

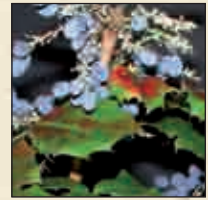
Ulrike von Blarer Zalokar und Peter von Blarer

# Praxisbuch

# Westliche Heilkräuter und Chinesische Medizin

---

Wirkungsbeschreibungen und Indikationen  
im Westen gebräuchlicher Phytotherapeutika

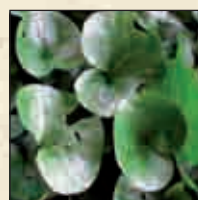


BACOPA VERLAG

... mit umfassendem Index!

Klar: Die Erfahrungen sind noch begrenzt, was die therapeutische Anwendung von westlichen Pflanzen nach der chinesischen Krankheitslehre betrifft. Doch genau deswegen braucht es Literatur wie dieses "Praxisbuch Westliche Kräuter und Chinesische Medizin". Seriös recherchiert bietet es eine umfassende Basis, auf welcher die Phyto-West TCM aufbauen kann.

Simon Becker  
Wädenswil, CH



€ 69.00

ISBN: 978-3-901618-84-0



9 783901 618840

[www.bacopa.at](http://www.bacopa.at)

---

## Geleitwort

Die Erfahrungen sind noch begrenzt, was die therapeutische Anwendung von westlichen Pflanzen nach der chinesischen Krankheitslehre betrifft. Diese Kritik an der Phyto-West TCM ist nicht wegzudiskutieren. Die Argumentation, eine Klassifizierung der Pflanzen, wie zum Beispiel kalt und heiss habe es auch in der hiesigen Phytotherapie gegeben, ist ungenügend. Das chinesische Differenzierungssystem kennt man in Europa erst seit kurzem.

Diese Tatsache wird jedoch falsch interpretiert, wenn damit die gesamte Phyto-West TCM keinen Platz haben soll in der heutigen an westliche Gegebenheiten angepassten chinesischen Medizin. Im Gegenteil! Diese Kritik verlangt nach einer vertieften Auseinandersetzung mit der Materie, nach Experten, Erfahrungen und kritischen Diskussionen.

Auf einer breiten Ebene sind solche Auseinandersetzungen nur möglich, wenn die Ausbildungen angemessen definiert sind und seriös durchgeführt werden.

Andererseits erschien mir ein Ausschluss der Phyto-West TCM aus der chinesischen Medizin unbegründbar. So habe ich mich während meiner Zeit als Präsident der Schweizerischen Berufsorganisation für TCM stets für die Phyto-West TCM stark gemacht. Seit rund vier Jahren gibt es nun Richtlinien zu dieser Ausbildung, und 2011 finden die ersten Verbandsprüfungen für die Absolventen dieser Ausbildungen statt: Die Grundlage einer Weiterentwicklung und einer vertieften Diskussion ist somit gesichert.

Allerdings fordern fundierte Ausbildungen entsprechende Literatur. Das „Praxisbuch Westliche Kräuter und Chinesische Medizin“ bildet einen Kernteil dieser Literatur. Mit seinem seriös recherchierten und umfassenden Charakter stellt das Praxisbuch eine Basis dar, auf welcher die Phyto-West TCM aufbauen kann.

Simon Becker  
Wädenswil, CH

---

## Vorwort



Diese erste Auflage ist eigentlich die siebte. Schon im März 2000 haben wir das, was wir aus heutiger Sicht als die erste Auflage bezeichnen können, unseren StudentInnen abgegeben: in Buchform leimgebunden und unter dem Titel «Materia Medica Phyto West-TCM». Damals haben sich viele TCM-ExpertInnen noch empört, oder wenigstens darüber gestaunt, dass man mit Weissdornblüten und Goldrutenkraut wirkungsvolle Chinesische Medizin machen kann.

Heute, im Jahre 2010, ist Phyto West-TCM anerkannt. Wir müssen nicht mehr kämpfen, nichts mehr erläutern und uns schon gar nicht rechtfertigen, warum dieses Verschreibungskonzept Bestand hat. Vielmehr wird es bald die wohl erste Phyto West-TCM-Verbandsprüfung überhaupt geben, und zwar durchgeführt ab 2011 durch die Schweizerische Berufsorganisation für TCM (SBO-TCM).

Das ist ein grosser Erfolg für die Phyto West-TCM, und er hat uns beflügelt: So haben wir möglichst viel Wissen zur Vorbereitung auf diese Verbandsprüfung in dieses Buch gepackt.

Wir freuen uns, wenn dieses Buch allen, die auf westliche Heilkräuter setzen, eine wirkliche Hilfe bei der täglichen Arbeit in der Praxis ist.

Luzern, im Oktober 2010

Ulrike von Blarer Zalokar und Peter von Blarer

## Einführung

Die meisten PatientInnen kommen mit einer westlichen Krankheitsdiagnose zu Ihnen, z.B. mit Arthritis. Über die TCM-Differenzialdiagnose dringen Sie dann bis zum zugrundeliegenden Muster vor: z.B. „Hitze, die durch Yin-Mangel verursacht wurde“ und „Leber-Blut-Mangel“.

### Index westlicher Diagnosen

Genau hier setzt der Indikations-Index westlicher Diagnosen ein, und so erhalten Sie unter dem Stichwort „Arthritis“ die Liste der Heilpflanzen, die in diesem Fall angezeigt sein könnten. Jede dieser Heilpflanzen ist ebenfalls den chinesischen therapeutischen Wirkungen zugeordnet, wie „Hitze eliminieren, die durch Yin-Mangel verursacht wurde“ et cetera.

### Index nach TCM-Kategorien

Der zweite Index ordnet sämtliche Heilpflanzen nach 30 klassischen TCM-Wirkungen. So finden Sie unter einer Wirk-Kategorie eine Vielzahl von Heilpflanzen aufgelistet, darunter vielleicht die eine oder andere, an die Sie schon lange nicht mehr gedacht haben – und die sich in einem spezifischen Fall als die ideale Kaiserpflanze entpuppt. Die Wirk-Kategorien sind ab Seite 19 in einem eigenen Kapitel mit Beispielen beschrieben. Die Zuordnungen zu Temperatur, Funktionskreis und Hauptwirkung stimmen weitestgehend mit jenen Jeremy Ross' überein. Schliesslich beziehen wir uns auf die

gleichen Quellen. Da und dort haben wir jedoch eine etwas andere Erfahrung oder Einschätzung gemacht. Aus praktischen Gründen und der Übersicht wegen haben wir auf einige Angaben verzichtet:

- Es werden nur die botanischen und deutschen Namen verwendet.
- Es werden keine Zubereitungs- und Dosierungsvorschläge gemacht.
- Die Kontraindikationen und Nebenwirkungen sind ohne weitere Erklärungen.
- Es werden keine Rezeptur und Kombinationsvorschläge gemacht.

### Jeremy Ross als Pflichtlektüre

Diese und weitere wichtige Details werden in zahlreichen Phytotherapie-Büchern ausführlich beschrieben. Speziell möchten wir auf „Westliche Heilkräuter und Chinesische Medizin“ und „Eine klinische Materia Medica“ von Jeremy Ross hinweisen, die die Grundlagen der Phyto West-TCM vorbildlich beschreiben. Das Studium dieser zwei Bücher erachten wir als Pflicht.

### Wirkstoffgruppen

Auf den folgenden Seiten finden Sie die biochemischen Wirkstoffgruppen der rationalen Phytotherapie als eigenes Kapitel. In dieser Form erscheint es uns sehr übersichtlich und damit als Lernhilfe für PrüfungskandidatInnen der SBO-TCM Verbandsprüfung gut geeignet.

**D**ie Ganzheit einer Heilpflanze macht deren Wirkung aus und nicht die Einzelteile. Trotzdem sind viele Inhaltsstoffe von Heilpflanzen heute bekannt und als Ursache von Heilwirkungen anerkannt. Die naturwissenschaftliche Forschung hat aber zahlreiche erfahrbare Heilwirkungen von Pflanzen noch nicht über Inhaltsstoffe erklären können, obwohl die Heilpflanzen wirken.

In den folgenden Abschnitten werden die bekanntesten Wirkstoffgruppen möglichst einfach erläutert und sollen so ihren Anteil zusammen mit dem energetischen Wissen dieses Buches zum ganzheitlichen Verständnis beitragen.

## Alkaloide

Alkaloide sind natürlich vorkommende, meist alkalische, stickstoffhaltige organische Verbindungen, die bei Mensch und Tier starke Reaktionen hervorrufen können. Dieser Stoffgruppe werden mehr als 10.000 verschiedene pflanzliche, tierische oder von Mikroorganismen produzierte Substanzen zugeordnet.

Alkaloide werden für den Grundstoffwechsel der sie bildenden Organismen nicht benötigt, sondern häufig als Schutz vor Fressfeinden eingesetzt. Gebildet werden sie hauptsächlich in den stoffwechselaktiven Teilen der Pflanze, also in Blattspitzen, Blütentrieben und Wurzeln. Eine Pflanze wird als Alkaloidpflanze bezeichnet, wenn sie mindestens 0,01% Alkaloide enthält.

Alkaloide werden meist nach ihrer chemischen Struktur eingeteilt. Dabei ist der Teil des Moleküls namensgebend, welcher den Stickstoff enthält:

### Beispiele:

Alkaloide mit heterozyklischem Stickstoff

- Pyrrolizidin-Alkaloide: z.B. Hygrin
- Steroid-Alkaloide: z.B. Solanin
- Pyridin-Alkaloide: z.B. Nicotin, Anabasin
- Tropan-Alkaloide: z.B. Hyoscyamin, Scopolamin, Cocain
- Chinolin-Alkaloide: z.B. Chinin, Chinidin
- Isochinolin-Alkaloide: z.B. Morphin, Codein, Papaverin, Berberin, Tubocurarin
- Indol-Alkaloide: z.B. Ajmalin, Ergotamin, Yohimbin, Reserpin, Strychnin
- Purinalkaloide: z.B. Coffein, Theophyllin, Theobromin

Alkaloide mit azyklischem Stickstoff:

- z. B. Ephedrin, Mescaline

### • Wirkungen der Alkaloide

Alkaloide sind nicht sehr gut wasserlöslich, jedoch

lipophil, also in Fett und Öl und auch in Alkohol gut löslich.

Zahlreiche Alkaloide sind für den Menschen stark wirksame Substanzen. Bereits geringste Überdosierungen können toxische Wirkungen haben. Aufgrund ihrer Struktur wirken einige als Agonisten oder Antagonisten an Rezeptoren für Neurotransmitter. Weiterhin können Alkaloide bestimmte Enzyme hemmen oder die Zellteilung hemmen. Deswegen werden in der Naturheilkunde alkaloidhaltige Pflanzen fast ausschließlich in prozessierter Form, z.B. spagyrisch oder homöopathisch eingesetzt. Bei der spagyrischen Zubereitung werden Alkaloide, Glykoside und Gerbstoffe bei der Wasserdampfdestillation fast vollständig abgetrennt.

Die meisten Alkaloide passieren die Blut-Hirn-Schranke und die Plazentaschranke. Deshalb äusserste Vorsicht bei Schwangeren und stillenden Müttern.

Die Gruppe der Pyrrolizidin-Alkaloide, wie z.B. in *Petasites hybridus* / Pestwurz enthalten, weisen keine therapeutische Wirkung auf, bilden jedoch giftige Stoffwechselprodukte im Organismus, welche kanzerogene Wirkungen haben. Deshalb soll bei diesen Heilpflanzen auf prozessierte Formen ausgewichen werden.

Akute Vergiftungen zeigen sich z.B. in Schwindel, Erbrechen, heftigem Delirium mit Halluzinationen und Kreislaufkollaps. Meist beginnt es mit Erregung, dann Lähmung, Bewusstlosigkeit und endet mit Atemlähmung.

Toxikologische Notrufnummern:

- Schweiz: +41 (0)44 251 66 66  
(Notrufnummer nur für die Schweiz: 145)
- Österreich: +43 (0)1 406 43 43
- Deutschland: Ortsvorwahl + 19 24 0

### • TCM-Wirkung der alkaloidhaltigen Pflanzen

Da die Alkaloide durch ihre Toxizität meist nicht den Hauptwirkstoff einer Heilpflanze darstellen, sondern verschiedenste andere Inhaltsstoffe, ist das Wirkspektrum sehr unterschiedlich. Deswegen können Alkaloidpflanzen keiner eindeutigen TCM-Wirkung zugeordnet werden, wie folgende Beispiele zeigen:

Pflanzenbeispiele:

#### **Solanaceae – Nachtschattengewächse**

- *Atropa belladonna* / Tollkirsche = Inneren Wind unterdrücken
- *Capsicum annum* / Chili = Qi regulieren und bewegen
- *Datura stramonium* / gemeiner Stechapfel = Inneren Wind unterdrücken
- *Hyoscyamus niger* / Bilsenkraut = Inneren Wind unterdrücken
- *Solanum dulcamara* / bitterer Nachtschatten = Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

### Wind-Kälte eliminieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten warm bis heiss. Ihr Geschmack ist meist scharf. Durch eine geschwächte Abwehr können pathogene Wind-Kälte Faktoren in den Körper eindringen. Diese Heilkräuter öffnen die Oberfläche, indem sie das Schwitzen fördern. Wind und Kälte werden über die Poren der Haut aus den oberflächlichen Schichten des Körpers getrieben. Der scharfe Geschmack fördert die periphere Zirkulation, welche das Befreien des pathogenen Faktors unterstützt.

Sie können auch zur Behandlung von Ödemen und Schmerzen infolge Wind-Kälte-Bi angewendet werden.

#### Heilkräuter Beispiele:

*Ephedra distachya*, *Zingiber officinalis*, *Cinnamomum verum*

#### Klinische Manifestationen:

Beginn einer Erkältungskrankheit, Abneigung gegen Wind, Kälteaversion, Frösteln, Schüttelfrost, leichtes Fieber, wenig oder kein Schwitzen, steifer Nacken, Körperschmerzen, Niesen, verstopfte Nase wechselnd mit wässrigem Sekret, Husten mit glasigem weissem Auswurf, Dyspnö, Bronchitis, Asthma bronchiale, Rhinitis, Sinusitis, raue Stimme

- Zunge: Belag: dünn, weiss
- Puls: oberflächlich, straff

### Wind-Hitze eliminieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten neutral, kühl bis kalt. Ihr Geschmack ist meist scharf, häufig bitter und kann desweiteren variieren. Sie haben meist eine antimikrobielle Wirkung. Sie öffnen die Oberfläche durch den scharfen Geschmack.

Durch schwache Abwehr dringen äussere pathogene Faktoren wie Wind-Hitze oder auch Wind-Kälte, die sich in Wind-Hitze umwandelt, in den Körper ein. Die Wind-Hitze beginnt im Wei-Stadium und kann sich weiter in die Tiefe entwickeln und schwerwiegendere Krankheiten verursachen. Einige der Wind-Hitze eliminierenden Heilkräuter fördern die Bildung bzw. die Reifung von Masernexanthenen, Karbunkeln und Furunkeln.

#### Heilkräuter Beispiele:

*Echinacea purpurea*, *Mentha piperita*, *Primula veris*, *Tilia platyphyllos*

#### Klinische Manifestationen:

Windaversion, Abneigung gegen Kälte oder Hitze, Fieber, wenig Frösteln, Schwitzen, leichter Durst, Kopfschmerz, gerötete Augen, juckende Augen, Exantheme, Juckreiz, Urtikaria, nicht zum Ausbruch kommende

Hautausschläge, Halsschmerz, Schluckbeschwerden, Halsentzündungen, vergrösserte Tonsillen, Husten mit dickem, gelbem zähem Auswurf, Bronchitis, Asthma bronchiale, Schnupfen mit gelbem zähem Schleim, Rhinitis, Sinusitis, grippale Infekte, Erkältungskrankheit, Diarrhö, Verstopfung, konzentrierter Urin

- Zunge: rot, Belag: trocken
- Puls: oberflächlich, schnell

### Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

Diese Heilkräuter sind im Temperaturverhalten kühl bis kalt. Ihr Geschmack ist meist bitter. Sie werden im speziellen bei Hitze-Syndromen auf der Qi-Ebene infolge von äusserer Hitze eingesetzt oder bei übermässiger Hitze des Magens, der Lunge, des Herzens und der Leber. Ursachen sind: exzessiver Verzehr scharfer, fettiger Nahrung, ständiges Überessen, schwere psychische Störungen, Depressionen, exzessiver Alkoholkonsum und Tabakkonsum, anhaltende Leber-Qi-Stagnation.

#### Heilkräuter Beispiele:

*Filipendula ulmaria*, *Lonicera caprifolium*, *Prunella vulgaris*, *Solanum dulcamara*

#### Klinische Manifestationen:

**Magen-Hitze, Magen-Feuer:** Mundtrockenheit, bitterer Mundgeschmack, fauliger Mundgeruch, Zahnfleischentzündungen, Zahnfleischblutungen, Stomatitis, Halsentzündung, Nasenbluten, Trigeminusneuralgie, Stirnkopfschmerz, brennende Schmerzen und Hitzegefühl im Epigastrium, ständiges Hungergefühl, Übersäuerung des Magens, Magensäurereflux, Sodbrennen, Gastritis, *Ulcus duodeni*, *Ulcus ventriculi*

- Zunge: rot; Belag: dick, gelb, trocken
- Puls: voll, schnell, gleitend

**Herz-Hitze, Herz-Feuer:** Palpitationen, Erregbarkeit, Reizbarkeit, Ruhelosigkeit, Schlafstörungen, starke lebhaftere Träume, Angstzustände, Hitzewallungen, rotes Gesicht, Durst, Zungengeschwüre, Mundgeschwüre, bitterer Mundgeschmack, Harnwegsinfekt, Dysurie, Hyperthyreose

- Zunge: purpurrot an der Spitze, Rand der Zungenspitze kann Abszesse haben, Mittelriss an der Spitze, Belag: gelb, trocken, dünn
- Puls: voll, schnell

**Lungen-Hitze:** Husten mit gelbem, dickem Schleim, Dyspnö, Pneumonie, hohes Fieber, Schwitzen, Durst, Unruhezustände, Agitiertheit, Nasenbluten

- Zunge: rot, Risse im vorderen Drittel, Belag: gelb, trocken
- Puls: voll, schnell

Seite	Wind-Kälte eliminieren			
Wirkungspriorität: 1				
123	<b>Capsicum annuum</b> Chili	heiss	scharf	Perikard, Herz, Lunge, Magen, Gedärme, Milz
160	<b>Ephedra distachya</b> Meerträubchen	warm	scharf, leicht bitter	Lunge, Blase, Herz
191	<b>Hyssopus officinalis</b> Ysop	warm, neutral, kühl	scharf, aromatisch, leicht bitter	Lunge, Milz, Gedärme, Herz
230	<b>Origanum majorana</b> Majoran	warm	scharf, etwas bitter, aromatisch	Lunge, Gedärme, Leber, Magen, Milz, Herz, Chong Mai
232	<b>Origanum vulgare</b> Oregano	warm	scharf, leicht bitter, aromatisch	Lunge, Gedärme, Magen, Milz, Herz, Chong Mai
268	<b>Salvia officinalis</b> Salbei	warm, neutral, kühl	aromatisch, bitter, scharf	Lunge, Herz, Leber, Uterus, Gallenblase, Niere, Gedärme
273	<b>Satureja hortensis</b> Bohnenkraut	warm	scharf, leicht bitter	Lunge, Magen, Leber, Niere
293	<b>Thymus vulgaris</b> Thymian	warm, neutral, kühl	aromatisch, scharf, leicht bitter	Lunge, Niere, Herz, Milz, Magen, Gedärme, Uterus
315	<b>Zingiber officinalis</b> Ingwer	getrocknet: heiss, frisch: warm	scharf, aromatisch	Lunge, Milz, Magen, Herz, Uterus, Gedärme
Wirkungspriorität: 2				
80	<b>Achillea millefolium</b> Schafgarbe	warm, neutral, kühl	scharf, bitter, aromatisch	Lunge, Leber, Milz, Magen, Uterus, Niere, Blase, Herz
97	<b>Angelica archangelica</b> Engelwurz	warm	aromatisch, bitter, scharf	Lunge, Milz, Magen, Herz, Gedärme, Leber, Gallenblase
103	<b>Armoracia rusticana</b> Meerrettich	heiss	scharf	Lunge, Magen, Gedärme, Blase
107	<b>Artemisia vulgaris</b> Beifuss	warm, neutral, kühl	bitter, etwas scharf	Leber, Gallenblase, Milz, Uterus, Magen, Niere, Blase
108	<b>Asarum europaeum</b> Haselwurz	warm	scharf, bitter	Leber, Herz, Lunge
136	<b>Cinnamomum verum</b> Zimt	heiss	scharf, süss, aromatisch	Milz, Magen, Gedärme, Herz, Niere, Uterus, Lunge
143	<b>Coriandrum sativum</b> Koriander	Kraut: neutral, Samen: warm	scharf, süss	Blase, Magen, Leber
194	<b>Inula helenium</b> Alant, echter	warm	scharf, süss, leicht bitter, aromatisch	Milz, Lunge, Magen, Leber, Herz, Niere
237	<b>Petasites hybridus</b> Pestwurz, gemeine	warm	leicht bitter, süss	Lunge, Herz, Milz, Niere, Leber
Wirkungspriorität: 3				
156	<b>Echinacea purpurea</b> Sonnenhut, roter	kühl	scharf, bitter, leicht süss	Lunge, Niere, Blase, Milz



## Achillea millefolium

### Schafgarbe



**Familie:** Asteraceae, Korbblütengewächse

**Herkunft:** Heimisch in Zentral- und Südosteuropa

**Pflanzenteile:** oberirdische Teile

**Temperatur:** warm, neutral, kühl

**Geschmack:** scharf, bitter, aromatisch

**Funktionskreis:** Lunge, Leber, Milz, Magen, Uterus, Niere, Blase, Herz

**Eigenschaften:** spasmolytisch / krampflösend, antiinflammatorisch / entzündungshemmend, diuretisch / harntreibend, diaphoretisch / schweisstreibend, carminativ / blähungs- und gärungswidrig, cholagog / galletreibend, blutreinigend, Progesteron- und Gestagenbildung anregend, unterstützt die Yi Seele

**Inhaltsstoffe:** Ätherisches Öl wechselnder Zusammensetzung, abhängig z. B. von der Herkunft der Pflanze oder dem Erntezeitpunkt. Etwa 100 Verbindungen wurden bisher identifiziert: Pinen, Sabinen, Cineol u. a. Monoterpene; Chamazulen bzw. Vorstufen (Proazulene wie Achillicin) u. a. Sesquiterpenlactone; Flavonoide, Cumarine, Polyine, Salicylsäure-Derivate, Gerbstoffe

#### Wirkung

##### 1 Blut bewegen

Dysmenorrhö, Menstruationsblutung schmerzhaft, Endometriose, Palpitationen, Angina pectoris, Claudicatio intermittens, Durchblutungsstörungen peripher, Blutzirkulation vermindert, Hypertonie, Bluthochdruck, Varizen, Krampfadern, Thrombophlebitis, Phlebitis, Venenentzündung mit thrombischem Verschluss, Hämorrhoiden, Verletzung, Verstauchung

##### 2 Wind-Kälte eliminieren

Erkältung, Husten, Rhinitis, Nasenschleimhautentzündung, Schnupfen

##### 2 Wind-Hitze eliminieren

Erkältung, Sinusitis, Rhinitis, Nasenschleimhautentzündung, Grippe, Fieber, Malaria, Bronchitis, Asthma

##### 2 Qi regulieren und bewegen

Leber-Qi Stagnation, Depressionen, Launenhaftigkeit, Melancholie, Mutlosigkeit, Darmkrämpfe, Magenkrämpfe, Morbus Raynaud, PMS, Prämenstruelles Syndrom, Dysmenorrhö, Menstruationsblutung schmerzhaft mit Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Amenorrhö, Menstruationsblutung ausbleibend, Zervizitis, Endometriose, Endometritis (innerlich und Sitzbad), Wadenkrämpfe, Spannungsgefühl im Epigastrium

## Aconitum napellus

### Eisenhut



**Familie:** Ranunculaceae, Hahnenfussgewächse

**Herkunft:** Heimisch in den Alpen und den Karpaten und in den gebirgigen Regionen Europas

**Pflanzenteile:** Wurzel

**Temperatur:** heiss, kalt

**Geschmack:** scharf, süss

**Funktionskreis:** Herz, Perikard, Milz, Niere

**Eigenschaften:** toxisch, stimulierend, herzstärkend, analgetisch / schmerzstillend, Anregung des Wärmeorganismus und Integration von Stoffwechselprozessen, das beste Umwandlungsstimulans

**Inhaltsstoffe:** Aconitin und weitere Diterpenalkaloide wie Mesaconotin und Hypaconitin

#### Wirkung

##### 1 Inneres/Li erwärmen

Umwandlungsstörungen, Stoffwechselschwäche, Kältegefühl, Extremitäten kalt, Diarrhö, Durchfall, Impotenz, Ödeme, Urinieren häufig, Kälte innere

##### 1 Yang tonisieren

Herzmuskelschwäche, Schock, Angst

##### 1 Wind-Kälte/Hitze-Nässe eliminieren (Rheuma/Bi-Syndrom)

Gelenkschmerzen, Muskelrheuma, Gelenkrheuma, Gelenkentzündung, Gelenkerkrankungen

##### 2 Inneren Wind unterdrücken

Schmerzen, Migräne, Neuralgie, Trigeminusneuralgie, Interkostalneuralgie, Myalgie, Muskelschmerzen

##### 2 Hitze eliminieren und Feuer reduzieren

Pleuritis, Brustfellentzündung, Rippenfellentzündung, Pericarditis sicca, Herzbeutelentzündung, Fieber, Erkrankungen fieberhafte, Entzündung, Wunde, Infekt, Schnupfen, Bronchialkatarrh, Angina, Laryngitis, Schleimhautentzündung

**Vorsicht:** Wegen der toxischen Eigenschaft wird Aconitum napellus nur in prozessierter Form, z.B. spagyrisch, verabreicht. Bei Yin-Mangel. Nicht während der Schwangerschaft anwenden.

## Acorus calamus

### Kalmus



**Familie:** Araceae, Aronstabgewächse

**Herkunft:** Heimisch wahrscheinlich in Nordamerika und Indien, heutzutage auf der ganzen Welt verbreitet

**Pflanzenteile:** Wurzelstock

**Temperatur:** warm

**Geschmack:** scharf, aromatisch, bitter

**Funktionskreis:** Herz, Leber, Gallenblase, Milz, Magen, Lunge, Niere, Gedärme

**Eigenschaften:** stimulierend, carminativ / blähungs- und gärungswidrig, sekretolytisch / schleimlösend, expectorierend / auswurfördernd, emetisch / brechreizfördernd, adstringierend / zusammenziehend, anregend, trocknend

**Inhaltsstoffe:** Ätherisches Öl mit den Phenylpropanen Beta-Asaron (cis-Isoasaron) und Isoeugenolmethylether; Monoterpen wie Decadienal (geruchsbestimmend) und Sesquiterpene wie Acoron (bitter), ebenfalls bitter das Glykosid Acorin; Gerbstoffe. Die verschiedenen Herkünfte der Drogen unterscheiden sich ausser in ihrer Chromosomenzahl auch in der Zusammensetzung des ätherischen Öles. So ist das Öl der amerikanischen Sippe frei von Beta-Asaron, die asiatische hat einen hohen Gehalt, die europäische etwas weniger

#### Wirkung

##### 1 Sinnesorgane öffnen

Konzentrationsstörungen, Gedächtnisschwäche, Vergesslichkeit, Autismus, Bewusstseinstörung, Wahnvorstellung, Sprachstörungen, Aphasie nach einem Hirnschlag, Depressionen, Schock, Koma, Hörschwäche, Schwindel, Sinne getrübt, Sorgen

##### 1 Schleim-Kälte auflösen

Lungenschleim, Hustenkrampf, Atem oberflächlich, Knochenfistel, Räusperzwang, Nierengries, Nephrolithiasis, Nierensteine, Zystitis, Blasenentzündung

##### 1 Inneres/Li erwärmen

Verdauungsschwäche, Dyspeptische Beschwerden, Verdauungsenzym vermindert, Fermentationsmangel gastrointestinal, Spannungsgefühl im Epigastrium, Bauchkolik, Bauchkrämpfe, Qi-Mangel, Appetitlosigkeit, Magensäuremangel, Anorexie, Magersucht, Schwäche chronisch

##### 2 Yin tonisieren

Knochenbrüche, Knochenschwäche, Osteoporose-Prophylaxe, Knochenschwund-Prophylaxe, Wachstumsschmerzen, Rachitis, Haarausfall



---

## Pflanzenindex Latein

---

- Achillea millefolium 80  
 Aconitum napellus 82  
 Acorus calamus 83  
 Aesculus hippocastanum 85  
 Agrimonia eupatoria 87  
 Agropyron repens 89  
 Alchemilla xanthochlora 90  
 Aloe vera 91  
 Alpinia officinarum 92  
 Althaea officinalis 93  
 Anacyclus pyrethrum 95  
 Anethum graveolens 96  
 Angelica archangelica 97  
 Anisum stellatum 99  
 Apium graveolens 100  
 Arctium lappa 101  
 Arctostaphylos uva-ursi 102  
 Armoracia rusticana 103  
 Arnica montana 104  
 Artemisia absinthium 106  
 Artemisia vulgaris 107  
 Asarum europaeum 108  
 Asclepias tuberosa 109  
 Asparagus officinalis 110  
 Atropa belladonna 111  
 Avena sativa 112  
  
 Baptisia tinctoria 113  
 Barosma betulina 114  
 Berberis vulgaris 115  
 Betula pendula 116  
 Borago officinalis 117  
 Boswellia sacra 118  
 Bryonia alba 119  
  
 Calendula officinalis 120  
 Capsella bursa-pastoris 122  
 Capsicum annuum 123  
 Cardiospermum halicacabum 124  
 Carduus benedictus 125  
 Carum carvi 126  
 Caulophyllum thalictroides 127  
 Centaurium erythraea 128  
 Centella asiatica 129  
 Cetraria islandica 130  
 Chelidonium majus 131  
 Chimaphila umbellata 132  
 Cimicifuga racemosa 133  
  
 Cinchona pubescens 135  
 Cinnamomum verum 136  
 Citrus aurantium 137  
 Citrus aurantium Blüte 138  
 Clematis recta 139  
 Collinsonia canadensis 140  
 Commiphora molmol 141  
 Convallaria majalis 142  
 Coriandrum sativum 143  
 Crataegus laevigata 144  
 Crocus sativus 145  
 Cuminum cyminum 146  
 Curcuma xanthorrhiza 147  
 Cuscuta europaea 149  
 Cynara scolymus 150  
 Cytisus scoparius 152  
  
 Datura stramonium 153  
 Daucus carota 154  
 Dioscorea villosa 155  
  
 Echinacea purpurea 156  
 Elettaria cardamomum 158  
 Eleutherococcus senticosus 159  
 Ephedra distachya 160  
 Epilobium parviflorum 161  
 Equisetum arvense 162  
 Eschscholzia californica 164  
 Eucalyptus globulus 165  
 Eupatorium perfoliatum 166  
 Euphorbia cyparissias 167  
 Euphrasia rostkoviana 168  
  
 Filipendula ulmaria 169  
 Foeniculum vulgare 171  
 Fumaria officinalis 172  
  
 Galium aparine 173  
 Gentiana lutea 174  
 Geranium robertianum 175  
 Ginkgo biloba 176  
 Glycyrrhiza glabra 177  
 Grindelia robusta vel squarrosa 179  
  
 Hamamelis virginiana 180  
 Harpagophytum procumbens 181  
 Hedera helix 182  
 Helonias dioica 183  
  
 Hibiscus sabdariffa 184  
 Humulus lupulus 185  
 Hydrangea arborescens 187  
 Hydrastis canadensis 188  
 Hypericum perforatum 189  
 Hyssopus officinalis 191  
  
 Imperatoria ostruthium 192  
 Inula helenium 194  
 Iris versicolor 196  
  
 Juglans regia 197  
 Juniperus communis 198  
  
 Lamium album 200  
 Laurus nobilis 201  
 Lavandula angustifolia 202  
 Leonurus cardiaca 204  
 Levisticum officinale 206  
 Linum usitatissimum 208  
 Lobelia inflata 210  
 Lonicera caprifolium 211  
 Lycium chinensis 212  
  
 Macrosystis pyriferia 213  
 Mahonia aquifolium 215  
 Marrubium vulgare 216  
 Matricaria recutita 217  
 Melilotus officinalis 219  
 Melissa officinalis 220  
 Mentha piperita 221  
 Mentha pulegium 222  
 Myrica cerifera 223  
 Myristica fragrans 224  
  
 Nasturtium officinale 225  
  
 Ocimum basilicum 227  
 Oenothera biennis L. 228  
 Ononis spinosa 229  
 Origanum majorana 230  
 Origanum vulgare 232  
 Paeonia officinalis 234  
 Panax ginseng 235  
 Passiflora incarnata 236  
 Petasites hybridus 237  
 Petroselinum crispum 238  
 Phytolacca americana 239
-

---

## Pflanzenindex Deutsch

---

Alant, echter 194  
 Aloe 91  
 Ampfer, Krauser 264

Andorn, gemeiner 216  
 Anis 241  
 Arnika 104  
 Artischocke 150  
 Augentrost 168

Baldrian 303  
 Ballonrebe 124  
 Bärentraube 102  
 Basilikum 227  
 Beifuss 107  
 Beinwell 287  
 Benediktenkraut 125  
 Berberitze 115  
 Bertram 95  
 Besenginster 152  
 Birke 116  
 Bitterorange 137  
 Blutwurz 251  
 Blutwurz, kanadische 271  
 Bocksdorn, gemeiner 212  
 Bockshornklee 296  
 Bohnenkraut 273  
 Boretsch 117  
 Braunelle, gemeine 253  
 Braunwurz, knotige 274  
 Brennessel, kleine 299  
 Brunnenkresse 225  
 Bukkostrauch 114

Chili 123  
 Chinarindenbaum 135

Damiana 297  
 Dill 96

Efeu 182  
 Eibisch 93  
 Eisenhut 82  
 Eisenkraut 305  
 Engelwurz 97  
 Enzian, gelber 174  
 Erdrauch 172  
 Essigbaum 260

Eucalyptus 165  
 Färberhülse 113  
 Faulbaum 258  
 Feldraute 265  
 Fenchel 171  
 Fischrinde 243  
 Flohsamen 244  
 Frauenmantel, gelbgrüner 90  
 Frauenwurz 127

Galgant 92  
 Geissblatt, wohlriechendes 211  
 Gelbholz, eschenblättrig 313  
 Gelbwurzel, kanadische 188  
 Gewürznelke 288  
 Gichtkraut 132  
 Ginkgo 176  
 Ginseng 235  
 Goldmohn 164  
 Goldrute 283  
 Griesswurzel, kanadische 140  
 Grindeliakraut 179

Hafer 112  
 Haselwurz 108  
 Hauhechel, dorniger 229  
 Heidelbeere 301  
 Heilziest 285  
 Helmkraut 275  
 Herzgespann 204  
 Hibiscus 184  
 Himbeere 263  
 Hirtentäschel 122  
 Holunder, schwarzer 270  
 Hopfen 185  
 Hopfenseide 149  
 Hortensie 187  
 Hufflattich 298

Ingwer 315  
 Isländischmoos 130

Johanniskraut 189

Kalmus 83  
 Kamille 217  
 Kardamon 158

Karotte 154  
 Kelp 213  
 Kermesbeere 239  
 Klette, grosse 101  
 Klettenlabkraut 173  
 Königin der Nacht 276  
 Königskerze, grosse 304  
 Koriander 143  
 Kreuzkümmel 146  
 Küchenschelle, kleine 256  
 Kümmel 126  
 Kurkuma 147

Lavendel 202  
 Lebensbaum 292  
 Leinsamen 208  
 Liebstöckel 206  
 Linde 294  
 Lobelie 210  
 Lorbeer 201  
 Löwenzahn 290  
 Lungenkraut 255

Mädesüss 169  
 Mahonienwurzel 215  
 Maiapfel 246  
 Maiglöckchen 142  
 Maishaar 314  
 Majoran 230  
 Mariendistel 279  
 Meerrettich 103  
 Meerträubchen 160  
 Meisterwurz 192  
 Mönchspfeffer 310  
 Muskatnuss 224  
 Mutterkraut 289  
 Myrrhe 141

Nachtkerzen 228  
 Nachtschatten, Bittersüsser 282

Odermennig, gemeiner 87  
 Orangenblüte 138  
 Oregano 232

Passionsblume 236  
 Pestwurz, gemeine 237  
 Petersilie 238

---

---

## Index Symptome

---

- Abdominalschmerz** 97, 99, 107, 126, 136, 137, 150, 171, 177, 202, 217, 237, 241, 243, 250, 254, 293, 310  
 – rechts oben 172
- Abdominalspasmen** 103, 126, 137, 171, 174, 177, 222, 241, 269, 311
- Abgeschlagenheit** 95, 97, 103, 105, 112, 115, 121, 128, 142, 144, 151, 156, 159, 171, 177, 183, 190, 192, 194, 198, 204, 206, 214, 225, 235, 248, 252, 261, 269, 270, 286, 293, 296, 297, 303
- Ablenkbarkeit** 92
- Abmagerung** 30, 112, 212
- Abneigung gegen das Sprechen** 177
- Abort** 21, 29, 30
- abortiv** 100, 108, 265
- Absorptionschwäche** 88
- Abstillprobleme** 268
- Abszess** 90, 104, 156, 182, 185, 188, 189, 239, 245, 251, 258, 270, 274, 285, 287, 289, 290, 296, 300  
 – durchbruchfördernd 118
- Abtreibungsblutung** 81, 90
- Abwehrschwäche** 29, 92, 128, 156, 159, 168, 192, 194, 198, 208, 214, 216, 235, 251, 270, 293, 299
- Äderchen geplatzt** 138, 257
- ADHS** 112, 204, 228
- Adipositas** 23, 100, 115, 155, 171, 213, 214, 239, 258, 261, 269, 270
- Adnexitis** 90, 200
- Afterjucken** 197, 251
- Aggression** 200
- Akne** 21, 81, 93, 101, 124, 129, 130, 147, 165, 172, 195, 196, 197, 207, 217, 225, 270, 274, 281, 283, 286, 287, 289, 290, 300, 309, 310
- Albträume** 131
- Albuminurie** 15, 31, 150, 198, 200, 206, 257
- Alkoholabusus** 110, 150, 236, 290, 308
- Alkoholkater** 230, 233
- Allergie** 115, 124, 129, 147, 177, 238, 241, 245, 289  
 – gegen Korbblütengewächsen 125
- Alpträume** 21, 227, 235, 265, 285, 293
- Altersherz** 248
- Altersmelancholie** 192
- Alterung frühzeitig** 150, 155
- hormonell bedingt 295
- Amenorrhö** 25, 30, 80, 91, 98, 107, 127, 128, 133, 136, 140, 141, 147, 183, 186, 190, 192, 195, 199, 200, 201, 204, 206, 212, 216, 221, 222, 227, 230, 232, 237, 239, 254, 256, 261, 265, 269, 273, 277, 285, 289, 292, 293, 295, 300, 310, 315
- Amöbenruhr** 267
- Anal**  
 -ekzem 120, 180  
 -entzündung 120, 257  
 -fisur 140, 162, 180, 251  
 -prolaps 85, 90, 137, 180, 257, 296  
 -schmerzen 140
- Anämie** 30, 92, 95, 130, 145, 149, 150, 190, 212, 214, 215, 216, 226, 234, 248, 264, 286, 296, 299  
 – aus Vitamin B 12-Mangel 95, 299
- Angina** 21, 26, 30, 80, 82, 92, 98, 104, 105, 111, 113, 120, 122, 129, 136, 142, 144, 147, 155, 156, 168, 176, 177, 178, 182, 204, 210, 220, 236, 237, 239, 241, 245, 247, 265, 267, 268, 270, 272, 285, 286, 289, 292, 294, 305  
 – pectoris 303  
 – tonsillaris 300
- Angiopathie** 214
- Angst** 82, 95, 110, 112, 117, 129, 142, 144, 164, 176, 185, 186, 189, 192, 202, 204, 210, 217, 222, 230, 232, 233, 235, 236, 237, 243, 247, 256, 265, 269, 275, 276, 282, 285, 289, 292, 293, 294, 303, 306, 308, 309  
 – die am Herz verspürt wird 92  
 – vor drohender Gefahr oder Krankheit 256
- Anorexie** 26, 29, 30, 81, 83, 95, 98, 112, 128, 135, 137, 185, 220, 235, 261, 293, 306
- Anpassungsschwierigkeit** 194
- Ansammlungen** 137
- Anspannung** 28, 112, 222, 236, 303  
 – nervlich 185, 243, 265, 275
- Antiallergen** 176
- Antriebslosigkeit** 29, 121, 133, 177, 198, 235, 261
- Anurie** 115, 169, 206, 266, 283
- Apathie** 227, 261
- Aphasie** 28  
 – nach einem Hirnschlag 29, 83
- Aphrodisiakum** 192
- Aphte** 87, 93, 94, 101, 115, 116, 141, 251, 309
- Apoplexie** 104, 190, 192, 202, 231, 261, 285, 294
-