

Change and Enrich

Geng Nian Dan Zhi Xiao Yao San

Change and Enrich ist eine Kombination aus Dan Zhi Xiao Yao San (Moutan and Gardenia Rambling Powder/ Pulver des freien Wanderers mit Moutan und Gardenia), Suan Zao Ren Tang (Zizyphus Spinosa Decoction/ Dekokt mit Zizyphus spinosa) und Gan Mai Da Zao Tang (Licorice, Wheat and Red Dates Decoction/ Dekokt aus Süßholz, Weizen und roten Datteln) durch Zufügung bzw Auslassung einzelner Kräuter. Xiao Yao San entstammt dem Buch Tai Ping Hui Min He Jin Ju Fang (Imperial Grace Formula of the Tai Ping Era/ Formel der kaiserlichen Gnade der Tai Ping Ära) aus der Song-Dynastie, während die Modifikation Dan Zhi Xiao Yao San aus der Mitte des 19.Jahrhunderts datiert und sich zuerst in Weng Shengs Werk Nei Ke Zhai Yao (Selected Essentials of Internal Medicine/ Ausgewählte Kernpunkte der inneren Medizin) findet. Die beiden anderen Rezepte gehen zurück auf Zhang Zhong-jings klassisches Werk Jin Gui Yao Lue (Essentials from the Golden Cabinet/ Wesentliche Instruktionen aus dem goldenen Kabinett) aus der späten Han-Dynastie. Der Idee, diese Formeln zu verbinden, liegen die Forschungen von Zhang Guo-Bin vom Ping Ding Shan Municipal Chinese Medical Hospital/ Ping Ding Shan Bürgerhospital für chinesische Medizin in Henan , zugrunde, welche dieser in China über einen Zeitraum von 8 Jahren zwischen 1995 und 2003 ausführte.

Bei unserer Version handelt es sich um einen 9-fachen Extrakt.(9:1; 500mg Kapseln 60)

Zusammensetzung

Sclerotium Paradicis Poriae Cocos (*Fu Shen*)
(unter Umrühren gebratenes) **Semen Zizyphi Spinosae** (*Suan Zao Ren*)
Caulis Polygoni Multiflori (*Ye Jiao Teng*)
Fructus Levis Tritici Aestivi (*Fu Xiao Mai*)
Fructus Zizyphi Jujubae (*Da Zao*)
Fructus Schisandrae Chinensis (*Wu Wei Zi*)
Herba Pyrolae (*Lu Ti Cao*)
Radix Bupleuri (*Chai Hu*)
Radix Angelica Sinensis (*Dang Gui*)
Radix Ligustici Wallichii (*Chuan Xiong*)
Radix Albus Paeoniae Lactiflorae (*Bai Shao*)
Rhizoma Atractylodis Macrocephalae (*Bai Zhu*)
(ungekochtes) **Radix Rehmanniae Glutinosae** (*Sheng Di Huang*)
Cortex Radicis Moutan (*Mu Dan Pi*)
Fructus Gardeniae Jasmoidis (*Zhi Zi*)
Rhizoma Anemarrhenae Aspheloidis (*Zhi Mu*)
Tuber Curcumae (*Yu Jin*)
Fructus Corni Officinalis (*Shan Zhu Yu*)
(gemischt gebratenes) **Radix Glycyrrhizae Uralensis** (*Gan Cao*)

Indikationen:

Diese Formel dient der Behandlung von perimenopausalem Syndrom, das sich als zusammengesetztes Muster aus Disharmonie der Leber und Milz, Leere von Leberblut und Nierenyin, sowie Unterdrückungshitze, welche den (überdies nicht ausreichend gestützten und mangelhaft ernährten) Geist im Herzen quält, präsentiert. Generell auftretende Anzeichen und

Symptome sind Reizbarkeit, Depression, Hitzewallungen, Nachtschweiß, Herzklopfen und Schlaflosigkeit.

Kombinationsmöglichkeiten:

Bei ausgeprägter Milzleere gebe man zusätzlich Shen Qi Da Bu Wan (Ginseng and Astragalus Greatly Supplementing Pills/ Pillen mit Ginseng und Astragalus, welche stark supplementieren), Si Jun Zi Tang (Four Gentlemen Pills/ Pillen der Vier Herren) oder Bu Zhong Yi Qi Wan (Supplement the Center and Boost the Qi Pills/ Pillen, die das Zentrum ergänzen und das Qi antreiben). Liegt außerdem Schleimfeuchtigkeit vor, dann kombiniere man mit Er Chen Wan (Two Aged Ingredients Pills/ Pillen der gereiften Ingredientien), bei mehr Nierenyin-Leere dagegen mit Liu Wei Di Huang Wan (Six Flavors Rehmannia Pills/ Rehmannia Pillen mit sechs Geschmäckern). Im Falle von Blutstagnation empfehlen wir Tao Hong Si Wu Tang (Persica and Carthamus Four Materials Decoction Pills/ Pillen aus dem Dekokt der Vier Sub-stanzen mit Persica und Carthamus), Bu Yang Huan Wu Wan (Supplement Yang and Restore the Five Tenths Pills/ Pillen, welche das Yang unterstützen und fünf Zehntel wiederherstellen), Huo Luo Xiao Ling Wan (Quicken the Network Vessels Miraculously Effective Pills/ Pillen, die auf wundersame Weise effektiv den Fluss in den Netzgefäßen beschleunigen) oder andere Blut bewegende Rezepturen, die passend erscheinen. Andererseits, wenn die Rezeptur richtig gewählt wird, benötigt sie eigentlich kaum Modifikation oder Unterstützung. Bei bestehender Nierenyangleere hingegen sollte man stattdessen „Ultimate Immortals“/ „Letztendlich Unsterbliche“ einsetzen. Sobald sich die Symptome gebessert haben oder wenn es vor allem um die Behandlung unterer Rückenschmerzen geht, die in der Zeit der Menopause eintreten, dann benutze man „Supplement Yin“/ „Supplementiere das Yin“.

Anzeichen und Symptome der unterdrückten Leberfunktion/Qistagnation:

Reizbarkeit
Depression
Spannungsgefühl vor der Mens (PMS)
Brustspannung und Schmerz vor der Periode
ein gespannter Puls
eine möglicherweise dunkel verfärbte Zunge

Anzeichen und Symptome des Milzqimangels:

Müdigkeit (eventuell nur leicht)
Tendenz, sich leicht blaue Flecken zuzuziehen
niedriger Blutdruck beim Aufstehen
kalte Hände und Nase
möglicherweise eine fette Zunge mit Zahneindrücken an den Seiten
vielleicht lose Stühle
Verlangen nach Süßem

Anzeichen und Symptome der Leere des Leberblutes und des Nierenyin:

Blässe der Lippen, des Gesichts und der Nägel
Brüchige Nägel
Nachtblindheit
nächtliches Wasserlassen
Tinnitus und/ oder Schwindel
Schmerzen im unteren Rücken und/ oder Knie
dünner und/ oder oberflächlicher Puls

Anzeichen und Symptome der Unterdrückungshitze:

eine Zunge, die röter ist als normal, eventuell nur an der Spitze oder den Seiten
gelber Zungenbelag
möglicherweise ein bitterer Mundgeschmack und/ oder schlechter Mundgeruch
ein schneller Puls
Hitzewallungen

Beachten Sie bitte: Viele Lehrbücher treffen eine klare Unterscheidung zwischen Unterdrückungs (bzw Stagnations-)hitze und leerer Hitze. Da aber im Falle von ersterer gewöhnlich die Yin-Säfte verbraucht und geschädigt werden, kommt es auch hier zur Entwicklung von leerer Hitze wie auch zu aufsteigendem Leberyang. Deshalb, im wirklichen Leben, ist es manchmal gerade nicht möglich, klar zwischen diesen Fällen von Hitze zu unterscheiden, wie auch unsere Formel genau jenen Bereich adressiert, wo sich beide überlappen.

Anzeichen und Symptome von Hitze, die den Geist im Herzen quält:

Herzklopfen
Schlaflosigkeit
Aufgewühltsein, Rastlosigkeit, Erregung
Nachtschweiß

Anzeichen und Symptome der fehlenden Stützung und mangelnden Ernährung des Geistes im Herzen:

Herzklopfen
Schlaflosigkeit
Verminderte Gedächtnisleistung
Tendenz, sich leicht zu fürchten und zu erschrecken
Nachtschweiß

Erklärung der Rezeptur:

Die Menopause (bzw das Klimakterium) stellt einen Wechsel im Leben dar, der eine physiologische Umwandlung im Körper zugrunde liegt. In der chinesischen Medizin werden alle Transformationen durch den Qi-mechanismus vermittelt und es ist die Befehlsgewalt der Leber über Ausrichtung und Loslassen, welche den freien Fluss des Qi aufrechterhält. Während in den Chinesischen Texten immer die Rede ist von der Leere der Nieren und der Erschöpfung des Tian Gui (d.h. des Yinwassers), wenn eine Ursache für das Phänomen der Menopause genannt wird, so hängt die Schwere und Dauer der Symptomatik doch proportional nicht so sehr von dem Ausmaß der Yinleere ab, sondern vielmehr von der Ausgeprägtheit der unterdrückten Leberfunktion. Denn fließt das Qi frei, funktioniert der Qimechanismus korrekt, so verläuft der Übergang ohne Verzögerung oder Hindernis und sobald er vollzogen ist, kann sich das Nierenyin wieder erholen, zumal es nun nicht mehr verloren geht bzw verbraucht wird durch die Menstruation. Von daher ist unsere Formel gedacht für Frauen mit perimenopausalen Beschwerden, die eine ausgeprägte Unterdrückung der Leberfunktion aufweisen bei gleichzeitig mildem Milzmangel und einer eindeutigen Leere von Leberblut und Nierenyin. Zusätzlich besteht eine Unterdrückungshitze, welche den Geist im Herzen oben quält, während gleichzeitig die Milzschwäche einen Mangel an Qi und Blut nach sich zieht, so dass der Geist im Herzen auch nicht ausreichend gestützt und ernährt wird. Darum kommt es zu Aufgewühltsein, Rastlosigkeit und Unruhe des Geistes im Herzen, während die leere Hitze zu Hitzewallungen, Nachtschweiß und Herzklopfen führt.

In der Rezeptur sind es die Bestandteile von Dan Zhi Xiao Yao San, welche die Leber ausrichten, die Unterdrückung aufheben, Hitze klären, die Milz stärken und das Blut ernähren. Auch die Kräuter von Suan Zao Ren Tang nähren das Blut, darüber hinaus beruhigen sie den Geist, klären Hitze und beseitigen jenes Gefühl des Gequältseins, während die von Gan Mai Da Zao Tang das Herz versorgen und den Geist beruhigen, die Mitte harmonisieren und das Gefühl der Bedrängnis oder Spannung beseitigen. Die zusätzliche Verabreichung von Sheng Di und Shan Zhu Yu dient der Supplementierung der Niere, bereichert das Yin und nährt die Leber. Yu Jin bewegt noch mehr das Qi und beseitigt Depression. Ye Jiao Teng nährt zusätzlich das Herz und beruhigt den Geist, während Wu Wei Zi Herz und Geist zur Ruhe bringt und das Schwitzen kontrolliert. Lu Ti Cao ist ein Windkraut, das wie viele andere den Wind behandelnde Kräuter auch das Qi korrigiert. Es tritt in die Kanäle der Leber und Nieren ein und supplementiert die Nieren, stärkt unteren Rücken und Knie und beeinflusst positiv auch das Herzklopfen. Untersuchungen in China deuten darauf hin, dass es zudem hilfreich ist bei der schnellen und vollständigen Umstellung der weiblichen Physiologie. Zusammen bewirken die Kräuter die Lenkung der Leber und Aufhebung ihrer Unterdrückung, das Stärken der Milz und Supplementieren des Qi, Anreichern der Nieren und Ernährung der Leber, Klären des Herzens, Beruhigen des Geistes und Beseitigung des Gefühls von Gequältsein.

Klinische Untersuchungen:

Auf Seite 23 der 6. Ausgabe 2004 der Zeitschrift Ji Lin Zhong Yi Yao (Jilin Chinese Medicine and Medicinals/ Chinesische Medizin und Arzneien aus Jilin) veröffentlichte der Autor Zhang Guo-bin einen Artikel mit dem Titel „A Treatment of 61 Cases of Climacteric Syndrome with Dan Zhi Xiao Yao San (Moutan and Gardenia Rambling Powder) plus Suan Zao Ren Tang (Zizyphus spinosa Decoction) with Additions and Subtractions“/ „Die Behandlung von 61 Fällen klimakterischen Syndroms mittels Dan Zhi Xiao Yao San (Pulver des freien Streifens mit Moutan und Gardenia) plus Suan Zao Ren Tang (Zizyphus spinosa Dekokt) mit Zusätzen und Weglassungen“. Die 61 Frauen in der Untersuchung waren im Alter zwischen 45 und 55 Jahren. 24 befanden sich in der Menopause, 37 hatten sie hinter sich seit maximal 2 Jahren. Alle wurden behandelt mit einem Dekokt der oben genannten Formel ohne Lu Ti Cao, aber mit Bo He (Herba Menthae Haplocalysis). „Heilung“ wurde definiert als vollständige Symptomfreiheit, „Verbesserung“ als deutliche Abnahme der Symptomatik, „wirkungslos“ bedeutete keine Veränderung. Dementsprechend lauteten die Ergebnisse: 41 Patienten geheilt, bei 20 zeigte sich Verbesserung. Insofern betrug die totale Wirksamkeit 100%.

Mein Patient weist auf:

Unterdrückung der Leber/ Qistagnation	ja	nein
Milzqimangel	ja	nein
Leere von Leberblut und Nierenyin	ja	nein
Hitze, die den Geist im Herzen quält	ja	nein
Mangelnde Stützung und Ernährung des Geistes im Herzen	ja	nein