zhǐ qiào

12%/9G Paeoniae Radix alba in Alkohol gebraten jiǔ zhì bái sháo oder Paeoniae Radix alba in Reissessig gebraten cù chǎo bái sháo

8%/6G Chuanxiong Rhizoma in Alkohol gebraten jiǔ zhì chuān xiōng

8%/6G Citri reticulatae Pericarpium gebraten chǎo chén pí oder gebraten bis gelb chǎo huáng chén pí

8%/6G Glycyrrhizae Radix in Honig gebraten zhì oder mì zhì gān cǎo

12%/9G Albiziae Cortex unverarbeitet shēng hé huān pí

12%/9G Ziziphi spinosae Semen gebraten (nicht bis trocken) chǎo suān zǎo rén

8%/6G Polygalae Radix in Glycyrrhizae Radix in gekocht und gebraten gān cǎo zhì yuǎn zhì oder in Honig gebraten mì zhì yuǎn zhì

Hauptwirkung:

Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen

Herz-Qi-Stagnation oder Herz- und Leber-Qi-Stagnation: blockiertes Shen

Schlüsselindikationen:

psychische Beschwerden, inkl. Stimmungsschwankungen, unterdrückte Wut oder nicht

ausgedrückter Zorn, Frustration, Beklemmungsgefühl, Depression, geistige Müdigkeit oder Antriebslosigkeit, Lustlosigkeit, Traurigkeit, Kummer, Melancholie, Schwermut, Schock oder Furcht, Ängstlichkeit, Schüchternheit, Schreckhaftigkeit, kurzzeitige Schlafschwierigkeiten, Insomnie, inkl. Einschlaf- und Durchschlafschwierigkeiten v.a. früh erwacht; psychisch bedingter Schmerz im Thorax (Beklemmungsgefühl)

Ruheloses Shen: Einzelarzneien

Herz-Shen-Funktion aktivieren

•ruheloses Shen behandeln

Cinnabaris zhū shā [Sh] ■■■

Coptidis Rhizoma huáng lián [FH] ■■■

Gardeniae Fructus zhī zǐ [HF] ■■■

Ostreae Concha mǔ lì [LY] ■■■

Bambusae Caulis in taeniam zhú rú [Sch] ■■

Fluoritum zǐ shí yīng ■■

Gentianae Radix lóng dǎn cǎo [FH] ■■

Lilii Bulbus bǎi hé ■■

Lophateri Herba dàn zhú yè [HF] ■■

Magnetitum cí shí [Sh] ■■

Margaritiferae Concha usta zhēn zhū mǔ [LY] ■■

Mauritiae/Cypraeae Concha zǐ bèi chǐ [LY] ■■

Nelumbinis Plumula lián zǐ xīn [HF] ■■

Nelumbinis Semen lián zǐ [Ad] ■■

Poriae Sclerotium paradisis fú shén ■■

Rehmanniae Radix shēng dì huáng [HB] ■■

Scutellariae Radix huáng qín [FH] ■■

Succinum hǔ pò [Sh] ■■

Testudinis Plastrum guī bǎn [Yi] ■■

Asparagi Radix tiān mén dōng [Yi] ■

Poria fú líng [Fd] ■

Ruheloses Shen: Rezeptur

dān zhī xiāo yáo sǎn / jiā wèi xiāo yáo sǎn - Psyche 1

8%/9G Bupleuri Radix in Reisessig gebraten cù chǎo chái hú

8%/9G Angelicae sinensis Radix unverarbeitet shēng dāng guī

8%/9G Paeoniae Radix alba in Alkohol gebraten jiǔ zhì bái sháo oder in Reisessig gebraten cù chǎo bái sháo

8%/9G Atractylodis macrocephalae Rhizoma trocken gebraten chǎo bái zhú

8%/9G Poria unverarbeitet shēng fú líng

5%/6G Glycyrrhizae Radix in Honig gebraten zhì oder mì zhì gān cǎo

3%/3G Menthae haplocalycis Herba unverarbeitet shēng bò hé

3%/3G Zingiberis Rhizoma recens unverarbeitet shēng jiāng

8%/9G Moutan Cortex unverarbeitet shēng mǔ dān pí

5%/6G Gardeniae Fructus unverarbeitet shēng zhī zǐ

15%/18G Ziziphi spinosae Semen unverarbeitet shēng suān zǎo rén

25%/30G Polygoni multiflori Caulis unverarbeitet shēng yè jiāo téng

Hauptwirkung:

Leber-Qi-Stagnation und stagniertes Feuer und Milz-Qi- und Blut-Leere
Leber-Qi-Stagnation und stagniertes Feuer attackiert Milz
Leber-Qi-Stagnation und stagniertes Feuer: ruheloses Shen

Schlüsselindikationen:

psychische Beschwerden, inkl. ausgedrückter Zorn, Wutausbrüche, Stimmungsschwankungen, Ärger, Aufregung, Aggression, Reizbarkeit, Insomnie v.a. Durchschlafschwierigkeiten, Alpträume; psychische bedingte Beschwerden z.B. Diarrhoe

Geschwächtes Shen: Einzelarzneien

Herz-Shen-Funktion aktivieren

•geschwächtes Shen behandeln

Fossilia Osis Mastodi lóng gǔ [Sh] ■■■■

Ziziphi spinosae Semen suān zǎo rén [Sh] ■■■■

Polygalae Radix yuǎn zhì [Sh] ■■■■

Acori tatarinowii Rhizoma shí chāng pú [Si] ■■■■

Polygoni multiflori Caulis yè jiāo téng [Sh] ■■■■

Cinnabaris zhū shā [Sh] ■■■■

Fossilia Dentis Mastodi lóng chǐ [Sh] ■■■■

Rehmanniae Radix shēng dì huáng [HB] ■■

Scrophulariae Radix xuán shēn [HB] ■■

Ophiopogonis Radix mài mén dōng [Yi] ■■

Poriae Sclerotium paradiscis fú shén [Sh] ■■

Schisandrae Fructus wǔ wèi zǐ [Ad] ■■

Albiziae Cortex hé huān pí [Sh] ■■

Platycladi (Biotae) Semen bǎi zǐ rén [Sh] ■■

Margarita zhēn zhū [LY] ■■

Fluoritum zǐ shí yīng [Sh] ■■

Tritici Fructus xiǎo mài [Sh] ■■

Lilii Bulbus bǎi hé [Yi] ■■

Poria fú líng [Fd] ■

Ginseng Radix rén shēn [QS] ■

Asini Corii Colla ē jiāo [B] ■

Longan Arillus lóng yǎn ròu [B] ■

Pseudostellariae Radix tài zǐ shēn [QS] ■

Mori Fructus sāng shèn [Yi] ■

Jujube Fructus dà zǎo [QS] ■

Codonopsis Radix dǎng shēn [QS] ■

Geschwächtes Shen: Rezeptur

dìng zhì wán - Psyche 2

13%/9G Ginseng Radix unverarbeitet shēng rén shēn oder shēng shāi shēn

8%/6G Poria unverarbeitet shēng fú líng

8%/6G Acori tatarinowii Rhizoma unverarbeitet shēng shí chāng pú

8%/6G Polygalae Radix in Glycyrrhizae Radix in gekocht und gebraten gān cǎo zhì yuǎn zhì oder in Honig gebraten mì zhì yuǎn zhì

21%/15G Ziziphi spinosae Semen gebraten (nicht bis trocken) chǎo suān zǎo rén

42%/30G Polygoni multiflori Caulis unverarbeitet shēng yè jiāo téng

Hauptwirkung:

Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere: geschwächtes Shen

Gallenblasen- und Herz-Qi-Leere, Nieren-Qi-Leere: geschwächtes Shen

Schlüsselindikationen:

psychische Beschwerden, inkl. Nachdenklichkeit oder übermässiges Denken, kreisende Gedanken, Grübeln, Sorge, Traurigkeit, Kummer, Melancholie, Schwermut, Depression, Apathie, Schock oder Furcht, Angst, Ängstlichkeit, Schüchternheit, Schreckhaftigkeit, Mutlosigkeit, Unentschlossenheit, Vergesslichkeit oder Gedächtnisstörungen, Konzentrationsschwäche beim Lernen, leichte geistige Verwirrung, Durchschlafschwierigkeiten oder häufiges Aufwachen während der Nacht, Erwachen früh am Morgen mit Schwierigkeiten, wieder einzuschlafen

Benebeltes Shen: Einzelarzneien

Herz-Shen-Funktion aktivieren

•benebeltes Shen behandeln

Bambusae Succus zhú lì [Sch] ■■■

Borneolum naturalis oder syntheticum bīng piàn [Si] ■■■

Bovis Calculus niú huáng [TH] ■■■

Cinnabaris zhū shā [Sh] ■■■

Gledisiae Fructus zào jiá [Si] ■■■

Moschus shè xiāng [Si] ■■■

Styrax sū hé xiāng [Si] ■■■

Acori tatarinowii Rhizoma shí chāng pú [Si] ■■

Polygalae Radix yuǎn zhì [Sh] ■■

Bambusae Caulis in taeniam zhú rú [Sch] ■

Curcumae Radix yù jīn [BS] ■

Benebeltes Shen: Rezeptur

dí tán tāng

17%/9G Pinelliae Rhizoma mit Glycyrrhizae Radix gān cǎo in Kalkwasser shí hǔi shuǐ eingeweicht fā bàn xià

11%/6G Citri reticulatae Pericarpium gebraten chǎo chén pí oder gebraten bis gelb chǎo huáng chén pí

11%/6G Poria unverarbeitet shēng fú líng

11%/6G Aurantii Fructus immaturus unverarbeitet shēng zhǐ shí

11%/6G Bambusae Caulis in taeniam unverarbeitet shēng zhú rú

11%/6G Arisaema cum Bile dǎn nán xīng

11%/6G Acori tatarinowii Rhizoma unverarbeitet shēng shí chāng pú

11%/6G Ginseng Radix unverarbeitet shēng rén shēn oder shēng shāi shēn

6%/3G Glycyrrhizae Radix unverarbeitet shēng gān cǎo

Hauptwirkung:

Herz-Schleim-Kälte: benebeltes Shen oder Schleim-Kälte benebelt das Herz

Herz-Schleim-Feuer: benebeltes Shen

Schlüsselindikationen:

psychische Beschwerden, inkl. unklares, benebeltes oder langsames Denken, geistige Verwirrung