

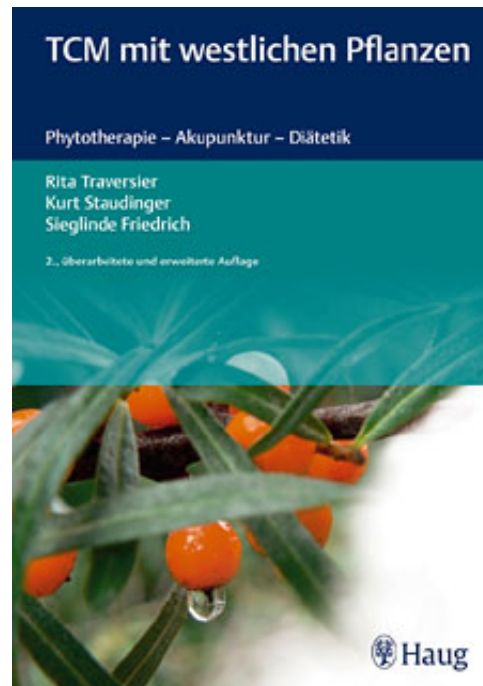
Traversier / Staudinger / Friedrich TCM mit westlichen Pflanzen

Leseprobe

[TCM mit westlichen Pflanzen](#)

von [Traversier / Staudinger / Friedrich](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.de/b11846>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>





4 Element Erde

41	Die Funktionskreise	93
42	Disharmonien von Milz-Pankreas und Magen.....	96

41

Die Funktionskreise

4.1.1 Die Funktionen von Milz-Pankreas und Magen

Milz-Pankreas Pi (Zang-Organ)

Mitte August beginnt die Zeit des Elements Erde. Das im Frühling begonnene Leben ist gewachsen, im Sommer herangereift und nun bereit zur Ernte. Die Leben spendende Erde mit ihren Funktionskreisen Milz-Pankreas und Magen nimmt innerhalb der fünf Wandlungsphasen die zentrale Position ein. Alle anderen Elemente - Holz, Feuer, Metall und Wasser - brauchen die Erde, um überhaupt wirksam werden zu können. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) findet das Pankreas keine explizite Erwähnung, sondern ist im Funktionskreis Milz enthalten. Gemäß dem *Klassiker der Schwierigkeiten* (Nan Jing 1979, Kap.42), ist die Milz von einem halben Pfund an

fettigem Gewebe umgeben, womit das Pankreas gemeint ist. (Da mit der Milz oft auch das Pankreas gemeint ist, sprechen wir von Milz-Pankreas.)

Milz-Pankreas ist das zentrale Organ des Verdauungsprozesses. Es sorgt für die Umwandlung der aufgenommenen Nährstoffe in Nahrungs-Qi und seinen Transport zu den verschiedenen Organsystemen und Körperbereichen. In *Reine Fragen* (Huangdi Neijing 1979, Kap.21) heißt es: „Nahrung betritt den Magen, der verfeinerte Teil geht zur Leber, der Überschuss zu den Sehnen. Nahrung betritt den Magen, der gröbere Anteil geht zum Herzen, der Überschuss zu den Blutgefäßen... Flüssigkeit betritt den Magen..., der obere Teil geht zur Milz, die Milz transportiert die verfeinerte Essenz hinauf zur Lunge.“

Milz-Pankreas transportiert das Nahrungs-Qi (Gu Qi) zu Thorax und Lunge, um dort in Verbindung mit dem Lungen-Qi aus der Atemluft das Sammel-Qi (Zong Qi) zu bilden. Das Sammel-Qi wird mit Hilfe des Ursprungs-Qi in Wahres Qi (Zhen Qi) transformiert. Dieses Wahre Qi nährt

die Organe und fließt in den Leitbahnen. Über die Lunge erreicht das Nahrungs-Qi auch das Herz, wo es mit Unterstützung durch das Nieren- und das Ursprungs-Qi zu Blut umgewandelt wird.

Milz-Pankreas ist nicht nur für Umwandlung und Transport der Nahrungssubstanzen zuständig, sondern trennt auch die aufgenommenen Flüssigkeiten. Den „reinen“ Anteil bewegt es aufwärts zur Lunge, die ihn über die Haut verteilt, den „unreinen“ Anteil schickt es zum Darm, wo er ausgeschieden wird.

Bei einer Störung oder Schwäche von Milz-Pankreas ist die Verdauung in Mitleidenschaft gezogen: Appetitlosigkeit, Blähungen, Distension des Abdomens, Spannungsgefühle, weiche Stühle oder Durchfälle sind die Folge. Zugleich werden die Flüssigkeiten nicht richtig umgewandelt und transportiert und sammeln sich in Form von Nässe und Schleim. Nach Ansicht früherer chinesischer Ärzte lag die Ursache einer Retention ausscheidungspflichtiger Substanzen im Körper mit Ödemen oder Verschleimungen stets in einer Leere von Milz-Pankreas. Heute ist man der Ansicht, dass ein Mangel an Nieren-Essenz mitverantwortlich sein kann für die Ansammlung von Nässe und Schleim.

Milz-Pankreas liebt warme und trockene Nahrung. Das häufige und üppige Konsumieren kalter und roher Nahrungsmittel und die in der westlichen Welt üblichen eisgekühlten Getränke schwächen den Funktionskreis Milz-Pankreas. Ein zügelloses Verschlingen unterschiedlichster Nahrungsmittel kann zu Störungen bei der Trennung der „reinen“ von den „unreinen“ Substanzen führen. Als Folge lagert sich das „Unreine“ ab, der Körper verschlackt und verfettet. Die meisten Stoffwechselkrankheiten haben hier ihre Wurzel.

Milz-Pankreas kontrolliert außerdem das Blut. Es ist nicht nur mitbeteiligt an der Blutbildung; das eigene Qj von Milz-Pankreas sorgt auch dafür, dass das Blut in den Blutgefäßen gehalten wird und richtig zirkuliert. Bei allen Formen der Blutarmut ist daher eine Disharmonie von Milz-Pankreas zu beobachten: Das Blut kann aus den Gefäßen aussickern, und es kommt z.B. zu Blut in Stuhl oder Urin, zu Bluterbrechen, Petechien, Hypermenorrhöe oder Uterusblutungen, die über eine Stärkung der Mitte behandelt werden können.

Eine weitere Funktion von Milz-Pankreas ist es, das „Hebe-Qj“ zu stützen: Es hält die Organe an ihrem Platz und verhindert Senkungen. Bei Yang-Leere von Milz-Pankreas kann es zu Senkungen des Magens, der Gebärmutter, der Nieren, der Blase oder zum Analprolaps kommen.

Milz-Pankreas regiert auch die Muskeln und die Extremitäten. Nach der Nahrungsumwandlung wird das verfeinerte Qj über den ganzen Körper verteilt und speziell zu den Muskeln der Extremitäten gebracht, um sie zu ernähren, zu kräftigen und zu festigen. Ein leeres Qj von Milz-Pankreas zieht einen schwachen Muskeltonus mit kraftlosen Armen und Beinen und Müdigkeit und sogar Muskelatrophien nach sich.

Die Lippen und der Mund haben einen starken funktionellen Bezug zu den Funktionskreisen des Elements Erde. Hier gelangt die Nahrung in den Körper und wird für Magen und Milz-Pankreas vorbereitet: Milz-Pankreas öffnet sich in den Mund und manifestiert sich in den Lippen. Mit einem gut funktionierenden Qj von Milz-Pankreas kann der Mund die fünf Geschmacksrichtungen unterscheiden, die Lippen sind rosig und leicht feucht. Schwächezeichen sind trockene und blasse Lippen, ein fehlender Appetit und ein klebriger Geschmack im Mund.

Die Wandlungsphase Erde wandelt nicht nur materielle Substanzen um. Auch alle immateriellen Einflüsse, mit denen der Mensch täglich konfrontiert wird, müssen von Milz-Pankreas verdaut, bewältigt und befördert werden. Die heutige Überhäufung mit Nachrichten und Informationen wirkt deshalb sehr belastend und überfordernd auf die Mitte eines Menschen.

Milz-Pankreas prägt die kognitiven Fähigkeiten. Das Denken (Yi), Lernen und Erinnern sowie die geistige Konzentration werden durch diese „Residenz des Denkens“ geleitet. Bei einer Schwäche von Milz-Pankreas leidet das klare Denken. Konzentrationsstörungen und Schwierigkeiten bei der Merkfähigkeit sind Äußerungen einer Disharmonie im Element Erde.

Die Emotion von Milz-Pankreas ist das Grübeln. Wenn ein Mensch zu viel nachdenkt und sich ständig Sorgen macht, wird dieser Funktionskreis geschwächt. Erschöpfung, Müdigkeit, Verzweiflung, Angst, Herzklopfen sind die Folgen, wenn Milz-Pankreas nicht mehr in der Lage ist,

die negativen Energien zu verarbeiten und zu befördern.

Das Element Erde steht in der Mitte aller anderen Elemente und besitzt dadurch stark besänftigende und harmonisierende Anteile - auch in Bezug auf die Emotionen der übrigen Funktionskreise. Über den Kontroll-Zyklus (Ke-Zyklus) kann die Erde direkt mildernd auf die Angst, die Emotion des Wassers, Einfluss nehmen, und sie wirkt indirekt besänftigend auf die Wut, die Emotion des Holzes. „Normalerweise verleiht die Energie der Wandlungsphase Erde dem allgemeinen menschlichen Affekt einen Hauch von Stille, Frieden, Ruhe, Mitgefühl und geerdet sein. Diese Energien gleichen mit ihrer Heiterkeit und Fähigkeit zur Reflexion die beunruhigenderen, aggressiveren, impulsiveren und eingeschränkteren Energien eines stets bedrohten Werdens aus, also jene, die in Zusammenhang mit Holz (Wut), Feuer (Erregung und Sorge), sowie Wasser (Angst und Gram) stehen.“ (Hammer 2002, S.293).

Wo Stille, Frieden und Ruhe herrschen, kann auch Vertrauen gedeihen. Das Vertrauen des Kindes in der primären Bindung zu seiner Mutter bildet die Voraussetzung dafür, im weiteren Verlauf seines Lebens Bindungen eingehen zu können. Aus diesem gesunden Erd-Vertrauen entwickelt sich gleichzeitig auch das Vermögen, Grenzen zu ziehen und Bindungen wieder loszulassen. Das Element Erde prägt auf diese Weise stark das psychosoziale Umfeld eines Menschen: Im gesunden Falle ist der Mensch in der Lage, harmonisierend und positiv in sein unmittelbares Umfeld hineinzuwirken.

Auf eine Disharmonie im Element Erde weist nicht zuletzt auch das heftige Verlangen nach Süßem hin, da die zentrale Harmonisierung von Milz-Pankreas durch den süßen Geschmack unterstützt wird.

Magen

Weì (Fu-Organ)

Der Magen ist das wichtigste aller Fu-Organen und liefert sein Qi an die sechs Zang-Organen, sodass er in der TCM als die „Wurzel der Yin-Organen“ bezeichnet wird. Komplementär verbunden im Element Erde bilden Magen und Milz-Pankreas zusammen die Wurzel des Nach-Himmels-Qi.

Nachdem sie im Mund verkleinert und eingespeichelt wurde, nimmt der Magen die Nahrung auf, fermentiert sie, wandelt sie um, lässt sie reifen und führt sie weiter an den Dünndarm, wo sie aufgetrennt, absorbiert und weitergeleitet wird. Die weitere Auftrennung, Umwandlung und Verteilung der verfeinerten Nahrungssensenzen ist Aufgabe von Milz-Pankreas.

Ein gesunder und starker Magen mit genügend Qi sorgt beim Menschen für ein Gefühl der Vitalität und guten Konstitution. Wenn der Magen hingegen geschwächt ist, fehlt ihm die Energie, um die Nahrung richtig zu fermentieren, reifen zu lassen und weiter zu leiten. Dünndarm und Milz-Pankreas sind dann überfordert und in ihren Leistungen beeinträchtigt. Es kommt zu Störungen im Ausgleich und in der Verteilung der Nahrungssensenzen im Körper, und das Element Erde kann nicht genügend Nach-Himmels-Qi zur Verfügung stellen.

Ein gesundes Magen-Qi sinkt abwärts, das Qi von Milz-Pankreas steigt empor. Rebliert das Magen-Qi - beispielsweise auch durch ein stagnierendes Leber-Qi -, kommt es zu Völlegefühl, einem aufgeblähten Abdomen, Aufstoßen, saurem Reflux, Schluckauf, Übelkeit und Erbrechen. Die Nahrung stagniert.

Im Gegensatz zu dem die Trockenheit liebenden Funktionskreis Milz-Pankreas benötigt der Magen genügend Flüssigkeit für die Umwandlung und Reifung der Nahrung. Nach der TCM bildet der Magen den Ursprung der Flüssigkeiten im Körper. In dieser Funktion steht er in enger Beziehung zur Niere, die die Flüssigkeiten im Unteren Erwärmer umwandelt. Ist diese Funktion der Niere geschwächt, greift die Nässe auf den Magen über und schwächt seine Verdauungsfunktion. Andererseits ist ein zu trockener Magen oder Magen-Yin-Mangel häufig mit einem Nieren-Yin-Mangel verbunden. In diesem Sinne wird die Niere „Tor des Magens“ genannt.

Der Magen leidet sehr unter Fülle. In einem überfüllten Magen können die Umwandlung, Reifung und Weiterleitung der Nahrung, aber auch der geistigen Informationen und immateriellen Reize nicht mehr richtig funktionieren. Den betroffenen Menschen fehlt es an Leichtigkeit auf mehreren Ebenen. So blockiert die Schwere ihren Umgang mit Emotionen, sie sind überfordert,

können Gefühle nicht weiterreichen und hinter sich lassen. Loslösungsprobleme sind vorprogrammiert.

Auch eine Leere des Magens kann Loslösungsprobleme nach sich ziehen. In diesem Fall ist der Magen nicht stark genug für die harmonische und reibungslose Bewältigung seiner Aufgaben der Umwandlung, Reifung und schließlich Trennung. Die Ursachen liegen meist in einer unbewältigten Vergangenheit mit fehlender Fürsorge und Liebe, einem Mangel an Vertrauen und auch an Erfahrungen. Die Angst vor dem Unbekannten hindert die Menschen, sich zu öffnen, loszulassen und weiterzugehen. Versagensangst und übertriebene Vorsicht beherrschen ihr Verhalten.

> Tab.4.1 Die wichtigsten Zuordnungen zum Funktionskreis Milz-Pankreas.

Bezugsfaktor Jahreszeit	Entsprechung Spätsommer
Himmelsrichtung	Zentrum
Element	Erde
komplementäres Organ	Magen
Tageszeit	7-11 Uhr
klimatischer Faktor	Feuchtigkeit, Nässe
Farbe	gelb
Geschmack	süß
Emotion	Nachdenken
spezifisches Sinnesorgan	Lippen, Zunge
spezifische Körperöffnung	Mund
körperliche Ausdrucksform	Fleisch, Gewebe
ausgeschiedene Flüssigkeit	Speichel
stimmliche Manifestation	Singen
sichtbare Entfaltung	Gesicht
korrespondierender Planet	Saturn

4.2

Disharmonien von Milz-Pankreas und Magen

4.2.1 Muster von Milz-Pankreas

Qi-Mangel von Milz-Pankreas Pi Qixu

Inneres Mangel-Syndrom

Symptomatik

- Allgemeinsymptome: Appetitlosigkeit, weiche Stühle, unverdaute Nahrungsreste im Stuhl, Diarrhöe, postprandiale Distension, Müdigkeit, Mattigkeit, Gefühl geistiger Erschöpfung, Meteorismus, blassgelbe bis fahle Gesichtsfarbe, Schwäche oder Schwere der Extremitäten, Muskelschwäche
- Zunge: normalfarben oder blass, geschwollen, evtl. Zahneindrücke, in chronischen Fällen geschwollene Ränder im mittleren Zungenbereich mit Querrissen
- Puls: leer

Westliche Krankheitsbilder

chronische Pankreatitis, Pankreasinsuffizienz, Colon irritabile, Müdigkeit, Energielosigkeit, Mal-digestion, diffuse Durchfälle, weicher Stuhl

Ätiologie

Zu einem Qi-Mangel von Milz-Pankreas kann es durch Mangelernährung kommen, wenn insgesamt zu wenig oder zu proteinarme Nahrung zugeführt wird. Auch unregelmäßiges Essen, die übermäßige Einnahme kalter und roher Nahrungsmittel, das übermäßige Essen, Genussmittelmissbrauch, die übermäßige Aufnahme von Süßigkeiten, übersteigerte mentale Arbeit oder eine chronische psychische Belastung können dieses Muster verursachen.

Therapeutischer Ansatz

Das Qi von Milz-Pankreas stärken und bewegen.

Centaurium erythraea

Tausendgüldenkraut/common centaury/Gentiana-
ceae

Natürliches Vorkommen

Europa (außer im Norden), weltweit gemäßigte Klimazonen; bevorzugt lichte Wälder und feuchte Wiesen

Medizinisch verwendete Pflanzenteile
ganzes Kraut - Herba Centaurii

Energie

- Temperatur: warm, wird auch als kühl beschrieben
- Geschmack: bitter
- Eigenschaften: wirkt trocknend, öffnend, bewegend, stimulierend, reinigend, stärkt das WeiQi

Inhaltsstoffe

Bitterstoffglykoside (Amarogentrin, Swertiamarin), Flavonoide, Triterpene, Sterole, Pyridin- und Actinidin-Alkaloide in geringen Mengen, ätherisches Öl, Säuren, Magnesium usw.

Therapeutische Wirkungen und Anwendungsbereiche

- Q öffnet die Leber, bewegt das Leber-Qi:
 - wirkt cholagog und choleretisch
 - funktionelle Störungen des ableitenden Gallensystems
 - Leere und Kälte der Gallenblase
 - PMS, fördert die Menstruation, Amenorrhöe
 - Obstipation, Blähungen
 - Anorexie
 - Augenerkrankungen, Glaukom, geschwächte Sehkraft
 - » Unruhe, Reizbarkeit, nervöse Erschöpfung
- Q leitet Nässe-Hitze und toxische Hitze aus:
 - Nässe-Hitze von Leber-Gallenblase
 - beugt Gallensteinen vor, Flankenschmerz
 - Hepatitis, Ikterus, vergrößerte Leber
 - Konjunktivitis
 - Müdigkeit
 - wirkt blutreinigend
 - « Ekzeme, Hautausschläge a Abszesse, Fisteln, Mastitis

- Bi-Syndrom, Gicht

- Migräne
- D ionisiert Qi von Magen und Milz-Pankreas:
 - Magen-Qi-Mangel, Appetitlosigkeit
 - Kälte-Syndrome des Magens
 - Nahrungsretention im Magen
 - Hyperazidität, Salzsäuremangel des Magens
 - steigert die Motilität des Magens
 - hyperacide, chronische Gastritis
- senkt das rebellierende Magen-Qi, saurer Reflux, Aufstoßen, Übelkeit, Brechreiz » unterstützt die Umwandlung der Nahrung » Meteorismus, abdominale Fülle
 - fördert die Blutbildung bei Anämie und Blässe
 - stärkt die Lebenskraft bei Erschöpfungs Zuständen
 - Diabetes mellitus, Hypoglykämie
 - Brechdurchfall
 - befreit den Körper von Flüssigkeitsansammlungen, Ödemen
 - kalte Hände und Füße
- ionisiert das Herz-Qi
- Q Ionisiert das Wei Qi:
 - enthält tumorvorbeugende Substanzen (Eustomine)
 - Abwehrschwäche, Erschöpfung
 - Viruserkrankungen (akut und chronisch)
 - intermittierendes Fieber
 - kann zu vorübergehender Leukozytose führen
- bewegt das Nieren- und Uterus-Qi:
 - verspätete Menses, Hypomenorrhöe
 - treibt die Placenta aus
 - verbessert die Ausscheidung harnpflichtiger Substanzen
 - harnsaure Diathese, Nierensteine
 - Hauteruptionen, -flecken
- äußerlich bei Geschwüren und Wunden

Organbezug

Leber-Galle, Magen, Milz-Pankreas, Dünndarm

Kommentar

Der Seelenarzt Edward Bach empfiehlt seine Bachblüte „Centaury“ für Menschen, die willens- und lebensschwach, übertrieben gutmütig und unterwürfig sind. Sie wollen es allen recht machen, verausgaben sich für andere. Es fällt ihnen schwer,

mutig Stellung zu nehmen, sie können schwer „Nein“ sagen, loslassen.

Die Unfähigkeit, Grenzen zu setzen, die meist bereits im Mutterleib wurzelt (Hammer 2002, S. 294), zeigt ein Defizit im Element Erde an. Die Betroffenen klagen über Müdigkeit und Überlastung, fühlen sich erschöpft. Es fehlt ihnen an Ideen und Gedanken, um das eigene Leben zu planen und zu organisieren. In der Realisation eigener Ziele und Wünsche kommen sie nicht voran. Die dem Element Holz zugeordnete gerichtete Bewegung ihrer Existenz staut. Nicht selten neigen die Betroffenen zu Wasseransammlungen im Gewebe als Zeichen einer Schwäche von Milz-Pankreas, sie haben auf Abgrenzungsschwierigkeiten hinweisende Hautprobleme, rheumatische Beschwerden oder entwickeln einen Diabetes.

Das warme, bittere Tausendgüldenkraut gehört zu den Enziangewächsen, die durch starke Bitterstoffe gekennzeichnet sind und v. a. auf den Verdauungstrakt wirken. Es greift trocknend, bewegend, organisierend in den Flüssigkeitsorganismus des Körpers ein, wärmt den Bereich Erde, senkt gleichzeitig auch die Energie des Holzes nach unten und kräftigt die Gallenblase.

Auf der geistigen Ebene bewirkt das Kraut, das seinen lateinischen Namen dem Heiler Kentauron verdankt, eine wahre Bewusstseinskräftigung. Es stärkt die Durchsetzungskraft, verleiht Mut und Entschlossenheit, das eigene Leben zu planen und zu realisieren. Dies gilt auch für junge Menschen, die ihrem Sein noch keine gerichtete Bewegung geben können und z.B. unter sexueller Neurasthenie oder Anorexia nervosa leiden oder Entscheidungsschwierigkeiten bei der Studien- und Berufswahl haben. Das Tausendgüldenkraut bewahrt diese Patienten auch vor tiefer Melancholie, die als Folge dieses Seelenzustandes auftreten kann.

Dosierungen

- Tee

1 TL/Ml Wasser kalt ansetzen, 6-10 Std. ziehen lassen, abseihen und auf Trinktemperatur erwärmen. 3-4 Tassen über den Tag verteilt trinken.

- Pulverisiertes Tausendgüldenkraut zur Blutbildung

Tgl. 1 Msp. in 1 Glas Rote-Bete-Saft oder Kirschsafft als Kur über 5-6 Wochen einnehmen.

- Kombinationen bei Magenproblemen
Beim hyperaciden Magen (häufiger saurer Reflux, Magen-Hitze) ist eine Kombination von Tausendgüldenkraut mit Eibisch, Robinia, Kamille, Stüßholz sowie Heilerde zu erwägen. Beruhigend auf die Magennerven wirken z. B. Baldrian, Johanniskraut und Melisse. Bei starken Kälte-Symptomen kurzfristig etwas Ingwer oder Galgant hinzufügen.

- Infus mit kleinem Tausendgüldenkraut bei kindlicher Anorexie (nach Hamburger)
5 g Hb. Centaurii minor/1 Likörglas Wasser. 3 * tgl. 1 Likörglas vor dem Essen trinken.

- Absud (nach Lais)
„Tausendgüldenkraut in Wein gekocht und den Absud (kann auch wegen seiner Bitterkeit mit Zucker versüßt werden) getrunken, vertreibt nicht nur das Fieber, sondern öffnet die Leber und die Milz, wovon die Gelb- und Wassersucht entspringt, und führt dieses Gift aus.“ (Lais 1948, S. 140)

Nebenwirkungen
keine

Kontraindikationen

- Hyperazidität des Magens, häufiges saures Aufstoßen, Magen- und Darmgeschwüre, allgemein gilt Vorsicht bei Hitzeerkrankheiten
- Schwangerschaft

Cetraria islandica

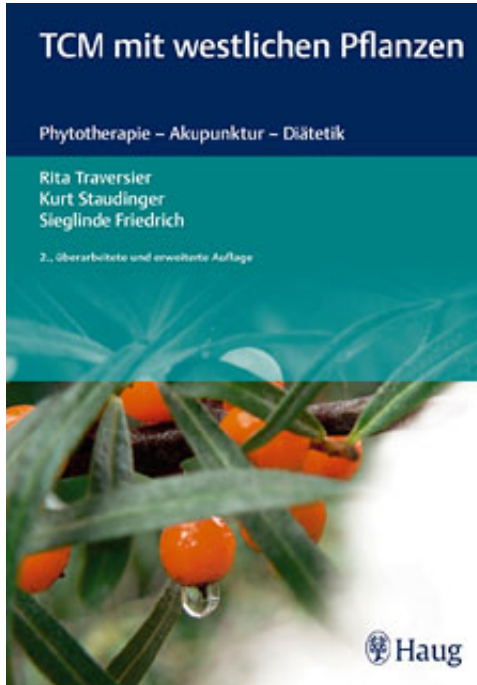
Isländisches Moos/Iceland moss/Lichenes-Parmeliaceae

Natürliches **Vorkommen** ganz Europa, arktische und antarktische Gebiete; im gemäßigten Klima bevorzugt gebirgige Gegenden, im Norden auf der Ebene

Medizinisch verwendete **Pflanzenteile**
getrockneter Thallus - Lichen islandicus

Energie

- Temperatur: leicht kühl
- Geschmack: fad, schleimig-bitter, leicht süß
- Eigenschaften: wirkt befeuchtend, antibiologisch; Hauttherapeutikum, Yin-Tonikum



Traversier / Staudinger / Friedrich

[TCM mit westlichen Pflanzen](#)

Phytotherapie - Akupunktur - Diätetik

560 Seiten, geb.
erschienen 2012



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de