

Kräuter und Rezepturen für Grippe

Jeremy Ross

Weitere Grippe Kräuter Mischungen siehe unter *Die Rezepturen* by Jeremy Ross (p. 35 Atemwegsinfekt und Fieber: akute Phase). **Die Rezepturen** ist erhältlich unter www.verlag-systemische-medizin.de

Sicherheit Bevor Sie Isatis 1 oder Astragalus 7 verschreiben, lesen Sie bitte sorgfältig die Sicherheitsinstruktionen im Anhang *Die Rezepturen*, um sicherzustellen, dass die Rezepturen verträglich für ihre Patienten sind.

Grippeprävention

ACHILLEA TEA (Achilleae millifolii herba cum flore)

Der einfachste und kostengünstigste Weg, zur Influenza Virus-Grippe Prävention.

Dosierung

Nehmen Sie täglich 2 Tassen Tee, während den Monaten Dezember, Januar und Februar. Die beste Zeit zur Einnahme ist eine Tasse am Morgen und eine Tasse Nachmittags. Achillea hilft Ihnen morgens wach zu werden, und hält Ihren Geist nachmittags wach.

Zubereitung

Erwachsenendosis
Zur Zubereitung einer Tasse Achillea Tee, geben Sie einen gehäuften Teelöffel getrockneter Achillea von guter Qualität in eine grosse Tasse, und giessen mit *kochendem* Wasser auf. Heisses Wasser reicht nicht. Zirka 7 Minuten ziehen lassen. Durch ein Teesieb absieben. Warm trinken. Bei Bedarf, können Sie einen Viertel Teelöffel Honig dazugeben.

ISATIS 1 Tiefe Dosierung

Diese Kräutermischung dient zur Vernichtung von Viren und Bakterien, ebenso zur Entzündungshemmung im Respirationstrakt, und zur Stärkung des Immunsystems.

Indikation

Arbeiten Sie in einer Umgebung mit grippeinfizierten oder grippal erkrankten Leuten, zum Beispiel im Büro, in der Schule oder im Spital, dann können Sie Isatis 1, solange Sie in einer solchen Umgebung arbeiten, einnehmen. Anwendbar sowohl für Kinder, Erwachsene als auch für ältere Leute. Beginnen Sie mit der Einnahme 3 Tage bevor Sie sich in eine entsprechende Umgebung begeben, und setzen Sie die Einnahme bis zu zwei Wochen fort, wenn Sie in einem entsprechenden Risikoumfeld aufhalten.

Dosierung Erwachsenenendosis
3 Mal täglich 2.5 ml Tinktur in einem Glas warmem Wasser einnehmen.

Behandlung der akuten Influenza Grippe

ISATIS 1 Höhere Dosierung

Indikation

Sobald Sie die ersten Grippe Symptome wie Niessen, laufende Nase, Temperaturanstieg oder Gliederschmerzen wahrnehmen, beginnen Sie mit der Einnahme von Isatis 1. Einnahme 3 bis 5 Mal täglich, bis die Symptome verschwunden sind.

Isatis 1 gehört in die Hausapotheke

Damit Sie mit der Einnahme von Isatis 1 *unmittelbar* beim Auftreten der ersten Grippe Symptome beginnen können, ist es empfehlenswert, eine Flasche Isatis 1 in der Hausapotheke für die Grippe Saison bereit zu halten.

Dosierung Erwachsenenendosis
Zur Grippebehandlung, wird Isatis 1 höher dosiert angewendet als zur Prävention. Nehmen Sie 3 Mal täglich 5 ml Tinktur verdünnt in wenig warmem Wasser.

Kombination mit Achillea Tee

Ist nicht zwingend, aber verstärkt die Wirkung von Isatis 1, wenn Sie jede Dosis Isatis 1 in einer Tasse warmem Achillea Tee einnehmen.

Warnung

Wenn Sie ernsthaftere Symptome, wie zum Beispiel hohes Fieber haben, setzen Sie sich unverzüglich mit Ihrem Hausarzt in Verbindung.

Grippe Rekonvaleszenz

ASTRAGALUS 7

Diese Kräutermischung ist für die *Erholungsphase* der Grippe.

Sie eignet sich speziell für rezidivierende respiratorische Infektionen, verbunden mit wiederholter Antibiotikaeinnahme und reduzierter Immunabwehr.

Nach einer Grippeinfektion fühlen sich viele Leute erschöpft, und haben Mühe zu arbeiten. Oft leiden Sie unter hartnäckigem Husten, Bronchialkatharrh, und reduzierter Abwehrkraft gegenüber neuen Infektionen.

Indikationen

Beginnen Sie mit der Einnahme von Astragalus 7, sobald die akuten Grippesymptome abgeklungen sind. Nehmen Sie die Tropfen solange ein, bis Sie sich wieder gesund fühlen, bis 1 Monat lang.

Dosierung Erwachsenenendosis

Nehmen Sie 3 Mal täglich 2.5 -5 ml Tinktur in wenig warmem Wasser ein.

Isatis 1

Fieberepisoden: akute Phase Wind-Hitze + Rest-Pathogen

Forschungsergebnisse Für alle Substanzen dieser Rezeptur wurde eine antivirale, antiphlogistische sowie immunomodulatorische Wirkung nachgewiesen. Zudem wurden Isatis, Berberis und Echinacea in Tierversuchen gegen Virusgrippe eingesetzt und waren den Berichten zufolge bei verschiedenen Influenza-Viren wirkungsvoll.

Arzneimittelresistenz Isatis 1 kann ergänzend eingesetzt werden bei der Behandlung mit antiviralen oder antibakteriellen Substanzen, um die Behandlung verschiedener arzneimittelresistenter Mikroorganismen zu unterstützen.

Indikationen

Symptome und Befunde

Diese Rezeptur eignet sich für die folgenden unterschiedlichen Syndrome:

- **Fieber + Fülle-Syndrom:** für akute virale oder bakterielle Infektionen mit Fieber, wie z.B. Grippe (viral), Tonsillitis und Parotitis (viral oder bakteriell).
- **Fieber + Mangel-Syndrom:** Frühstadium eines wiederkehrenden niedrigen Fiebers, z.B. beim chronischen Erschöpfungssyndrom.

Puls

- **Fieber + Fülle-Syndrom:** Schnell, evtl. überflutend oder drahtig.
- **Fieber + Mangel-Syndrom:** Leer und gespannt auf der oberen Ebene, evtl. leer auf der mittleren und tiefen Ebene, evtl. schnell.

Zunge

- **Fieber + Fülle-Syndrom:** Rot oder scharlachrot.
- **Fieber + Mangel-Syndrom:** Blass mit roten Pünktchen.

Syndrome

Primär

- Wind-Hitze
- Rest-Pathogen

Sekundär

- Fieber + Fülle-Syndrom:
 - Epidemisches Toxin
 - Hitze-Toxin
- Fieber + Mangel-Syndrom:
 - Lungen-Qi-Mangel
 - Milz-Qi-Mangel

Temperatur

Die Temperatur der Rezeptur ist insgesamt kalt und kann zur Behandlung warmer oder heißer Zustände verwendet werden.

Verabreichungsform

Erwachsenendosis Dreimal täglich 2,5–5 ml der Tinktur in einer Vierteltasse Wasser.

Einnahmedauer

Einnahme sollte drei Tage nicht überschreiten. Patient sollte die Rezeptur bei den ersten Anzeichen der akuten Erkrankung einnehmen: z.B. Kratzen im Hals, Niesen, leichtes Fiebergefühl oder allgemeines Unwohlsein.

Sicherheitshinweise

Kälte-Syndrome Kontraindiziert.

Langzeiteinnahme Kontraindiziert. Wenn diese Rezeptur innerhalb von drei Tagen keine Wirkung zeigt, sollte die Einnahme eingestellt werden.

Spezifische Mittel ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Berberis, Echinacea, Isatis, Zingiber.

Schwangerschaft und Stillzeit Kontraindiziert, solange Berberis nicht entfernt wurde; dann nur mit Vorsicht anzuwenden. ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Berberis, Isatis, Zingiber.

Wechselwirkungen ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Berberis, Echinacea, Zingiber.

Rezeptur

Mittel	Anteil	Temperatur	Geschmack	Eigenschaft, Wirkung
Isatis	1	sehr kalt	bitter	entzündungshemmend,
Berberis	1	kühl	bitter	antimikrobiell
Echinacea	1	kühl	scharf, bitter, etwas süß	scharf mit Oberflächenwirkung
Zingiber (getrocknet)	1	heiß	scharf, aromatisch	kreislaufanregend-heiß

Modifikationen

Veränderung der Symptome		Modifikation	
1.	+ Kältegefühle Patient mit Kältegefühlen und/oder schwacher Konstitution	↑ Zingiber (getrocknet)	1
2.	+ Tonsillitis akute Phase einer rezidivierenden Tonsillitis	+ Salvia off.	1
3.	+ Parotitis oder Lymphadenitis mit Mumps (infektiöser Parotitis) oder vergrößerten Lymphknoten	+ Phytolacca	1

Ersatzrezepturen

Veränderung der Symptome		Ersatz
1.	Mandelentzündung + Fieber + starke Halsschmerzen und Schluckbeschwerden: akute Phase	Salvia 1 Akute Tonsillitis <i>Wind-Hitze + Hitze-Toxin</i>
2.	Grippe + Halsschmerzen mehr Fieber als Frösteln akute Phase	Achillea 1 Grippe + Halsschmerzen <i>Wind-Hitze</i>
3.	Kurzfristige Infektionsvorbeugung bei Ansteckungsgefahr oder Schutz vor Nebenwirkungen von Impfungen	Thymus 11 Vorbeugung gegen Atemwegsinfektion <i>Äußeres Pathogen + Abwehr-Qi-Mangel</i>

Astragalus 7

Rezidivinfektion der Atemwege + Antibiotika-Einnahme: Genesungsphase

Abwehr-Qi-Mangel + Rest-Pathogen

Indikationen

Symptome und Befunde

- *Genesungsphase* einer rezidivierenden Atemwegsinfektion, v.a. nach wiederholter Einnahme von Antibiotika mit einer oder mehreren der folgenden Begleiterscheinungen:
 - verminderte Abwehrkraft gegen Infektionen
 - Erschöpfung, evtl. Kältegefühle
 - zunehmende Verdauungsschwäche mit Appetitmangel
 - zunehmende Schwäche der Atemwege mit schwachem Husten und schwacher Atmung, Verschlimmerung des Katarrhs

Puls Leer auf der oberen Ebene, evtl. auch leer auf der mittleren und tiefen Ebene, v.a. an der Milz- und der Lungen-Taststelle.

Zunge Blass, Zahneindrücke, evtl. weißer Belag.

Syndrome

Primär

- Abwehr-Qi-Mangel
- Rest-Pathogen

Sekundär

Eins oder mehrere der folgenden Syndrome können auch vorliegen:

- Milz-Qi-Mangel + Nässe
- Lungen-Qi-Mangel
- Lungen-Schleim

Temperatur

Die Temperatur der Rezeptur ist insgesamt warm und kann zur Behandlung mäßig kühler bis kühler Zustände verwendet werden.

Verabreichungsform

Erwachsenendosis Dreimal täglich 2,5–5 ml der Tinktur in einer Vierteltasse Wasser.

Einnahmedauer

Kann mit angemessenen Vorsichtsmaßnahmen, Behandlungspausen und Modifikationen über einen Zeitraum von ein bis zwei Monaten eingenommen werden.

Sicherheitshinweise

Bluthochdruck Bei schwerer Hypertonie vermeiden. Vorsicht bei milder bis mäßiger Hypertonie.

Hitze- oder Trockenheitssyndrome Kontraindiziert.

Kopfschmerzen Vorsicht bei überaktivem Leber-Yang-Syndrom.

Spezifische Mittel ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Achillea, Angelica archangelica, Astragalus, Glycyrrhiza, Zingiber.

Schwangerschaft Kontraindiziert. ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Achillea, Angelica archangelica, Glycyrrhiza, Thuja, Zingiber.

Stillzeit Kontraindiziert. ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Thuja.

Wechselwirkungen ▶ Anhang: Sicherheitshinweise zu Glycyrrhiza, Zingiber.



Rezeptur

Mittel	Anteil	Temperatur	Geschmack	Eigenschaft, Wirkung
Astragalus Glycyrrhiza	1,5 1	etwas warm neutral – kühl	süß süß	tonisierend, stimulierend
Achillea Thymus	1 1	warm – kühl warm – kühl	scharf, bitter aromatisch, scharf	scharf mit Oberflächenwirkung
Thuja Angelica arc.	1 1	warm warm	scharf, aromatisch, bitter aromatisch, bitter, scharf	kreislaufanregend
Zingiber (getrocknet)	0,5	heiß	scharf, aromatisch	kreislaufanregend-heiß

Modifikationen

Veränderung der Symptome		Änderung der Zutaten	
1.	+ Übermäßiges Schwitzen + keine oder nur leichte Kältegefühle	+ Salvia off. - Zingiber (getrocknet)	1 0,5
2.	+ Trockener Husten + Durst	+ Prunus - Angelica arc.	1 1
3.	+ Appetitmangel + Völlegefühl im Abdomen	+ Citrus aur.	1

Ersatzrezepturen

Veränderung der Symptome		Ersatz
1.	Wiederkehrender Atemwegsinfekt + evtl. wiederkehrender Harnwegsinfekt v.a. nach wiederholter Einnahme von Antibiotika: subakute oder milde akute Phase	Thymus 1 Rezidivinfekt der Atemwege + Antibiotika-Einnahme: akute Phase <i>Rest-Pathogen + Abwehr-Qi-Mangel</i>
2.	Wiederkehrender Atemwegsinfekt + erhöhte Permeabilität des Darms + Absorptionsprobleme, evtl. wiederholte Einnahme von Antibiotika, Erschöpfung: Genesungs- oder subakute Phase	Astragalus 1 Rezidivinfekt + erhöhte Darmpermeabilität <i>Abwehr-Qi-Mangel + Darm-Qi-Mangel + Rest-Pathogen</i>
3.	Wiederkehrender Atemwegsinfekt + Durst + schwaches Atmen schwacher Husten, Erschöpfung: Genesungsphase	Achillea 4 Rezidivinfekt der Atemwege + Schwäche der Atmungsorgane <i>Rest-Pathogen + Abwehr-Qi-Mangel + Mangel an Flüssigkeiten</i>