

Der erste Kräutertee

29. August 2014

Sie haben nun die Kräutermischung für einige Tage getrunken und festgestellt, dass der Geschmack zwar wie angekündigt sehr ungewöhnlich ist, aber nach einigen Tagen hatten Sie sich daran gewöhnt. Das Feuerwerk der Geschmäcker rührt daher, dass eine Rezeptur aus mindestens 2 aber meist bis zu 10 verschiedenen Kräutern besteht und jedes einzelne Kraut zeichnet sich durch einen bestimmten Geschmack und eine Temperaturwirkung aus. So reguliert beispielsweise die Mandarinenschale durch ihren bitter scharfen Geschmack und ihre Wärme vor allem das Qi und löst Schleim. Sie wirkt auf die Milz, chinesisch gesprochen also auf die Verdauung, und auf die Lunge. Um den Appetit anzuregen wird sie mit gekeimter Gerste oder gekeimten Reis und Weißdorn Früchten kombiniert. Soll Husten und Schleim von kaltem Charakter behandelt werden, kombiniere ich die Mandarinenschalen zum Beispiel mit dem scharfen und heißen getrockneten Ingwer.

Sie sehen, die kleinste Einheit eines Rezeptes ist das Paar, das sich in der Wirkung ergänzt und verstärkt und diese elegante Kombination von Kräutern zu Duos und Trios und auch komplexeren Rezepturen hat in der chinesischen Medizin eine Jahrtausende Jahre alte Tradition.

Wenn Sie mir telefonisch oder in der folgenden Ordination Auskunft über Ihr aktuelles Befinden geben, kann ich die Kräuter weiter in der Auswahl oder Dosierung anpassen. Ich fühle nochmals den Puls und betrachte die Zunge. So kann es im angesprochenen Fall von Husten notwendig sein, die trocknende Wirkung der Kräuter zu vermindern, weil schon genug Schleim gelöst wurde und ein längeres Einnehmen der ursprünglich ausgewählten Rezeptur den Körpersäften schaden würde, eventuell sogar sichtbar an einem trockener werdenden Zungenbelag. Oft kann es auch notwendig sein, die Therapiestrategie zu ändern und eine neue Rezeptur zu erstellen.

Bei der Behandlung von chronischen Beschwerden werden wir uns daher regelmäßig sehen, um so immer wieder den Kurs zu korrigieren und auch die Kräutertherapie mit Akupunktur zu unterstützen.

Die Teemischung wurde genau auf Sie und Ihr Befinden abgestimmt. Aus diesem Grund ist es möglich, dass eine für Sie effektive Rezeptur einem Familienmitglied oder Freund, dem Sie die Kräuter zur Unterstützung weitergegeben haben, gar nicht hilft.