

Angststörungen und Depressionen

1

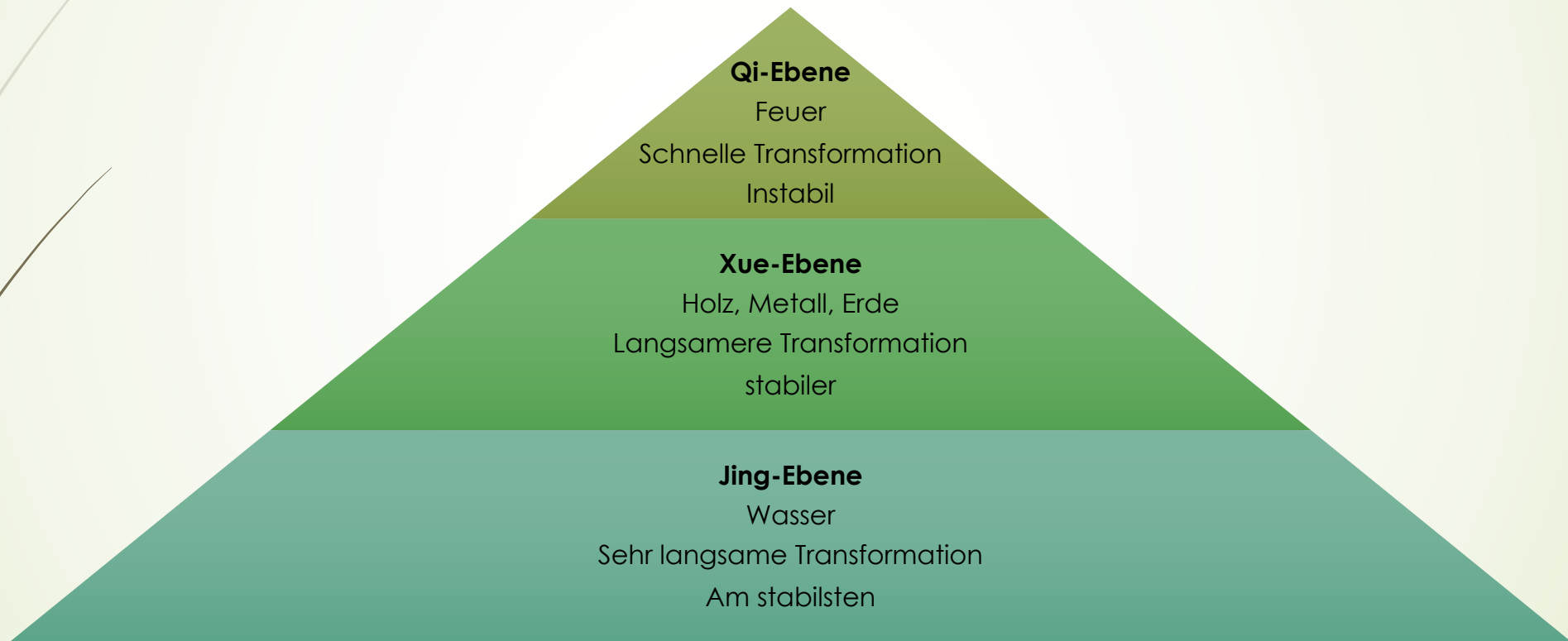
Sichtweise der Chinesischen Medizin

Emotionale Prozesse (Aufgaben Yin/Yang)



Die 3 Ebenen der Transformation

(Verbinden und Trennen)





Was ist eine Erkrankung aus Sicht der Klassischen Chinesischen Medizin (KCM)?

Die Stagnation des Anpassungsprozesses zur Umwelt

(der prinzipielle Konflikt ist keine „Erkrankung“, sondern erst die Stagnation darin)


Diese Anpassungsmechanismen unterliegen 4 Bedingungsgruppen:

1. Umgebungsfaktoren
2. Lebensweise
3. Emotionen
4. Konstitution und Vitalität



Die Wechselwirkungen des Menschen mit den 4 Bedingungsgruppen ergeben 3 wesentliche Mechanismen der Pathogenese

- ▶ Die Beziehungen des Menschen zur Umwelt auf Jing Ebene (Trennungs-/Verbindungskonstellation)
- ▶ Die Kultivierung dieser Konstellation auf Xue- Ebene (Werden/Vergehen)
- ▶ Das individuelle Verhältnis von Vitalität und pathogenen Faktoren als Resultat (Beziehung des Menschen zur Umwelt auf Qi- Ebene)



Disharmonische Stagnationen werden als „Liu Yu“ hinsichtlich ihre **Prozess**-Qualitäten klassifiziert nach:

1. Ebene des Prozesses
2. Wesen des Prozesses
3. Natur des Prozesses

Ebenen

➤ **Qi yu (Feuer-Ebene)**

- Wei Qi level
- Shao Level
- Zheng Qi Level

➤ **Xue yu (Holz/Metall-Ebene)**

- Yang Xue
- Xue Xue
- Jing Xue

➤ **Jing yu (Wasser-Ebene)**

- Yang Jing
- Xue Jing
- Jing Jing

Wesen

➤ **Shi yu (Erde-Ebene)**

➤ **Tan yu**

Natur

➤ **Han yu / Re yu**



Leit- Symptome und Basis-Muster 1

- **Rückzug (dian):** Holz Qi yu; Tan yu/Qi xu; Tan/Shi yu; Feuer/Erde Qi xu; Erde/Wasser Yang xu; Xue yu
- **Manie (kuang):** Holz Re yu; Tan/Huo yu auf Qi-Ebene; Re yu auf Xue-Ebene; Wasser Yin xu mit Leere Re; Xue yu mit Re yu
- **Reizbarkeit (yi nu, shan nu):** Holz Qi yu; Holz Huo; Holz/Wasser Yin xu
- **Hysterie (shan xi):** Feuer Huo; Wasser/Feuer-Disbalance; Feuer Tan/Huo; Holz Huo yu
- **Sorge (shan you si):** Feuer/Erde Qi xu; Holz/Erde-Disbalance; Metall/Erde Qi xu
- **Traurigkeit (shan bei):** Feuer/Metall Qi xu; Yin/Xue xu; Holz Huo yu
- **Furcht (shan kong) shan jing):** Wasser Jing xu; Qi/Xue xu; Holz Qi xu



Leit- Symptome und Basis-Muster 2

- **Schreckhaftigkeit (shan jing):** Feuer/Holz Qi xu; Yin/Xue xu; Tan/Re yu; Feuer Re yu; Holz Qi yu/Xue xu
- **Hitze-Unruhe & Erregung (dong, bu an jing, fan zao):** äußere Tan yu mit Re yu; Erde Fülle Re yu; Xue Re yu; aufsteigend Erde Re yu; Tan/Huo yu; Feuer Huo yu; Holz Re yu; Yin xu Re yu; Re yu Xue yu; Yin Fülle unterdrückt Yang
- **Verwirrte Sprache (yan yu cuo luan):** Feuer/Erde Qi xu; Yin/Xue xu und Zao; Holz Qi yu; Tan/Shi yu; Tan/Re yu; Xue yu
- **Geistesschwäche (chi dai):** Tan/Shi yu; Qi yu Xue xu; Holz Xue xu Wasser Yin xu; Jing xu; Qi yu Xue yu
- **Gedächtnisprobleme (shan wang, hao wang, jian wang):** Feuer/Erde xu; Jing xu; Feuer/Wasser-Disbalance; Tan yu; Xue yu
- **Störende Träume (duo meng):** Feuer Qi/Xue xu Erde Qi xu; Wasser Yin xu; Feuer Qi/Xue xu Holz Qi xu/yu; Tan/Re yu; Holz Re yu



Weitere Leit- Symptome

- **Alpträume (meng yan)**
- **Störende Träume (duo meng)**
- **Schlafsucht (shi shui, shi mian)**
- **Durchschlafprobleme (yi xing)**
- **Krämpfe (chou chu, shen shun dong, chou feng) Tics (shun)**
- **Schlaflosigkeit (bu mian, bu mei)**
- **Epilepsie-artige Symptome (dian xian)**
- **Mei he qi**
- **Ben tun**
- **Bai he bing**

Wichtige Faktoren für die Entstehung von chronischer Traurigkeit und Angst

- Selbstablehnung
- Schwache „Wurzel“
- Fehlende Ziele
- Chronische Anspannung
- Schlafmangel
- Überlastung
- Konstitution
- Drogen
- Schlechte Organisation
- Unterdrückte Bedürfnisse
- Bewegungsmangel
- Mangel an „echter“ Freude
- Emotionale Stagnation
- Zu zielorientiert
- Falsche Ernährung
- Trauma

Chinesisches Leitsymptom: chronische Angst „Shan Kong“

- Furcht
- Angst
- Herzklopfen
- Schlafprobleme
- Atemschwäche
- Unruhe
- Schreckhaftigkeit
- Phobien
- Kontrollzwänge
- Schwitзанfälle
- Harnverlust
- Schwindel
- Ohnmacht
- Erbrechen

Basis-Muster bei Shan Kong 1

- ▶ **Jing xu:** rote Zunge mit vermindertem Belag, xi mai (Liu Wei Di Huang Wan plus Yuan Zhi, Gou Qi Zi, Mai Men Dong, Wu Wei Zi)
- ▶ **Qi und Xue xu:** blasse Zunge mit wenig Belag, xi mai, xu mai (Ba Zhen Tang plus Shi Chang Pu, Yuan Zhi/ Gui Pi Tang, Calm the Shen)
- ▶ **Feuer/ Holz Qi/Xue xu:** blasse Zunge, xian mai, manchmal auch hua mai (Shi Wei Wen Dan Tang)
- ▶ **Xue xu/ Holz Qi yu:** blasse Zunge, xian mai, xi mai (Xiao Yao San plus Bo He, Sheng Jiang, Da Zao, Long Gu, Mu Li, Jia Wei Xiao Yao San, Freeing the Sun)

Basis-Muster bei Shan Kong 2

- ▶ **Xue xu/ Yin xu:** rote oder blasse Zunge mit roter Spitze, xi mai, xian mai, manchmal shu mai (Gui Shao Di Huang Tang plus Suan Zao Ren, Bai Zhi Ren, Suan Zao Ren Tang Jia Wei, Nourish the Soul)
- ▶ **Tan Re yu:** rote Zunge mit schleimigem gelbem Belag, hua mai, shu mai (Huang Lian Wen Dan Tang, Clear the Soul)
- ▶ **Feuer Re yu:** rote Zunge mit dünnem gelbem Belag, shu mai (Xie Xin Dao Chi San Jia Wei/ Sheng Di Huang, Mu Tong, Huang Lian, Deng Xin Cao, Gan Cao, Zhu Ye, Lian Xin, Long Chi, Zhen Zhu Mu)

Chinesisches Leitsymptom: chronische Traurigkeit „Shan Bei“

- Häufiges Weinen oder Traurigkeit
- Weinen oder Traurigkeit ohne Anlass
- Gedrückte Stimmung
- Antriebsschwäche
- Lustlosigkeit
- Schwere Atmung/Seufzen
- Schwäche
- Schweigsamkeit
- Leichte Erregbarkeit
- Schlechte Laune
- Morgenmuffel
- Abendbummel
- Essstörungen
- Gedankliche Abwesenheit

Basis-Muster bei shan bei

- **Feuer/Metall Qi xu:** Traurigkeit mit Tendenz zum Weinen, Herzklopfen, Kurzatmigkeit, Müdigkeit, schwacher Husten, leichtes Schwitzen bei Belastung, blasse Zunge mit dünnem Belag, xi mai, xu mai (Bu Fei Tang plus Fu Shen, Bai Zi Ren, Suan Zao Ren)
- **Yin/Xue xu:** Traurigkeit und Weinen ohne Anlass, Melancholie, mentale Abwesenheit, Hitzegefühl in der Brust, Schlafprobleme, Gesichtsröte, Hitze und Schwitzen an Handflächen und Fußsohlen, rote Zunge mit wenig Belag, xi mai, shu mai (Gan Mai Da Zao Tang plus Tian Men Dong, Mai Men Dong, Bai Shao Yao, Dang Gui, Bai He, Fu Shen, He Huan Pi, Suan Zao Ren)
- **Holz huo stört Metall:** häufige Traurigkeit mit Wechsel von Weinen und Reizbarkeit, Aufstoßen, Brust- oder Seitenschmerz, häufiges Seufzen, Schweigsamkeit, bitterer Geschmack, dunkle oder rote Zunge mit möglichem gelbem oder trockenem Belag, xian mai, shu mai (Si Ni San plus Qing Pi, Huang Qin, Bo He, Jie Geng, Xing Ren, He Huan Pi)
- **Holz Qi yu:** Angespanntheit, Reizbarkeit, gedrückte Stimmung, Verdauungszeichen, Freudlosigkeit, blasse Zunge, xian mai (Xiao Yao San plus He Huan Pi, Suan Zao Ren)

Behandlung von psychischen Erkrankungen

1. Chinesische **Musterdiagnose**
2. Klare Erarbeitung der individuellen Wu Xing Zusammenhänge
3. Einbeziehung der Konstitution des Klienten in die Werden/Vergehen- Dynamik
4. Bedingungen und Prozessmechanismen dem Klienten verständlich erklären
5. Machbare und sichtbare Regulationsschritte in die Verantwortung des Klienten geben
6. Folgetermine zur Unterstützung
7. Kräuterformel nach Muster
8. Gegebenenfalls Akupunktur, Tuina
9. Ernährungshinweise, Übungen, Lebensweise

Mögliche unterstützende Maßnahmen

- Emotionaler Kassensturz
- Ballastidentifizierung und Handlungspläne
- Die 4 Fragen bearbeiten
- Struktur erarbeiten
- Schwächen als Stärken nutzen
- Soziale Ebenen aktivieren
- Weg-Ziele aufzeigen
- Den Prozess gegenüber dem Ziel hervorheben
- Stehende Meditation

Wichtige Formeln zur Behandlung psychischer Erkrankungen (Muster beachten!) 1

- Chai Hu Shu Gan Tang
- Si Wu Tang
- Suan Zao Ren Tang
- Liu Wei Di Huang Tang
- Yi Guan Tang
- Tian Ma Gou Teng Yin
- Zhen Gan Xi Feng Tang
- Wen Dan Tang
- Huang Lian Wen Dan Tang
- Long Dan Xie Gan Tang
- Shi Wei Wen Dan Tang
- Xuan Fu Dai Zhe Tang
- Zuo Jin Wan
- Xiao Yao San
- Dan Zhi Xiao Yao San
- Xiao Chai Hu Tang
- Chai Hu Jia Long Gu Mu Li Tang
- Zhi Bai Di Huang Tang

Wichtige Formeln zur Behandlung psychischer Erkrankungen (Muster beachten!) 2

- Gui Lu Er Xian Jiao
- Huang Lian E Jiao Tang
- Jiao Tai Wan
- San Huang Xie Xin Tang
- Dan Chi San
- Ding Zhi Wan
- Gan Mai Da Zao Tang
- Tian Wang Bu Xin Dan
- Bai He Di Huang Tang
- Gui Pi Tang
- Fu Zi Li Zhong Tang
- Bu Zhong Yi Qi Tang
- Wei Ling San
- Da Cheng Qi Tang
- Xue Fu Zhu Yu Tang
- Ban Xia Hou Po Tang
- Sheng Tie Luo Yin
- Dian Kuang Meng Xing Tang

Vielen herzlichen Dank!

www.daocademy.de

www.thammavong.de