

Fertig- Rezepturen für raschen Einsatz- First Aid

Angabe= Tagesdosis in Gramm Rohdroge

Nanking Vital Teeextrakt Nr.1: schützend		
Tai Zi Shen	Pseudostellariae Radix	5
Nan Sha Shen	Adenophorae Radix	5
Zi Su Ye	Perillae Folium	3
Huo Xiang	Pogostemonis Herba	3
Ye Ju Hua	Chrysanthemi indicis Flos	5
Pu Gong Ying	Taraxaci Herba	3
Qing Hao	Artemisiae annuae Herba	2
Huang Qi	Astragali Radix	5
Jing Jie	Schizonepetae Herba	3
Wirkung:		
<ul style="list-style-type: none"> • tonisiert Qi und Yin der Lunge, stärkt das Abwehr-Qi • beseitigt Feuchtigkeit und toxische Hitze • Eine ausgewogene Rezeptur mit Elementen von Huoxiang zhengqi san für jeden Konstitutionstyp zur Prävention geeignet. 		

Erfahrungen aus der Praxis & Ergänzungen Dr. Verena Baustädter:

- Generell gilt für alle Nanking Rezepturen, daß sie Arzneimittel enthalten, die in der Schwangerschaft nicht erlaubt sind. In diesem Fall ist es sicherer zu rezeptieren und möglicherweise problematische Arzneimittel wegzulassen. Kinder können die Rezepturen verwenden, die Erwachsenen- Dosis ist entsprechend zu reduzieren: von 2-4 Jahre ca. ¼ von 4-6 Jahre ca. 1/3; von 6-9 Jahren ca.1/2; von 10-16 Jahre ca. 2/3 ab 17 Jahre kann die Erwachsenenendosis gegeben werden. Generell wird die Dosis bei akuten Erkrankungen höher angesetzt, das gilt auch für Kinder.
- **Nanking Vital Teeextrakt Nr 1** verwende ich zur Prävention, wenn keine bekannte Exposition oder Infektion mit SARS-CoV-2 vorliegt.
- Sie besteht- etwas vereinfachend gesagt- aus chinesischen Arzneimitteln, die Qi und Yin von Lunge und Milz/Pankreas tonisieren (Tai Zi Shen, Nan Sha Shen, Huang Qi) Arzneimitteln, die Feuchtigkeit transformieren und Oberfläche sanft öffnen (Zi Su Ye, Huo Xiang, Jing Jie) und Arzneimitteln, die Hitze klären (Ye Ju Hua, Pu Gong Ying, Qing Hao).
- Ich verwende häufig die Hälfte vorgeschlagene Dosis, d.h. ein Säckchen pro Tag. Erstmals für 2-3 Wochen zur grundlegenden Stärkung, weiters oft einige Tage vor und nach Ereignissen, wo, eine Ansteckung befürchtet wird. (Treffen, Präsenzsitzungen) Personal von Gesundheitsinstitutionen könnte eine permanente Prophylaxe betreiben.
- Weitere Wirkungen:
Es kann dadurch der Stuhl etwas weicher werden. Vorsicht bei bestehendem Bluthochdruck, die Qi tonisierenden Arzneimittel können den Blutdruck erhöhen.
- In der Schwangerschaft ist Qing Hao (Artemisia annuae Hb) nicht erlaubt, da im Tierversuch Hinweise auf Teratogenität entdeckt wurden. Es ist daher sicherer, wenn in der Schwangerschaft, Qing Hao weggelassen wird, was bedeutet, daß die Rezeptur ohne Qing Hao individuell rezeptiert werden muß.

Nanking Vital Teeextrakt Nr.2: öffnend - Wind -Hitze- Feuchtigkeit, Anfangsphase

Huo Xiang	Pogostemonis Herba	7
Zi Su Ye	Perillae Folium	7
Dan Zhu Ye	Lophateri Herba	7
Bai Zhu	Atractylodis macroceph. Rhizoma	7
Hou Po	Magnoliae Cortex	5
Qian Hu	Peucedani Radix	7
Chai Hu	Bupleuri Radix	7
Huang Qin	Scutellariae Radix	5
Qing Hao	Artemisiae annuae Herba	10
Xing Ren	Armeniaca Semen	5
Qiang Huo	Notopterygii Rhizoma seu Radix	5
Jin Yin Hua	Lonicerae Flos	7
Lian Qiao	Forsythiae Fructus	7

Wirkung:

- vertreibt in der Anfangsphase der Erkrankung Feuchtigkeit, Feuchtigkeits-Toxin sowie Hitze von der Oberfläche, aus der Shaoyang-Schicht und dem Oberen Erwärmer.
- Enthält Elemente von Yinqiao baidu san).
- **Symptome, Befunde:** Halsschmerzen, Schweregefühl, Fieber oder abwechselnd Fieber und Frösteln, beginnende Atembeschwerden
- **Zunge:** rot, dünner gelber Belag; oder dicker, schmieriger gelber Belag bei dunklem, gräulichem Zungenkörper

Erfahrungen aus der Praxis und Ergänzungen Dr. Verena Baustädter:

- **Die Nanking Vitaltee Extrakte Nr 2,3 und 5:**
sind Akutrezepturen zum raschen Einsatz, wie es bei epidemischen Erkrankungen notwendig ist. Wenn das Krankheitsbild nicht in diese Symptomensammlung paßt oder aber im späteren Verlauf müssen individuell angepasste Rezepturen verwendet werden. Häufig ist es aber auch so, dass mit Einsatz der Nanking Rezepturen das Auslangen gefunden wird. In der Datensammlung von TCMConnect im Mai 2021 wurden bei 17% aller Behandlungen (insgesamt 467) ausschließlich Nanking Rezepturen verwendet.
Zur Diagnosefindung sind Zungenfotos sehr wichtig. Sobald die Patienten in die Praxis kommen können steht auch der Puls zur Verfügung.
- **Nanking Vitaltee Extrakt Nr 2**
verwende ich wenn entweder ein Exposition vorliegt (K1 oder K2 Person) oder wenn jemand positiv getestet wurde oder am Beginn einer Corona Erkrankung wenn typische Symptome wie Kopfschmerz, Halsschmerzen, Husten, etwas thorakale Enge, Müdigkeit oder auch Bauchschmerz mit Durchfällen beschrieben werden. Bei sehr heftigen Symptomen sollte eine individuelle Rezeptur erstellt werden. Nanking Vitaltee Extrakt Nr 2 besteht- etwas vereinfachend gesagt- aus chinesischen Arzneimitteln, die Oberfläche öffnen und Feuchtigkeit transformieren (Huo Xiang, Zi Su Ye, Qian Hu, Chai Hu), Arzneimitteln die Qi regulieren und Husten Kurzatmigkeit behandeln (Hou Po, Xing Ren) und Arzneimitteln, die Hitze und toxische Hitze klären (Dan Zhu Ye, Huang Qin, Jin Yin Hua, Lian Qiao, Qing Hao). Bai Zhu tonisiert Qi und stärkt das Verdauungssystem. Die Kombination Chai Hu und Huang Qin beugt einem tieferen Eindringen in die Shao Yang Schichte vor.
Durch das Öffnen der Oberfläche kann verstärkt Schwitzen auftreten, das ist prinzipiell wünschenswert aber sollte nicht zu stark sein, da sonst die Säfte erschöpft werden. Sollte das der Fall sein muss die Dosis reduziert oder auf eine andere Rezeptur umgestellt werden.
- **Wenn Fieber auftritt** (ab 38,5 °C) muss man an mehr Hitze Klären denken und eventuell auf **Nanking Vitaltee Extrakt Nr 3** umsteigen.
- Sollte der Husten und die thorakale Enge stärker werden ist **Nanking Vitaltee Extrakt Nr 5** in Betracht zu ziehen.
- In der Schwangerschaft ist Qing Hao, Xing Ren, Hou Po nicht erlaubt, Es ist daher sicherer, wenn in der Schwangerschaft, die Rezeptur individuell rezeptiert wird.

Nanking Vital Teeextrakt Nr 3: kühlend , Hitze in Qi Stadium

Huo Xiang	Pogostemonis Herba	7
Zi Su Ye	Perillae Folium	12
Dan Dou Chi	Sojae Semen praeparatum	7
Cang Zhu	Atractylodis Rhizoma	7
Hou Po	Magnoliae Cortex	5
Qian Hu	Peucedani Radix	7
Chai Hu	Bupleuri Radix	7
Huang Qin	Scutellariae Radix	5
Qing Hao	Artemisiae annuae Herba	10
Xing Ren	Armeniacae Semen	5
Jin Yin Hua	Lonicerae Flos	7
Lian Qiao	Forsythiae Fructus	7
Shi Gao	Gypsum fibrosum	15
Da Huang	Rhei Rhizoma	3
Gan Cao	Glyzyrrhizae Radix	3

Wirkung:

- kühlt Lungen-Hitze, beseitigt Feuchtigkeits-Toxin, befreit das Lungen-Qi und führt es nach unten, bewegt Blut im Thorax. Enthält Elemente von Baihu chengqi tang und Huoxiang Zhengqi san.
- **Symptome, Befunde:** hohes Fieber, starke Dyspnoe und Schmerzen der Lunge, meist im Rahmen einer Pneumonie, überwiegend trockener, starker Husten, Engegefühl im Thorax.
- **Zunge:** geröteter, bei Überwiegen von Hitze trockener Zungenkörper mit trockenem gelbem Belag, mit zunehmender Feuchtigkeit auch schmieriger gelber Belag und zunehmend gedunsener Zungenkörper. Vorderes Zungendrittel mitunter belaglos, gerötet, trocken. Unterzungenvenen gestaut, vor allem im vorderen Drittel

Erfahrungen aus der Praxis und Ergänzungen Dr. Verena Baustädter

- **Nanking Vitaltee Extrakt Nr 3**
verwende ich wenn vermehrt Hitze, vor allem Hitze im Qi Stadium vorhanden ist. Dies kann sich in Fieber zeigen (ab 38,5°C) oder aber man sieht eine rote Zunge (meist mit gelbem Belag). Weitere Symptome sind Husten, thorakale Enge, Müdigkeit, Atemnot, Erschöpfung.
- Nanking Vitaltee Extrakt Nr 3 besteht etwas vereinfachend gesagt- aus chinesischen Arzneimitteln, die Oberfläche öffnen und Feuchtigkeit transformieren (Huo Xiang, Zi Su Ye, Qian Hu, Chai Hu), Arzneimitteln die Qi regulieren und Husten Kurzatmigkeit behandeln (Hou Po, Xing Ren). Arzneimittel, die Hitze im Qi Stadium und toxische Hitze klären (Dan Zhu Ye, Huang Qin, Jin Yin Hua, Lian Qiao, Qing Hao). Cang Zhu transformiert Feuchtigkeit und wärmt, ein Kontrapunkt zu vielen kühlenden Arzneimitteln. Die Kombination Chai Hu und Huang Qin beugt einem tieferen Eindringen in die Shao Yang Schichte vor.
- Der große Unterschied zu Nanking Vitaltee Extrakt Nr 2 ist die Zugabe von Shi Gao und Da Huang, zwei Arzneien, die sehr kraftvoll Hitze klären. Kalte Arzneimittel können und sollen sogar den Stuhl erweichen, aber das darf nicht zu heftig passieren.
- Vorsicht bei Menschen, die schon an Durchfällen oder Bauchschmerzen leiden. Sollte das der Fall sein muß die Dosis reduziert oder auf eine andere Rezeptur, am besten individuell rezeptiert, umgestellt werden.
- In der Schwangerschaft ist Qing Hao, Xing Ren, Hou Po, Da Huang nicht erlaubt, Es ist daher sicherer, wenn in der Schwangerschaft die Rezeptur mit abgeänderten Bestandteilen individuell rezeptiert wird.

Nanking Vital Teeextrakt Nr.5: trocknend , Feuchtigkeit und Hitze

Qiang Huo	Notopterygii Rhizoma seu Radix	5
Xing Ren	Armeniaca Semen	5
Sang Ye	Mori Folium	15
Ting Li Zi	Lepidii/Descurainiae Semen	10
Dong Gua Zi	Benincasae Semen	10
Ban Xia	Pinelliae Rhizoma praep	5
Hou Po	Magnoliae Cortex	5
Zi Su Zi	Perillae Fructus	7
Bai Jie Zi	Sinapis Semen	5
Gua Lou Pi	Trichosanthis Pericarpium	7
Xuan Fu Hua	Inulae Flos	4
Xiang Fu	Cyperii Rhizoma	5
Yu Jin	Curcumae Radix	5
Tao Ren	Persicae Semen	5
Huang Q	Astragali Radix	10

Wirkung:

- durchdringt trübes Feuchtigkeits-Toxin in der Lunge und löst Schleim auf, befreit das Lungen-Qi und führt es nach unten. Elemente von San ren tang.
- Symptome, Befunde: zunehmende Dyspnoe mit schwer abzuhustendem, meist klarem, zähem Schleim, allgemeines Schweregefühl und Erschöpfung, meist nur mäßiges Fieber.
- Zunge: gedunsen, dicker, schmieriger, je nach Hitze-Anteil farbloser bis gelber Belag, Unterzungenvenen gestaut.

Erfahrungen aus der Praxis und Ergänzungen Dr. Verena Baustädter:

- **Nanking Vitaltee Extrakt Nr 5**
- verwende ich etwas später im Behandlungsverlauf, oder wenn die Behandlung erst später im Krankheitsverlauf beginnt.
- Die wichtigsten Symptome zeigen Stagnation, und Feuchtigkeit und Schleim. Husten, trocken oder mit meist zähem Schleim, thorakales Engegefühl, Atemnot, Erschöpfung, Schweregefühl.
- Nanking Vitaltee Extrakt Nr 5 besteht etwas vereinfachend gesagt- aus chinesischen Arzneimitteln, die Stagnation und Schleim beseitigen (Xing Ren, Ting Li Zi, Dong Gua Zi, Ban Xia, Hou Po, Zi Su Zi, Bai Jie Zi, Gua Lou Pi, Xuan Fu Hua, Xiang Fu, Yu Jin, Tao Ren). Sang Ye stillt Husten, Huang Qi tonisiert Qi und hilft bei Erschöpfung.
- Vorsicht bei Menschen, die schon vorher an Verstopfung leiden, diese trocknende Rezeptur könnte das Problem verstärken.
- In der Schwangerschaft ist Xing Ren, Ban Xia, Hou Po, Ting Li Zi, Tao Ren nicht erlaubt. Es ist daher sicherer, wenn in der Schwangerschaft, die Rezeptur mit abgeänderten Bestandteilen individuell rezeptiert wird.