

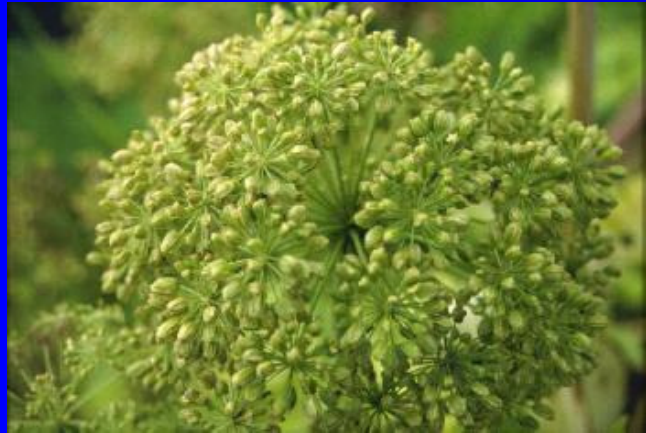
Heilkräuter zur Behandlung  
der

Qi- und Yang-  
Schwäche

Dr. Anton Suttinger

# Engelwurz – *Angelica archangelica*





# Engelwurz

## *Angelica archangelica*

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

- Inhaltsstoffe: ätherisches Öl, Cumarine, Furanocumarine, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Phenolcarbonsäuren, Harz.
- Wirkung: karminativ, spasmolytisch, cholagog, wärmt alle Etagen des 3E, besonders die mittlere; wirkt psychisch aufhellend.

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

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

# Rosmarin – *Rosmarinus officinalis*





# Rosmarin – Rosmarinus officinalis

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

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide.

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

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

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

# Wacholder – *Juniperus communis*



# Wacholder – Juniperus communis

Familie: Zypressengewächse, Cupressaceae

Verwendete Pflanzenteile: Wacholderbeeren

Drogenbezeichnung: Juniperi fructus

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

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

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

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

# Ingwer – *Zingiber officinale*



# Ingwer – Zingiber officinale

Familie: Ingwergewächse, Zingiberaceae

Verwendete Pflanzenteile: der Wurzelstock

Drogenbezeichnung: Zingiberis rhizoma

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

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

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

Einnahme: als Tinktur: Tinctura Zingiberis, 10-20 Tropfen vor den Mahlzeiten auf ein Glas Wasser;

als Kapsel:

Zingiberis rhizoma pulv. 250 mg,

da ad caps.tal.dos.Nr. 90

3 x 1 Kapsel

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

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

# Beifuß – *Artemisia vulgaris*



# Beifuß – *Artemisia vulgaris*

Familie: Korbblütengewächse, Asteraceae

Verwendete Pflanzenteile: das Kraut

Drogenbezeichnung: *Artemisiae herba*

Inhaltsstoffe: ätherisches Öl (Cineol, Thujon),  
Bitterstoffe (Vulgarin, Psilostachyn), Gerbstoffe.

Wirkung: verdauungsfördernd, choloretisch, wärmt  
unteren und mittleren 3E

Anwendung: dyspeptische Beschwerden,  
Zyklusstörungen, Infertilität, mangelnde Libido.

Einnahme: als Tee, 3 x 1 Tasse;

als Kapsel:

Artemisiae herba pulv. 200 mg

da ad caps.tal.dos.Nr. 90

3 x 1 Kapsel

Anmerkung: die Arten Artemisia moxa, Artemisia chinensis und Artemisia indica werden zur Moxibustion verwendet.

# Enzian - *Gentiana lutea*



# Enzian – *Gentiana lutea*

Familie: Enziangewächse, Gentianaceae

Verwendete Pflanzenteile: die Wurzel

Drogenbezeichnung: *Gentianae radix*

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

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

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

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

# Tausendgüldenkraut – *Centaurium erythraea*



# Tausendgüldenkraut *Centaurium erythraea*

Familie: Enziangewächse, Gentianaceae

Verwendete Pflanzenteile: das Kraut

Drogenbezeichnung: Centaurii herba

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

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

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

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

# Wermut – *Artemisia absinthium*



# Wermut – *Artemisia absinthium*

Familie: Korbblütengewächse, Asteraceae

Verwendete Pflanzenteile: das Kraut

Drogenbezeichnung: *Absinthii herba*

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

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

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

Einnahme: als Tinktur, Tinctura Absinthii, 10 – 30 Tropfen;

als Kapsel, Absinthii herba pulv. 250 mg

da ad caps.tal.dos.Nr. 90

3 x 1 Kapsel

## **Literatur:**

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

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

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

Chvostek: Zur Behandlung des  
Patienten brauche ich vier Apparate:  
die Hände, die Augen, die Ohren und  
das Herz.