



THE THREE TREASURES NEWS

Januar 2000

Influenza - Infektionen der Atemwege und ihre Behandlung

Akute Infektionserkrankungen der Atemwege können ohne das Verständnis der Theorie der 6 Stadien und besonders das der 4 Ebenen nicht richtig diagnostiziert und behandelt werden. Aus Perspektive der chinesischen Medizin manifestieren sich die Anfangsstadien einer akuten Infektion der Atemwege gewöhnlich mit Symptomen einer Invasion von Wind.

Zhang Zhong Jing's Werk „Diskussion der durch Kälte verursachter Krankheiten“ stellt den zeitlich frühesten Bezugsrahmen für Diagnose und Behandlung von Störungen dar, die durch äußere Wind-Kälte ausgelöst werden. Obwohl dieser berühmte Klassiker auch das Eindringen von Wind-Hitze samt therapeutischer Maßnahmen diskutiert, wurde eine umfassende Theorie äußerer Wind-Hitze-Erkrankungen erst im späten 17. Jahrhundert durch die sog. Schule der Wärmekrankheiten (*Wen Bing*) entwickelt. Folglich trennt diese beiden Lehrtraditionen, die die Säulen in der Diagnose und Behandlung äußerer Erkrankungen sind, eine Zeitspanne von etwa 15 Jahrhunderten:

es sind die Schule der durch Kälte verursachten Krankheiten (Schule des *Shang Han*) basierend auf der „Diskussion Kälte-induzierter Erkrankungen („*Shang Han Lun*“) von *Zhang Zhong Jing* (ca. 220 v.Chr.) und die Schule der Wärme-Krankheiten (*Wen Bing* Schule), die im späten 17. und frühen 18. Jahrhundert ihren Anfang nahm. Die hauptsächlichlichen Vertreter dieser Tradition waren *Wu You Ke* (1582 – 1652), *Ye Tian Shi* (1667 – 1746) und *Wu Ju Tong* (1758-1836).

Shang Han Lun – die 6 Stadien

Die Symptomatologie der Windkälte wurde von *Zhang Zhong Jing* in „Diskussion durch Kälte verursachter Krankheiten“ (ca. 220 v.Chr.) erörtert, wo er zum ersten Mal die Theorie der 6 Stadien entwickelte. Diese sind:

Tai Yang / Größeres Yang:

Windkälte mit Vorherrschen von Kälte
Windkälte mit Vorherrschen von Wind

Yang Ming/ Leuchtendes Yang

Krankheitsmuster, bei dem die Kanäle/ Meridiane betroffen sind (Magenhitze)
Syndrom, welches das Organ selbst betrifft (Magenfeuer)

Shao Yang / Kleineres Yang

Tai Yin / Größeres Yin

Shao Yin / Kleineres Yin

Jue Yin / Finales Yin

Das erste Krankheitsstadium, das Größere Yang, ist das einzige, das sich im Äußeren abspielt. In dieser Phase befindet sich die Windkälte an der Oberfläche und nur der Anteil des Abwehr-Qi der Lunge ist betroffen, nicht das Innere des Körpers. Die Lungenfunktionen des Zerstreuens und des nach unten Absinkenlassens von Qi sind gestört und der äußere Wind sitzt im Raum zwischen Haut und Muskeln, wo er die Zirkulation des Abwehr-Qi behindert. Die wesentlichen Symptome dieses Größeren Yang-Stadiums sind:

- Abneigung gegen Kälte oder Schüttelfrost
- Schmerz im Hinterkopf und/oder Steifheit des Nackens
- oberflächlicher Puls

„Abneigung gegen Kälte“ bezeichnet ein typisches Gefühl von Kälte und Schüttelfrost, der in Wellen zu Beginn einer Erkältung oder einer Grippe auftritt. Charakteristisch ist, dass keine Besserung eintritt, wenn man sich zudeckt. Die meisten Leute, die sich eine schwere Erkältung oder Grippe eingefangen haben, frösteln auch im Bett unter den Decken weiter.

Der Schmerz im Hinterkopf oder die Steifheit des Nackens resultieren aus der blockierten Zirkulation des Abwehr-Qi in den Kanälen des Größeren Yang (Dünndarm und Blase), welche in diesem Areal verlaufen.

Der oberflächliche Puls reflektiert das nach außen Stürmen des Abwehr-Qi, das den pathogenen Faktor zu bekämpfen sucht.

Neben diesen drei Hauptsymptomen gibt es noch andere wie laufende Nase, Niesen, möglicherweise Fieber, auch Husten, Schmerzen im ganzen Körper, Jucken im Hals usw.. Alle diese Symptome sind Folgen davon, dass die Funktionen der Lunge bei der Zerstreung und Absenkung des Qi behindert sind und die Zirkulation des Abwehr-Qi in den Muskeln blockiert ist.

Wen Bing- die 4 Ebenen

Was bedeutet „Wärmekrankheit“ („warm disease“)? Es handelt sich hierbei um meine eigene Übersetzung des chinesischen Terminus „*Wen Bing*“. Die oben erwähnten Ärzte aus der gleichnamigen Denkschule konnten wichtige Innovationen zu der Theorie des Windes in der chinesischen Medizin einführen. Die Schule der Wärmekrankheiten postulierte die Existenz von äußeren pathogenen Faktoren, die über den natürlichen Charakter von Wind hinausgehen: sie sind so stark und virulent, dass, unabhängig, wie kräftig das Körperqi einer Person auch ist, alle, egal ob Mann, Frau oder Kind, zu Dutzenden erkranken. Noch bedeutsamer ist, dass zum ersten Mal in der Geschichte der Chinesischen Medizin die Ärzte erkannten, dass einige äußere pathogene Faktoren infektiös sind.

Eine weitere innovative Idee, die auf diese Schule zurückgeht, war, dass die pathogenen Faktoren, welche die Wärmekrankheiten verursachen, alle unter die Kategorie von Wind-Hitze fallen und über Mund und Nase in den Körper eindringen und nicht über die Haut wie die Windkälte.

Charakteristische Eigenheiten der Wärmeekrankungen sind daher:

- 1.) sie manifestieren sich mit den Anzeichen und Symptomen von Wind-Hitze in den Anfangsstadien. (Windhitze ist hier in einem weiten Sinne zu verstehen, kann sich auch in Form von feuchter Hitze, Sommerhitze, Winterhitze, Frühlingshitze oder Trockenheitshitze ausdrücken.)
- 2.) es kommt immer Fieber vor
- 3.) sie sind infektiös
- 4.) die Windhitze dringt in den Körper über Mund und Nase ein
- 5.) der pathogene Faktor ist besonders stark
- 6.) Wind-Hitze besitzt eine ausgeprägte Neigung, sich in innere Hitze zu verwandeln
- 7.) befindet sich die Hitze erst einmal im Inneren, dann tendiert sie dazu, die Körpersäfte auszutrocknen

Jedoch, obwohl alle pathogenen Faktoren, über die die *Wen Bing*-Schule nachdachte, unter die weite Definition von Wind-Hitze fallen, ist nicht jede Pathologie, die durch Wind-Hitze verursacht wird, eine Wärmekrankheit. Einige der äußeren Erkrankungen, die mit Symptomen (und damit den oben genannten Charakteristika) von Wind-Hitze anfangen, sind Wärmekrankheiten, andere nicht. Beispiele für Wärmekrankheiten sind Masern, Windpocken, einige Arten von Grippe, Röteln, Poliomyelitis, Pocken, Scharlach, Keuchhusten und Meningitis. Für Wind-Hitze-Pathologien, die keine Wärmeekrankungen sind, können exemplarisch gewöhnliche Erkältung (vom Wind-Hitze-Typ), einige Arten von Grippe, Drüsenfieber (Mononukleose) und jede unspezifische Infektion des oberen Respirationstraktes, die sich mit Windhitze-Symptomen manifestiert, stehen.

Auch die Grippeepidemie, welche zur Zeit der Verfassung dieses Artikels (im Januar 2000) über die Welt schwappte, war eine *Wen Bing*-Krankheit. Denn sie war sehr virulent und besaß eine starke Tendenz, sehr schnell in die Qi-Ebene einzudringen (und Infektionen des Brustraumes zu verursachen)

Die Unterscheidung zwischen simplem Eindringen von Wind-Hitze und der Invasionen von Wind-Hitze, einer *Wen Bing*-Erkrankung, ist für die Praxis von großer Bedeutung.

Bei „einfacher“ Wind-Hitze ist es möglich, die Krankheit in einem frühen Stadium zu stoppen.

Bei echten Wärmekrankheiten können die Symptome zu Beginn zwar abgemildert werden, es ist jedoch unmöglich, sie auch im frühen Stadium ganz zu stoppen. Die Chinesische Medizin kann jedoch gewiss folgende Behandlungsziele erreichen:

- *die Linderung der Symptome
- *die Verkürzung des Verlaufes der Krankheit
- *die Verhinderung einer Übertragung auf die Ying- oder Blut-Ebene (siehe später)
- *die Vorbeugung von Komplikationen
- *die Prävention gegenüber der Ausbildung persistierender pathogener Faktoren

Die Behandlung äußerer Invasionen ist deshalb bedeutsam, weil diese zu ernsthaften Konsequenzen bei Kindern und älteren Personen führen können.

Bei Kindern beginnen viele, schwere Erkrankungen mit Symptomen eines Eindringens von Wind-Hitze. Zu Beginn kann man nicht wissen, um was es sich handelt und deshalb ist es wichtig, die Manifestationen früh zu behandeln. So zeigen zum Beispiel Masern, Diphtherie, Keuchhusten, Poliomyelitis, akute Nephritis, Scharlach und Meningitis anfänglich Wind-Hitze-Symptome.

Bei älteren Personen kann äußerer Wind leicht in das Innere einbrechen, wo er Bronchitis und Lungenentzündung auslöst, die sich im Alter oft fatal auswirken.

Die 4 Ebenen:

Die vier Ebenen sind:

-Ebene des Abwehr-Qi (Wei)

Windhitze

Feuchte Hitze

Sommerhitze

Windtrockenheitshitze

-Qi-Ebene

Lungenhitze

Magenhitze

Trockene Hitze des Magens und der Därme

Hitze in der Gallenblase

Feuchte Hitze in Magen und Milz

-Ebene des nutritiven Qi (Ying)

Hitze im Perikard

Hitze im nutritiven Qi

-Blut-Ebene

Hitze, die die Abwehr überwunden hat, attackiert das Blut

Hitze, die die Abwehr überwunden hat, verursacht Wind

Leere-Wind greift das Innere an

Kollaps von Yin

Kollaps von Yang

Die erste Ebene betrifft das im Äußeren angesiedelte Stadium der Windhitze-Invasion, die drei anderen beschreiben pathologische Zustände, die entstehen, wenn ein pathogener Faktor in das Innere eindringt und sich dort in Hitze verwandelt. Die vier Ebenen repräsentieren unterschiedliche Ebenen energetischer Tiefe:

die erste ist die Oberfläche (Exterior), die übrigen drei sind das Innere (Interior) des Körpers.

Besonders interessant ist in dieser Theorie aber noch die weitere Unterscheidung dieser drei verschiedenen Stufen des Inneren, wobei die Qi-Schicht die oberflächlichste der inneren Ebenen ist und die Blutebene die tiefste.

Die Abwehr-Qi-Ebene entspricht weitgehend dem GrößerenYang-Stadium in der Theorie der 6 Stadien. Das erstere bezieht sich aber auf Wind-Hitze und letzteres auf Wind-Kälte.

Hauptsymptome einer Wind-Hitze-Invasion sind Abneigung gegen Kälte, Schüttelfrost, Fieber, Halsschmerzen, Anschwellen der Tonsillen, Schmerzen in Kopf und Körper, Schnupfen, Husten, laufende Nase mit gelbem Sekret, leicht dunkler Urin, leichte Rötung der Zungenränder und ein oberflächlicher, schneller Puls. Beachtenswert ist, dass es auch bei Wind-Hitze zu einer Abneigung gegenüber Kälte kommt. Denn die Wind-Hitze blockiert das Abwehr-Qi, das deshalb nicht in der Lage ist, die Muskeln zu wärmen.

Erkältung und Grippe

Infektionen durch Erkältungs- oder Grippeviren breiten sich über den Respirationstrakt aus und können in jeder Jahreszeit vorkommen, vornehmlich treten sie aber im Winter oder Frühling auf. Aus chinesischer Perspektive können sie sich entweder mit Symptomen von Wind-Kälte oder Wind-Hitze manifestieren. Erkältung und Grippe sind Virusinfektionen der Atemwege. Erkältungen werden verursacht durch eine Menge verschiedener Erreger, darunter Adenovirus, Echovirus, Parainfluenza Virus, respiratorischer Syncytial Virus und Rhinovirus. Bei der Grippe können dies Viren der Klassen Influenza A, B, C sein.

Ätiologie und Pathologie

Das Eindringen eines äußeren pathogenen Faktors wird durch ein vorübergehendes relatives Ungleichgewicht zwischen diesem und dem Qi des Körpers verursacht. Diese Imbalance tritt ein, wenn entweder das Qi des Körper temporär und relativ schwach oder aber der Krankheitserreger sehr stark ist. Ersteres kann durch Überarbeitung, exzessive sexuelle Aktivität, unregelmäßiges Essen, emotionalen Stress oder eine Kombination aus diesen Faktoren der Fall sein. Ist der Körper in dieser Weise geschwächt, so kann selbst ein mildes Pathogen eine äußere Windinvasion auslösen.

„Wind“ bezeichnet sowohl einen Faktor der Ätiologie einer Erkrankung als auch einen pathologischen Zustand. Im ersten Sinn aufgefasst, bezieht sich der Begriff wörtlich auf einen bestimmten klimatischen Einfluss, speziell plötzliche Wetterveränderungen, auf die sich der Körper nicht schnell genug einstellen kann. Als pathologische Größe steht er für einen Komplex von Symptomen und Anzeichen, die sich als Wind-Kälte oder Wind-Hitze manifestieren.

In der klinischen Praxis ist dies der wichtigste Aspekt des Konzeptes von Wind. Folglich wird die Diagnose „Wind“ nicht aufgrund der Vorgeschichte gestellt (es ist also nicht nötig, den Patienten zu fragen, ob er einem Windeinfluss ausgesetzt war), sondern auf der Basis der Symptome und Anzeichen. Treten diese alle auf (Abneigung gegen Kälte, Frösteln, Fieber, Schnupfen, laufende Nase, Kopfschmerzen und oberflächlicher Puls), handelt es sich um einen Zustand äußeren Windes, unabhängig davon, in welchem Klima sich die Person in den letzten Tagen oder Stunden aufgehalten hat. Tatsächlich gibt es auch chronische Erkrankungen, die sich mit Symptomen von Wind manifestieren und auch in dieser Weise behandelt werden, ohne dass ein Zusammenhang mit irgendwelchen klimatischen Einflüssen besteht. Zum Beispiel manifestiert sich allergische Rhinitis (hervorgerufen durch Hausmilben oder Pollen) mit Symptomen und Zeichen von „Wind“ und wird als solche therapiert.

Das Krankheitsbild von Erkältung und Grippe kann sich primär nun mit Symptomen von Wind-Kälte oder von Wind-Hitze darstellen. Diese sind die Haupttypen von Wind, die meisten anderen Typen können durch Modifikation der Basisrezepturen für Wind-Kälte und Wind-Hitze behandelt werden.

Gleichzeitiges Kältegefühl und Fieber

Fieber mit gleichzeitigem Schüttelfrost ist das charakteristischste Symptom der Anfangsstadien einer Windinvasion:

sie zeigen, dass ein Eindringen eines äußeren pathogenen Faktors vorliegt, der sich noch auf einer oberflächlichen Ebene befindet. Solange es zu einem Frösteln kommt, befindet sich der pathogene Faktor auf dem Äußeren (Exterior).

Ich werde nun detailliert die Pathologie und klinische Relevanz von Fieber und Abneigung gegen Kälte diskutieren, wie sie zu Beginn einer Invasion von äußerem Wind auftreten.

Abneigung gegen Kälte

Bei äußeren Mustern resultieren Abneigung gegen Kälte und „sich kalt fühlen“ aus der Tatsache, dass der äußere Wind den Raum zwischen Haut und Muskeln blockiert, wo das Abwehr-Qi zirkuliert. Da Abwehr-Qi die Muskeln wärmt, kommt es durch seine Blockade durch Wind zu Kältegefühl und Frösteln (auch wenn es sich beim pathogenen Faktor um Wind-Hitze handelt). Deshalb muss das Abwehr-Qi nicht notwendigerweise schwach sein, es ist nur im Raum zwischen Haut und Muskeln blockiert.

Folglich verursachen – bei Äußeren Muster - beide, sowohl Wind-Hitze als auch Wind-Kälte, ein Gefühl von Kälte und Frösteln – entgegen der weit verbreiteten Ansicht, dass dies bei Wind-Hitze nicht der Fall sei. Das auf die Blockade des Abwehr-Qi durch Wind zurückgehende Frösteln (egal ob durch Wind-Kälte oder Wind-Hitze) im Raum zwischen Haut und Muskeln, findet sich auch bei Wind-Hitze-Invasionen, wenngleich weniger ausgeprägt als bei Wind-Kälte.

Allgemein gibt es drei Aspekte des Kältegefühles beim Eindringen von äußerem Wind:

- * der Patient friert und zeigt wellenförmige Anfälle von Frösteln
- * zudem mag er nicht die Wohnung verlassen und sich im Freien aufhalten
- * außer in ganz leichten Fällen wird das Kältegefühl nicht gebessert, wenn man sich zudeckt

Schlussfolgerung: ein Kältegefühl bei äußeren Invasionen entsteht aus der Blockade des Abwehr-Qi im Raum zwischen Haut und Muskeln und zeigt an, dass sich der äußere Faktor an der Oberfläche aufhält – sobald das Kältegefühl weicht, ist er weitergewandert, befindet er sich im Inneren.

Fieber

Um das Konzept von Fieber zu verstehen, ist es wichtig, zu wissen, dass der chinesische Begriff *Fa Shao* oder *Fa Re* in der alten chinesischen Medizin nicht unbedingt mit dem Terminus „Fieber“ in der modernen westlichen Medizin identisch ist. Im alten China gab es offensichtlich keine Thermometer und das Symptom *Fa Shao* oder *Fa Re*, wie es in den traditionellen Texten beschrieben wird, bedeutet dann auch nicht unbedingt, dass der Patient an tatsächlichem Fieber leidet. Wörtlich bedeutet es ausströmende brennende Hitze und zeigt an, dass sich der Körper des Patienten heiß anfühlt bis hin zum Brennen bei Berührung: die Regionen, die dabei angefasst werden, sind üblicherweise die Stirn und die Handrücken – im Gegensatz zu den Handflächen, die tendenziell eher leere Hitze reflektieren. So ist es charakteristisch für *Fa Re* (dem sogenannten Fieber) im äußeren Stadium der Windinvasion, dass sich der Rücken der Hände heißer anfühlt als die Handflächen, ebenso ist der obere Rücken im Vergleich mit der Brust heißer. Dieses objektive heiße Anfühlen des Körpers des Patienten kann - muss aber nicht - von einem tatsächlichem Fieber begleitet werden. Wenn diese Symptome von Schüttelfrost und Kältegefühl gleichzeitig mit dem objektiven Zeichen des Heiß-Anfühlen des Körpers des Patienten (oder auch ein tatsächliches Fieber) auftritt, zeigt dies eine akute Invasion von äußerem Wind an und dass sich der pathogene Faktor noch

an der Oberfläche befindet. Im besonderen dienen Frösteln und Kältegefühl hier als Indikatoren, dass der pathogene Faktor an der Oberfläche ist. In dem Moment, wenn der Patient sich nicht mehr kalt, sondern heiß fühlt und er im Bett die Decken abwirft, heißt das, dass der pathogene Faktor ins Innere gelangt ist und sich in Hitze verwandelt hat. Das Fieber bzw. das sich „heiß Anfühlen“ des Körpers resultiert aus dem Kampf zwischen dem Qi des Körpers (dem korrekten, aufrechten Qi) und dem äußeren pathogenen Faktor. Folglich zeigt die Intensität von Fieber oder Hitzegefühl das Ausmaß dieser Auseinandersetzung an, in Abhängigkeit von der relativen Stärke des äußeren pathogenen Faktors und der des aufrechten Qi. Je stärker das Pathogen oder je kräftiger das korrekte Qi, desto höher das Fieber oder Hitzegefühl. Deshalb wird das Fieber am höchsten sein, wenn sowohl pathogener Faktor als auch aufrechtes Qi stark sind. Daraus ergeben sich drei mögliche Situationen:

- * Starker pathogener Faktor mit starkem aufrechten Qi: hohes Fieber oder Hitzegefühl des Körpers;
- * Starker pathogener Faktor und Schwäche des aufrechten Qi oder umgekehrt: mittelstarkes Fieber oder Hitzegefühl;
- * Schwach sind sowohl pathogener Faktor als auch aufrechtes Qi: niedriges Fieber oder Hitzegefühl oder gar kein Fieber.

Andererseits ist die relative Stärke des Pathogen und des aufrechten Qi nur einer der Faktoren, welcher die Intensität von Fieber bzw. Hitze bestimmt. Ein anderer Faktor ist einfach die Konstitution der Person:

eine Person mit einer Yang-Konstitution (i.e. Vorherrschen von Yang), wird anfälliger gegenüber der Invasion von Wind-Hitze sein als gegenüber dem Eindringen von Wind-Kälte. Auch wird sie eher höheres Fieber oder Hitzegefühl entwickeln. Man kann sagen, die Konstitution entscheidet hauptsächlich darüber, ob eine Person eine Invasion von Wind-Hitze oder von Wind-Kälte erleidet. Wäre es anders, würde in nördlichen kalten Ländern niemals jemand an einem Wind-Hitzeangriff erkranken, was aber nicht der Fall ist. Das ist auch der Grund, warum bei Kindern Wind-Hitze-Invasionen weit häufiger als Wind-Kälte-Invasionen vorkommen. Kinder sind von Natur aus Yang im Vergleich zu Erwachsenen. Zusätzlich gibt es in unserer modernen Zeit neue, künstliche Umstände, welche auf Personen prädisponierend wirken, sich unter Windeinfluss eine Wind-Hitze-Erkrankung zuzuziehen. Es handelt sich dabei um sehr trockene Orte mit Zentralheizung, Arbeitsbedingungen, die mit Hitzeinfluss verbunden sind (z B beim Kochen, Metallarbeiten) etc.

Primär ausschlaggebend ist aber die persönliche Konstitution und obwohl es richtig ist, dass hohes oder niedriges Fieber bei Wind-Hitze wie auch Wind-Kälte auftreten, ist in der Praxis doch generell ein höheres Fieber oder Hitzegefühl mit Wind-Hitze verbunden.

Die Differenzierung zwischen Wind-Hitze und Wind-Kälte wird nicht bloß auf der Basis der Intensität von Frösteln oder Fieber vorgenommen, obwohl es, wie gesagt, schon zutrifft, dass das Auftreten eines hohen Fiebers bei Wind-Hitze-Invasion eher wahrscheinlich ist. Auch Faktoren wie andere Symptome und die Zunge helfen uns, eine Unterscheidung durchzuführen. Illustriert wird dies in Tabelle 1.

Die Grippe-Epidemie Januar 2000 etwa manifestierte sich in allen Fällen mit Symptomen einer Wind-Hitze.

Am wichtigsten ist es bei einem Patienten mit einer Infektion der Atemwege herauszufinden, ob das Stadium der Erkrankung ein äußeres oder ein inneres ist, d.h. ob der pathogene Faktor noch an der Oberfläche verweilt oder ob er bereits ins Innere eingedrungen ist. In der Terminologie der Ebenen:

es gilt, eine Unterscheidung zu treffen, ob die Wei- oder die Qi-Ebene betroffen ist. Das ist relativ einfach:

*leidet der Patient unter einer Aversion gegen Kälte, befindet sich das Pathogen auf der Wei-Ebene;

*leidet der Patient unter einer Aversion gegen Wärme, befindet sich das Geschehen auf der Qi-Ebene.

Folglich werden Erkältung und Grippe immer mit Manifestationen beginnen, die dem des Größeren Yang – Stadium in der Theorie der 6 Stadien oder der Ebene des Abwehr-/ Wei-Qi im System der 4 Ebenen entsprechen, abhängig davon, ob es sich beim pathogenen Faktor um Wind-Hitze oder Wind-Kälte handelt. Wird das Pathogen zu Anfang nicht rausgeworfen, wird es sich in Hitze verwandeln und in das Innere vordringen.

Hat der pathogene Faktor das Innere erreicht, setzt das Qi des Körpers seinen Kampf gegen ihn dort weiter fort: dies verursacht hohes Fieber und ein Gefühl von Hitze – was in klarem Kontrast zu der Abneigung gegen Kälte und Frösteln bei der Abwehr an der Oberfläche steht. Auf einer äußeren Ebene sind die inneren Organe nicht betroffen, es ist nur das Abwehr-Qi der Lungen, das involviert ist. Dringt das Pathogen ins Innere ein, so befällt er die Organe, speziell Lunge und / oder Magen (s.u.).

Dieses Stadium in der Krankheitsentwicklung ist entscheidend, denn wird der pathogene Faktor nicht beseitigt, dringt er entweder noch tiefer ein und führt zu ernsthaften Problemen auf der Ebene von Nähr-/ Ying-Qi oder Blut. Nistet er sich als ein Restbestand von Hitze dauerhaft ein, so ist er häufig die Ursache eines chronischen postviralen Ermüdungssyndroms.

Im Inneren werden die Hauptkrankheitsmuster entweder zum Leuchtenden Yang-Stadium gehören oder – häufiger – zur Qi-Ebene im System der 4 Ebenen. Im allgemeinen sind Magen oder Lunge oder beide betroffen.

Tabelle 1 Vergleich von

| | Wind-Kälte | Wind-Hitze |
|-----------------------------------|---|---|
| Pathologie | Wind-Kälte blockiert Abwehr-Qi | Wind-Hitze beschädigt Abwehr-Qi und beeinträchtigt das Absteigen des Lungenqi |
| Eindringen des pathogenen Faktors | über die Haut | über Nase und Mund |
| Fieber | niedrig | hoch |
| Abneigung gegen Kälte | ausgeprägt | wenig |
| Schmerzen im Körper | stark | leicht |
| Durst | keiner | etwas |
| Urin | blass | leicht dunkel |
| Kopfschmerz | im Hinterkopf | im ganzen Kopf |
| Schwitzen | kein oder nur wenig Schwitzen am Kopf | leichtes Schwitzen |
| Zunge | keine Veränderung | leichte Rötung an den Seiten oder der Spitze |
| Puls | oberflächlich-gespannt | oberflächlich-schnell |
| Behandlung | scharf-warme Kräuter, die Schwitzen verursachen | scharf-kalte Kräuter, die das Äußere befreien |

Behandlung / Rezepturen von Three Treasures

Expel Wind-Cold (Vertreibe die Wind-Kälte)

Expel Wind-Cold ist, wie der Name schon sagt, in der Lage, Wind-Kälte auszuleiten, die sich mit Symptomen von Frösteln manifestiert (Abneigung gegen Kälte), also laufender Nase, Husten, Schnupfen, Kopfschmerzen, Steifheit des Nackens, oberflächlichem Puls und eventuell Fieber. Das ist, was gewöhnlich unter einer fortgeschrittenen Erkältung verstanden wird. Zumindest 9 Tabletten sollten täglich eingenommen werden (3 Tabletten dreimal täglich nach den Mahlzeiten), möglicherweise mehr, je nach Schwere der Symptomatik. Das beste Resultat wird erzielt, wenn sie zusammen mit einem Teeaufguss aus frischem Ingwer verabreicht werden.

Akupunktur

Lunge 7 Lieque, Dickdarm 4 Hegu, Dickdarm 20 Yingxiang, Blase 12 Fengmen (geschröpft), Dünndarm 3 Houxi (vor allem bei Kopfschmerzen).

Expel Wind-Heat (Vertreibe die Wind-Hitze)

Invasionen von Windhitze manifestieren sich mit Abneigung gegen Kälte, Fieber, Durst, wundem Hals, Schmerzen im Körper und im Kopf, Tonsillitis, Ohrinfektionen, Husten und oberflächlich-schnellem Puls, sowie Rötung der Zungenränder. Die Dosierung ist die gleiche wie bei *Expel Wind-Cold*, d.h. mindestens 9 Tabletten pro Tag. **Es handelte sich auch um das Mittel der Wahl bei der Grippeepidemie im Januar 2000. (Dosierung: 12 Tabletten täglich)**

Expel Wind Heat sollte für alle Fälle in der Hausapotheke einer jeden Familie mit Kindern zu finden sein.

Akupunktur

Lunge 7 Lieque, Dickdarm 4 Hegu, Dreifach Erwärmer 5 Waiguan, Du Mai 14 Dazhui, Dickdarm 11 Quchi, Lunge 11 Shaoshang (Bei Tonsillitis), Blase 12 Fengshen (geschröpft), Blase 13 Feishu.

Husten in Folge einer Infektion der oberen Atemwege

Wird der äußere Wind nicht rausgeworfen, wandelt er sich normalerweise in Hitze um und in das Innere vordringen, am häufigsten in die Lunge. Hauptsymptome in diesem Stadium sind Abneigung gegen Hitze, sich heiß fühlen, möglicherweise Fieber, Husten (trocken oder auch produktiv), leichte Atemlosigkeit, Unruhe, Schlafstörung, Durst, ein Druckgefühl auf der Brust, eine rote Zunge mit gelbem Belag, und ein tiefer, voller, schlüpfriger Puls. Dies ist alles Ausdruck einer Pathologie auf der Qi-Ebene.

Die wichtigsten Muster, die in der Qi-Ebene auftreten, sind:

- *Schleim-Hitze in den Lungen
- *feuchter Schleim in der Lunge
- *trockener Schleim in der Lunge

Behandlung / Rezepturen von Three Treasures

Clear the Soul (Kläre die Seele)

Clear the Soul kann verwandt werden bei akuten Infektionen des Brustraumes, die in Folge einer Windinvasion auftreten, d.h. wenn es sich beim pathogenen Faktor um Schleimhitze auf der Qi-Ebene handelt. Hauptsymptome, die die Verwendung dieser Arznei nahe legen, sind: Husten im Anschluss an eine Erkältung oder einen Schnupfen, Auswurf von viel klebrigem gelbem Schleim, eine leichte Atemlosigkeit, ein Druckgefühl auf der Brust, eventuell Fieber, Durst, Schlafstörung, ein voller schlüpfriger Puls, eine rote Zunge mit schmutzig-gelbem Belag. Die Dosierung beträgt mindestens 9 Tabletten am Tag.

Clear the Soul kann auch für einen übriggebliebenen pathogenen Restfaktor von Schleimhitze eingesetzt werden, wenn der Patient unter einem chronischen Husten mit Katarrh und etwas Atemlosigkeit leidet. (siehe unten)

Limpid Sea

Limpid Sea löst feuchten Schleim und kann bei Entzündungen des Brustraumes, die sich mit feuchtem Schleim in der Lunge als Folge einer Erkältung oder eines Schnupfens manifestiert, angewandt werden. Hauptsymptome sind: ein Husten mit Auswurf von viel schmutzig-weißem Sputum, eine leichte Atemlosigkeit, ein Druckgefühl auf der Brust, ein schmutziger Zungenbelag und ein voller schlüpfriger Puls. Die Dosierung beträgt mindestens 9 Tabletten täglich.

Akupunktur

Lunge 5 Chize, Lunge 7 Lieque, Ren Mai 12 Zhongwan, Dickdarm 11 Quchi, Blase 13 Feishu, Du Mai 14 Dazhui, Magen 40 Fenglong.

Andere Formeln

Es gibt zwei Kräuterrezepturen in Dekoktform, die ich für akute Infektionen des Brustraumes besonders empfehlen kann: die erste ist ***Qing Qi Hua Tan Tang*** (Dekokt, das das Qi klärt und den Schleim löst; s. Bensky S.437) für Schleimhitze in den Lungen und die zweite ist ***Qing Zao Jiu Fei Tang*** (Dekokt, das Trockenheit klärt und die Lungen befreit, s. Bensky S.160) bei trockenem Schleim in den Lungen. Beide werden spezifisch eingesetzt für Lungenhitze auf der Qi-Ebene, die sich im Anschluss an eine Invasion von Wind entwickelt: die erstere für Schleimhitze in der Lunge, die zweite, wenn diese mit Trockenheit kombiniert auftritt. Die klinischen Symptome, welche den Gebrauch der ersten Formel nahe legen, sind: Husten mit Auswurf einer Menge schmutzig-gelben Sputums, eine leichte Atemlosigkeit, ein Gefühl von Bedrückung auf der Brust, Durst, Schlafstörungen, möglicherweise Fieber, ein voller schlüpfriger Puls, eine rote Zunge mit schmutzig-gelbem Belag. Steht der Husten im Vordergrund, ergänzen Sie *Kuan Dong Hua* und *Zi Wan*.

Indikationen für die zweite Rezeptur, ***Qing Zao Jiu Fei Tang***, sind: ein hauptsächlich trockener Husten, wobei der Patient aber die Präsenz von etwas Schleim im Thorax spürt, der

gelegentlich und nur unter Anstrengung abgehustet wird, sowie eine leichte Atemlosigkeit, ein wundes Gefühl in Brust und Luftröhre und ein trockener Mund. Aus der Perspektive der westlichen Schulmedizin entspricht dies dem Krankheitsbild einer Tracheitis.

Im Körper verbleibender pathogener Faktor

Hierbei handelt es sich um eine sehr verbreitete Krankheitsursache, die man häufig in der Praxis beobachten kann. Tatsächlich sehen wir mehr Patienten, die unter einem solchen im Organismus verbliebenen Pathogen leiden als solche mit einer akuten Infektion der Atemwege.

Ein persistierender pathogener Faktor entstammt einer vorausgegangenen Windinvasion, die sich zumeist in der Qi-Ebene manifestiert hatte. Bei einem Angriff von Wind gibt es zwei mögliche Ergebnisse: entweder wird der Wind auf der Wei-Ebene hinausgeworfen und der Patient bzw. das Kind erholt sich vollständig oder aber, der pathogene Faktor dringt weiter in die Qi-Ebene vor und wird innerlich (gewöhnlich in Form von Hitze, Schleim-Hitze oder feuchter Hitze). Nach diesem Fortschreiten sind wiederum zwei verschiedene Resultate möglich: entweder wird der pathogene Faktor nun geklärt und es kommt zur Genesung des Patienten oder dieser erholt sich nur scheinbar, es verbleiben Reste von Hitze, Schleimhitze oder feuchter Hitze als weiterhin bestehende pathogene Faktoren im Körper.

Warum entsteht so ein persistierendes Pathogen? Drei mögliche Gründe können dafür verantwortlich sein: eine schwache Konstitution, Überarbeitung während der akuten Erkrankung oder unangemessener Einsatz von Antibiotika. Antibiotika sind die häufigste Ursache, weil sie, obwohl sie die Bakterien abtöten, nicht den Wind herauswerfen, die Hitze klären oder Schleim bzw. Feuchtigkeit ausleiten. (Zudem wirken sie nicht bei Viren, werden aber trotzdem oft unangemessen bei viralen Entzündungsprozessen eingesetzt.) Deshalb wird bei akuten fieberigen Erkrankungen durch bakterielle Infektion zwar das Fieber beseitigt, indem die Bakterien vernichtet werden, Hitze, Schleimhitze oder feuchte Hitze verbleiben aber im Patienten. Dieser scheint sich zu erholen und fängt wieder an zu arbeiten und die wieder einsetzende Überarbeitung und unregelmäßige Ernährung schaffen erneut eine Prädisposition für eine neue Infektion. Erkrankt er dann wieder mit Fieber, werden neue Antibiotika verschrieben, der pathogene Faktor aber nur weiter gestärkt. So wird ein Teufelskreis geschaffen, der Patient erleidet eine chronische Schädigung.

Ein verbliebener pathogener Faktor kann sich mit folgenden Symptomen manifestieren:

- *chronischer Husten
- *Ohrinfektionen
- *Sinusitis
- *Tonsillitis
- *Schwellung der Lymphknoten
- *Durchfall
- *remitierende Mundgeschwüre
- *Schlaflosigkeit
- *Unruhe

Neben diesen Symptomen und Anzeichen können auch Zunge und Puls die Gegenwart eines verbliebenen pathogenen Faktors anzeigen. Bei Lungenhitze kann die Zungenspitze rot sein, bei Schleimhitze in der Lunge kann ein dünner gelber Belag in dem Areal zwischen Spitze und Zentrum der Zunge auftreten. Der Puls kann ein wenig schnell sein, wenn Hitze vorkommt, und etwas schlüpfrig bei Schleim oder Feuchtigkeit. Die Hauptmuster persistierender pathogener Faktoren sind:

Lungenhitze

Reizbarkeit, trockener Husten, ein leichtes Durstgefühl, rastloser Schlaf, Rötung der Wangen oder auch nur der rechten Wange, eine oberflächliche Rotfärbung bei gleichzeitig blassem Teint, eine rote Zungen im vorderen Teil.

Feuchte Hitze im Kopfbereich

Sinusitis, verstopfte oder ständig laufende Nase, Schwellung der Mandeln, Anfälligkeit für Ohrinfektionen, Reizbarkeit, rastloser Schlaf, dumpfer Kopfschmerz in der Stirn, Katarrh, geschwollene Drüsen im Nacken, Erkältungsneigung, schmutzig-gelber Zungenbelag.

Feuchte Hitze in der Milz

Übelkeit, Erbrechen, Diarrhoe, Schmerz/Völlegefühl im Epigastrium, stinkende Stühle, schlecht riechender Atem, Mattigkeit, nächtliches Schwitzen, schlüpfriger Puls, ein schmutzig-gelber Zungenbelag.

Schleimhitze in der Lunge

Husten mit schmutzig-gelbem Sputum, ein Gefühl von Enge oder Bedrückung in der Brust, Reizbarkeit, rastloser Schlaf, Katarrh, ein leichtes Keuchen, dünner gelber Belag im Lungenareal auf der Zunge, ein schlüpfriger Puls.

Shao Yang/ Kleineres Yang-Muster

Frösteln und Fieber, Abwechseln von Hitze- und Kältegefühlen, Ohrenschmerzen, Reizbarkeit, rastloser Schlaf, drahtiger Puls.

Behandlung /Three Treasures Rezepturen

Clear the Soul (Kläre die Seele)

Clear the Soul ist das Mittel der Wahl bei verbliebener Schleimhitze in den Lungen. Es löst Schleim und klärt Lungenhitze.

Drain Fields

Drain Fields befreit den mittleren Erwärmer von Feuchtigkeit und kann verwandt werden, um Feuchtigkeit aus Magen und Milz zu eliminieren. Diese Beseitigung von Feuchtigkeit spielt eine Rolle bei dem postviralem Ermüdungssyndrom, das oft aus einem übriggebliebenen pathogenen Faktor resultiert.

Ease the Muscles

Ease the Muscles beseitigt feuchte Hitze aus dem mittleren Erwärmer und kann eingesetzt werden, um sie aus Magen und Milz zu vertreiben. Diese Arznei ist zu verwenden bei postviralem Ermüdungssyndrom mit feuchter Hitze, die dort häufig als ein persistierender pathogener Faktor auftritt.

Tonify Qi and Ease The Muscles

Tonify Qi and Ease the Muscles stärkt Milz,- und Lungenqi und löst Feuchtigkeit auf. Es wird eingesetzt zur Beseitigung verbliebener Feuchtigkeit, wenn das Krankheitsmuster durch ein Vorherrschen von Qi-schwäche charakterisiert ist.

Welcome Fragrance

Welcome Fragrance beseitigt bestehende feuchte Hitze im Kopfbereich, die chronische oder akute Sinusprobleme verursacht.