

# Zhao Zhongzhen

## Kräuterrezepturen leicht lernen

Leseprobe

[Kräuterrezepturen leicht lernen](#)

von [Zhao Zhongzhen](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b4114>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Einleitung</b>                                                                                                          |           |
| <b>1 Rezepturen und Therapiestrategien .....</b>                                                                           | <b>2</b>  |
| 1.1 Die Beziehung zwischen Rezepturen und Therapiestrategien .....                                                         | 2         |
| 1.2 Häufig angewandte Therapiestrategien.....                                                                              | 3         |
| Die acht Therapiestrategien in der chinesischen Medizin.....                                                               | 3         |
| <b>2 Klassifizierung der Rezepturen.....</b>                                                                               | <b>4</b>  |
| <b>3 Rezepturbestandteile .....</b>                                                                                        | <b>5</b>  |
| 3.1 Prinzipien der Rezepturzusammenstellung.....                                                                           | 5         |
| 3.2 Modifikationen .....                                                                                                   | 6         |
| <b>4 Zubereitungsformen.....</b>                                                                                           | <b>7</b>  |
| <b>5 Koch- und Einnahmemethoden .....</b>                                                                                  | <b>9</b>  |
| 5.1 Kochmethoden .....                                                                                                     | 9         |
| 5.2 Einnahmemethoden .....                                                                                                 | 10        |
| Exkurs 1 Maßeinheiten der Dosierung.....                                                                                   | 11        |
| Exkurs 2 Erkrankungen und Nahrungsmittel.....                                                                              | 12        |
| Exkurs 3 Arzneien und Nahrungsmittel.....                                                                                  | 13        |
| <br>                                                                                                                       |           |
| <b>Die Rezepturen</b>                                                                                                      |           |
| <b>6 Die Oberfläche befreiende Rezepturen.....</b>                                                                         | <b>15</b> |
| Ephedra-Dekokt ( <i>Mahnung lang</i> ).....                                                                                | 16        |
| Ra. Cinnamomi-Dekokt ( <i>Guizhi lang</i> ).....                                                                           | 17        |
| Kleines Blaugrüner-Drachen-Dekokt ( <i>Xiaoqinglongtang</i> ).....                                                         | 18        |
| Neu ergänzter Elsholtzia-Trank ( <i>Xinjia xiangru yin</i> ).....                                                          | 19        |
| Lonicera- und Forsythia-Pulver ( <i>Yinqiao san</i> ).....                                                                 | 20        |
| Fo. Mori- und Fl. Chrysanthemi-Trank ( <i>Sangjuyin</i> ) .....                                                            | 21        |
| Dekokt mit Hb. Ephedrae, Sm. Pruni Armeniacae, Rx. Glycyrrhizae<br>und Gypsum Fibrosum ( <i>Ma xmggflH s/i lang</i> )..... |           |
| Wiederherstellungspulver ( <i>Zaizao san</i> ) .....                                                                       | 23        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Rezepturen,<br>die die Oberfläche befreien .....                                     | 24        |
| Kurze Zusammenfassung von Rezepturen,<br>die die Oberfläche befreien .....                                                 | 25        |

|          |                                                                                       |           |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>7</b> | <b>Ableitende Rezepturen .....</b>                                                    | <b>28</b> |
|          | Größeres Dekokt, das das Qi ordnet ( <i>Da chengqi lang</i> ) .....                   | 29        |
|          | Drei Rezepturen, die das Qi ordnen, im Vergleich .....                                | 30        |
|          | Dekokt, das die Milz wärmt ( <i>Wenpitang</i> ) .....                                 | 31        |
|          | Sm. Cannabis-Pille ( <i>Maziren van</i> ) .....                                       | 32        |
|          | Fünf-Samen-Pille ( <i>Wuren van</i> ) .....                                           | 33        |
|          | Neu ergänztes Gelber-Drachen-Dekokt ( <i>Xinjia huanglong fang</i> ) .....            | 34        |
|          | Diagnoseabhängige Differenzierung der ableitenden Rezepturen .....                    | 35        |
|          | Kurze Zusammenfassung von ableitenden Rezepturen .....                                | 36        |
| <b>8</b> | <b>Harmonisierende Rezepturen.....</b>                                                | <b>39</b> |
|          | Kleines Bupleurum-Dekokt ( <i>Xiao chaihu lang</i> ) .....                            | 40        |
|          | Kalte-Extremitäten-Pulver ( <i>Sini san</i> ) .....                                   | 41        |
|          | Umherstreifen-Pulver ( <i>Xiaoyao san</i> ) .....                                     | 42        |
|          | Pinellia-Dekokt, das das Epigastrium abfließen lässt ( <i>Banxia xiexin lang</i> ) .. | 43        |
|          | Größeres Bupleurum-Dekokt ( <i>Da chaihu lang</i> ) .....                             | 44        |
|          | Diagnoseabhängige Differenzierung der harmonisierenden Rezepturen. .                  | 45        |
|          | Kurze Zusammenfassung von harmonisierenden Rezepturen .....                           | 46        |
| <b>9</b> | <b>Hitze klärende Rezepturen.....</b>                                                 | <b>49</b> |
|          | Weißer-Tiger-Dekokt ( <i>Baihu lang</i> ) .....                                       | 50        |
|          | Dekokt zum Klären des <i>Ying</i> -Stadiums ( <i>Qingying lang</i> ) .....            | 51        |
|          | Dekokt mit Cornu Rhinoceri und <i>Rehmannia</i> ( <i>Xijiao dihuang tang</i> ) .....  | 52        |
|          | Universeller Entgiftungstrank ( <i>Fuji xiaodu yin</i> ) .....                        | 53        |
|          | Rx. Gentiana-Dekokt, das die Leber entlastet ( <i>Longdan xiegan lang</i> ) .....     | 54        |
|          | Linke-Metall-Pille ( <i>Zuojin van</i> ) .....                                        | 55        |
|          | Das Gelbe ableitendes Pulver ( <i>Xiehuang san</i> ) .....                            | 56        |
|          | Den Magen klärendes Pulver ( <i>Qingweisan</i> ) .....                                | 57        |
|          | Das Weiße ableitendes Pulver ( <i>Xiebai san</i> ) .....                              | 58        |
|          | Paeonia-Dekokt ( <i>Shaoyao lang</i> ) .....                                          | 59        |
|          | Pulsatilla-Dekokt ( <i>Baitouweng fang</i> ) .....                                    | 60        |
|          | Sechs-zu-Eins-Pulver ( <i>Liuji'saHj</i> ) .....                                      | 61        |
|          | Dekokt, das Sommerhitze klärt und Qi stärkt ( <i>Qingshu yiqi lang</i> ) .....        | 62        |
|          | Dekokt mit <i>Artemisia Annu</i> und <i>Amyda</i> ( <i>Qinghao bieji lang</i> ) ..... | 63        |
|          | Diagnoseabhängige Differenzierung der Hitze klärenden Rezepturen . . .                | 64        |
|          | Kurze Zusammenfassung von Hitze klärenden Rezepturen .....                            | 65        |

|                                                                                                         |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>10 Das Innere wärmende Rezepturen.....</b>                                                           | <b>70</b> |
| Die Mitte regulierende Pille ( <i>Lizhongwan</i> ).....                                                 | 71        |
| Kleines Dekokt, das die Mitte aufbaut ( <i>Xiao jianzhong tang</i> ).....                               | 72        |
| Größeres Dekokt, das die Mitte aufbaut ( <i>Da jianzhong lang</i> ).....                                | 73        |
| Evodia-Dekokt ( <i>Wuzhuyu lang</i> ).....                                                              | 74        |
| Kalte-Extremitäten-Dekokt ( <i>Sini tang</i> ).....                                                     | 75        |
| Dekokt, das Yang in Notfallsituationen wiederherstellt<br>( <i>Huiyangjiuni tang</i> ).....             | 76        |
| Kalte-Extremitäten-Dekokt mit Angelica Sinensis ( <i>Danggui sini tang</i> ) . . . .                    | 77        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der das Innere<br>wärmenden Rezepturen .....                          | 78        |
| Kurze Zusammenfassung von das Innere wärmenden Rezepturen .....                                         | 79        |
| <b>11 Stärkende Rezepturen .....</b>                                                                    | <b>82</b> |
| Dekokt der vier Edlen ( <i>Sijunzi tang</i> ).....                                                      | 83        |
| Ginseng-, Poria- und Atractylodis-Pulver ( <i>Shenlingbaizhusan</i> ).....                              | 84        |
| Dekokt, das die Mitte Ionisiert und das Qi stärkt ( <i>Buzhongyiqi tang</i> ).....                      | 85        |
| fade-Windschutz-Pulver ( <i>Yu pingfeng san</i> ).....                                                  | 86        |
| Puls erzeugendes Pulver ( <i>Shengmai san</i> ) .....                                                   | 87        |
| Vier-Arzneien-Dekokt ( <i>Siwu tang</i> ) .....                                                         | 88        |
| Vergleichende Übersicht über die fünf berühmten,<br>stark Ionisierenden und stärkenden Rezepturen ..... | 89        |
| Dekokt, das in den Funktionskreis Milz einfließt ( <i>Guipi tang</i> ).....                             | 90        |
| Dekokt mit Angelica Sinensis zur Ionisierung des Blutes<br>( <i>Danggui buxue tang</i> ).....           | 91        |
| Rehmannia-Pille mit sechs Bestandteilen ( <i>Liuweidihuangwan</i> ).....                                | 92        |
| Vergleichende Übersicht über die Rezepturvarianten von<br>Rehmannia und sechs Bestandteilen .....       | 93        |
| Pille, die nach links geht ( <i>Zuogui wan</i> ) .....                                                  | 94        |
| Dekokt mit geröstetem Rx. Glycyrrhizae ( <i>Zhigancao tang</i> ).....                                   | 95        |
| Verbindungsdekokt ( <i>Yiguan jian</i> ).....                                                           | 96        |
| Nieren-Qi-Pille ( <i>Shenqi wan</i> ).....                                                              | 97        |
| Pille, die nach rechts geht ( <i>Yougui wan</i> ) .....                                                 | 98        |
| Rehmannia-Trank ( <i>Dihuangyinzi</i> ) .....                                                           | 99        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der stärkenden Rezepturen .....                                       | 100       |
| Kurze Zusammenfassung von stärkenden Rezepturen.....                                                    | 102       |

|                                                                                                 |            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>12 Festigende und adstringierende Rezepturen.....</b>                                        | <b>109</b> |
| Ostrea-Pulver(M««isflHJ.....                                                                    | 110        |
| Pulver der neun Unsterblichen ( <i>Jiuxian san</i> ).....                                       | 111        |
| Vier-Wunder-Pille ( <i>Sishen wan</i> ).....                                                    | 112        |
| Pille des goldenen Schlosses zur Festigung der Essenz<br>( <i>Jinsuo gujing wan</i> ).....      | 113        |
| Pulver mit Ootheca Mantidis ( <i>Sangpiaoxiao san</i> ).....                                    | 114        |
| Dekokt, das den Chong-Meridian festigt ( <i>Guchong tang</i> ).....                             | 115        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der festigenden und<br>adstringierenden Rezepturen.....       | 116        |
| Kurze Zusammenfassung von festigenden und<br>adstringierenden Rezepturen.....                   | 117        |
| <b>13 shen beruhigende Rezepturen .....</b>                                                     | <b>120</b> |
| Beruhigende Cinnabaris-Pille ( <i>Zhusha anshen wan</i> ).....                                  | 121        |
| Pille des Himmelskönigs zur Ionisierung des Herzens<br>( <i>Tianwangbuxindan</i> ).....         | 122        |
| Zizyphus-Spinosa-Dekokt ( <i>Suanzaoren tang</i> ).....                                         | 123        |
| Dekokt mit Glycyrrhiza, Triticum und Jujuba ( <i>Gan mal dazao lang</i> ).....                  | 124        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der shen beruhigenden Rezepturen . .                          | 125        |
| Kurze Zusammenfassung von shen beruhigenden Rezepturen .....                                    | 126        |
| <b>14 Die Körperöffnungen öffnende Rezepturen .....</b>                                         | <b>128</b> |
| Friedenspalast-Pille mit Calculus Bovis ( <i>Angong niuhuang wan</i> ).....                     | 129        |
| Vergleichende Übersicht über drei Rezepturen<br>(„Drei Schätze“), die kühl öffnen .....         | 130        |
| <i>Styrax-Pille (Suhexiang wan)</i> .....                                                       | 131        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Körperöffnungen<br>öffnenden Rezepturen .....             | 132        |
| Kurze Zusammenfassung von die Körperöffnungen<br>öffnenden Rezepturen .....                     | 133        |
| <b>15 Qi in die richtigen Bahnen lenkende Rezepturen.....</b>                                   | <b>136</b> |
| Pille, die das Gekrümmte überwindet ( <i>Yueju wan</i> ).....                                   | 137        |
| Pinella- und Magnolia-Dekokt ( <i>Banxia houpo tang</i> ).....                                  | 138        |
| Tiantai-Pulver mit Rx. Linderæ ( <i>Tiantai wuyao san</i> ).....                                | 139        |
| Fr. Perillae-Dekokt, das das Qi nach unten leitet ( <i>Suzijiangqi tang</i> ).....              | 140        |
| Dekokt, das Keuchatmung stabilisiert ( <i>Dingchuan tang</i> ).....                             | 141        |
| Fl. Inulae- und Haematitum-Dekokt ( <i>Xuanfu daizhe tang</i> ) .....                           | 142        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Rezepturen,<br>die Qi in die richtigen Bahnen lenken..... | 143        |
| Kurze Zusammenfassung von Rezepturen,<br>die Qi in die richtigen Bahnen lenken.....             | 144        |

|                                                                                                     |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>16 Blut in die richtigen Bahnen lenkende Rezepturen .....</b>                                    | <b>148</b> |
| Dekokt, das Stasen aus dem Haus des Blutes treibt ( <i>Xuefu zhuyu lang</i> ).....                  | 149        |
| Vergleichende Übersicht über fünf Rezepturen von<br>Wang Qingren, die Stasen vertreiben.....        | 150        |
| Dekokt, das Yang Ionisiert und die Fünf zurückgibt ( <i>Buyanghuanwutang</i> ) . .                  | 151        |
| Sm. Persicae-Dekokt, das das Qi ordnet ( <i>Taohe chengqi fang</i> ).....                           | 152        |
| Pulver des plötzlichen Lachens ( <i>Shixiao san</i> ).....                                          | 153        |
| Zehn-Verkohlte-Pulver ( <i>Shihui san</i> ).....                                                    | 154        |
| Hb. Cephalanoplos-TrankpfiBoj/vmzi) .....                                                           | 155        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Rezepturen,<br>die Blut in die richtigen Bahnen lenken .....  | 156        |
| Kurze Zusammenfassung von Rezepturen,<br>die Blut in die richtigen Bahnen lenken .....              | 157        |
| <b>17 Wind behandelnde Rezepturen .....</b>                                                         | <b>161</b> |
| Rz. Ligustici-Pulver, das mit grünem Tee einzunehmen ist<br>( <i>Chuanxiong chatiao san</i> ) ..... | 162        |
| Großes Rx. Gentianae-Dekokt ( <i>Da qinjiao lang</i> ).....                                         | 163        |
| Dekokt mit Cornu Antelopis und Uncaria ( <i>Lingjiaogoutengtang</i> ) .....                         | 164        |
| Dekokt zur Beruhigung der Leber und Auslöschung von Wind<br>( <i>Zhengan.xifeng lang</i> ).....     | 165        |
| Gastrodia- undUncaria-Trank (Tifl/imagowtengvm) .....                                               | 166        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Wind behandelnden Rezepturen                                  | 167        |
| Kurze Zusammenfassung von Wind behandelnden Rezepturen .....                                        | 168        |
| <b>18 Trockenheit behandelnde Rezepturen .....</b>                                                  | <b>172</b> |
| Pulver mit Sm. Pruni Armeniacae und Fo. Perillae ( <i>Xingsu san</i> ) .....                        | 173        |
| Dekokt, das Yin nährt und die Lunge klärt ( <i>Yangyin qingfei tang</i> ).....                      | 174        |
| Tb. Ophiopogonis-Dekokt ( <i>Maimendong fang</i> ) .....                                            | 175        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Trockenheit<br>behandelnden Rezepturen .....                  | 176        |
| Kurze Zusammenfassung von Trockenheit behandelnden Rezepturen . .                                   | 177        |

|                                                                                                                                             |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>19 Feuchtigkeit beseitigende Rezepturen.....</b>                                                                                         | <b>179</b> |
| Hb. Agastachis-Pulver zur Stärkung des Aufrechten Qi<br>( <i>Huoxiang zhengqi san</i> ).....                                                | 180        |
| Pulver, das den Magen beruhigt ( <i>Piweisai</i> ).....                                                                                     | 181        |
| Dekokt mit Hb. Artemisiae Scopariae ( <i>Yinchenhao lang</i> ).....                                                                         | 182        |
| Acht-Arzneien-Pulver zur Korrektur ( <i>Bazhengsan</i> ).....                                                                               | 183        |
| Fünf-Bestandteile-Pulver mit Sclerotium Poriae CocosH'M/wgsfl«).....                                                                        | 184        |
| Dekokt mit Sclerotium Polypori ( <i>Zhuling tang</i> ).....                                                                                 | 185        |
| Dekokt mit Sclerotium Poriae Cocos, Ra. Cinnamomi, Rz. Atractylodis<br>Macrocephalae und Rx. Glycyrrhizae ( <i>Lingguizhugantang</i> )..... | 186        |
| Dekokt des wahren Kriegers ( <i>Zhenwu tang</i> ).....                                                                                      | 187        |
| Pulver, das die Milz füllt ( <i>Shipisan</i> ).....                                                                                         | 188        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Feuchtigkeit<br>beseitigenden Rezepturen .....                                                        | 189        |
| Kurze Zusammenfassung von Feuchtigkeit beseitigenden Rezepturen . .                                                                         | 190        |
| <b>20 Schleim beseitigende Rezepturen.....</b>                                                                                              | <b>194</b> |
| Dekokt mit zwei gereiften Bestandteilen ( <i>Erchen tang</i> ).....                                                                         | 195        |
| Dekokt, das die Gallenblase wärmt f <i>Wendan tang</i> ).....                                                                               | 196        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung der Schleim<br>beseitigenden Rezepturen .....                                                             | 197        |
| Kurze Zusammenfassung von Schleim beseitigenden Rezepturen.....                                                                             | 198        |
| <b>21 Nahrungsstagnation auflösende Rezepturen .....</b>                                                                                    | <b>202</b> |
| Pille, die die Harmonie bewahrt ( <i>Baohe v/an</i> ).....                                                                                  | 203        |
| Diagnoseabhängige Differenzierung von Nahrungsstagnation<br>auflösenden Rezepturen .....                                                    | 204        |
| Kurze Zusammenfassung von Nahrungsstagnation<br>auflösenden Rezepturen.....                                                                 | 205        |
| <b>22 Parasiten vertreibende Rezepturen .....</b>                                                                                           | <b>207</b> |
| Pille mit Fr. Mume ( <i>Wumei v/an</i> ).....                                                                                               | 208        |
| <b>23 Erbrechen induzierende Rezepturen.....</b>                                                                                            | <b>210</b> |
| Pulver mit Pedicellus Cucumeris (GwuJisaMJ).....                                                                                            | 211        |
| Kurze Zusammenfassung von Parasiten vertreibenden und<br>Erbrechen induzierenden Rezepturen.....                                            | 212        |
| <b>Register Rezepturenübersichten .....</b>                                                                                                 | <b>213</b> |
| <b>Register Rezepturen (Pinyin-Bezeichnung).....</b>                                                                                        | <b>213</b> |
| <b>Register Rezepturen (deutsche Übersetzung) .....</b>                                                                                     | <b>217</b> |



Zhao Zhongzhen

## [Kräuterrezepturen leicht lernen](#)

Die 100 wichtigsten chinesischen  
Kräuterrezepturen in Cartoons

240 Seiten, kart.  
erschienen 2007



Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)