

疗法

Behandlung

Bei der Behandlung mit Heilkräutern unterscheidet man so genannte „äußere“ und „innere“ *Krankheiten*. Äußere oder oberflächliche Beschwerden sind etwa Erkältungen, Grippe und leichte Schmerzen. Viele der hierbei verwendeten Heilkräuter könnte man als antibakteriell oder schweißtreibend bezeichnen; sie tragen dazu bei, die Körpertemperatur bei Fieber zu senken.

Innere Erkrankungen sind in der Regel gravierender und die Heilkräuter besitzen häufig eine sehr spezifische Wirkungsweise.

诊法

Chinesische Diagnose

Ziel der ganzheitlichen Diagnose ist es, durch

- gezielte Befragung,
- Pulsmessung und
- Zungendiagnostik

die Ursache und Entstehungsweise einer Krankheit zu erkennen, welche dann einem bestimmten Erkrankungsbild zugeordnet werden kann.



倪娜 艾思蓓

Dr. Nina Essl-Perl

Dr. Nina Essl-Perl ist Ärztin für Allgemeinmedizin und seit mehreren Jahren insbesondere auf dem Gebiet der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) tätig. Neben Akupunkturdiplomen der Beijing University of Chinese Medicine und der Österreichischen Ärztekammer runden zahlreiche Studienaufenthalte und Teilnahmen an Kongressen in Beijing, Shanghai und Chengdu ihre Expertise ab.

Diplome:

- Akupunktur und Moxibustion
- Kräuterheilkunde
- Tuina-Massage
- Ernährungsmedizin
- Arbeitsmedizin
- Notfallmedizin



DR. NINA ESSL-PERL



DR. NINA ESSL-PERL

Ärztin für Allgemeinmedizin und
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Ordination:
Salzergasse 11/1
1090 Wien
Austria

T +43 (0)1 25 29 669
F +43 (0)1 25 33 033 9867
E praxis@essl-perl.at
W www.essl-perl.at

CHINESISCHE
KRÄUTERHEILKUNDE

中药

中药

Chin. Kräuterheilkunde

Die Chinesische Kräuterheilkunde (Phytotherapie) ist eine Therapieform der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die in China seit rund 5000 Jahren praktiziert wird.

Wie es heißt, habe *Shen Nong*, eine Figur der chinesischen Mythologie, im Selbstversuch hunderte Pflanzen auf ihre medizinischen Eigenschaften untersucht. Sein berühmtes Buch *Shen Nong Ben Cao Jiang* führt 365 Kräuter an und bildet bis heute die Grundlage zahlreicher Rezepturen.

Über 7000 Arzneien sind bekannt, an die 600 davon werden häufig verwendet. Neben Kräutern können in seltenen Fällen aber auch Gesteine und tierische Produkte in das Rezept Eingang finden.

Eingeteilt werden die Kräuter nach folgenden Kriterien:

- Geschmacksrichtung (sauer, bitter, süß, scharf und salzig)
- Thermische Wirkung (kalt, kühl, warm, heiß)
- Wirkrichtung (aufsteigend, absenkend, zerstreugend, zusammenziehend)



汤头

Rezepturen

Die Chinesische Kräuterheilkunde kennt tausende detaillierte Rezepturen, die auf bestimmte Krankheitssymptome abzielen.

Innerhalb dieser Rezepte haben die Kräuter bestimmte Aufgaben:

- Kaiser:* Die Hauptarznei in einem Rezept
- Minister:* Unterstützt die Wirkung des Kaisers
- Bote:* Leitet die Wirkstoffe zum „Einsatzort“ im Körper
- Helfer:* Verhindert Nebenwirkungen der Hauptarznei

Ein Rezept kann nur dann die volle Wirkung entfalten, wenn alle enthaltenen Substanzen sorgsam aufeinander abgestimmt sind. Eingenommen werden die heilenden Kräuter meistens in abgekochter Form (ähnlich einem Tee), aber auch als Granulat, hydrophiles Konzentrat, Pulver oder Pille.

副作用

Nebenwirkungen

Nebenwirkungen können vor allem bei Verwendung von Heilkräutern minderer Qualität auftreten, was aber durch den Kauf bei autorisierten Fachhändlern praktisch ausgeschlossen ist.

应用

Anwendungsgebiete

Magen- und Darmerkrankungen

Gastritis · Sodbrennen · Reizdarm · Verstopfung · Durchfall
Morbus Crohn · Erbrechen nach Chemotherapie

Herz und Kreislauf

Hypertonie, Hypotonie

Atemwegserkrankungen

Verkühlungen · akuter und chronischer Husten
Asthma bronchiale

HNO

Tinnitus · Nebenhöhlenentzündungen · Halsschmerzen

Allergische Erkrankungen

Heuschnupfen · allergisches Asthma

Gynäkologische Erkrankungen

Regelschmerzen · prämenstruelles Syndrom · Kinderwunsch
Beschwerden in der Menopause · Schwangerschaftserbrechen
Zyklusunregelmäßigkeiten

Urogenitale Erkrankungen

Blasenentzündung · Inkontinenz · Reizblase

Hauterkrankungen

Schuppenflechte · Ekzeme · Haarausfall · Neurodermitis

Kinderkrankheiten

Hauterkrankungen · Bettnässen · Hyperaktivität
Krankheiten des Verdauungssystems

Akute und chronische Schmerzen

Kopfschmerzen · Neuralgien · Schmerzen des Bewegungsapparates

Funktionelle Störungen

Erschöpfungszustände · Nervosität



Das Gute liegt darin,
dem Wirken der Natur
zu folgen.
Tsuang Tse

