

BAI JIE ZI 12

KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☯ Virale Infekte („Erkältungen“), akute Rhinitis, Grippe oder Erkrankungen der Atemwege mit Sinusobstruktion, wässrigem oder weißem Nasensekret, Niesen und wässrigen Augen
- ☯ Kurzatmigkeit und/oder Atemnot mit Kälteintoleranz (Temperatur, Nahrung oder Getränke), gräuliche oder zyanotische Gesichtsfarbe, Frösteln und Ausbleiben von Transpiration
- ☯ Kältebedingte Lungenerkrankungen wie Asthma, Bronchitis, Emphysem oder Lungeninfekte mit weißem Auswurf
- ☯ Als unmittelbare Hilfe gegen Niesen mit klarem Nasensekret bei Menschen, die kaltem Wetter oder Wasser ausgesetzt sind, z.B. Taucher und Schwimmer.

THERAPEUTISCHE WIRKUNGEN GEMÄSS TCM

- ☯ Treibt Kälte aus, wärmt das Körperinnere
- ☯ Löst Schleim
- ☯ Reguliert die Qi-Zirkulation zur Linderung von Atemnot und Kurzatmigkeit

DOSIERUNG

3 mal täglich je 4 bis 6 Kapseln mit warmem Wasser auf nüchternen Magen einnehmen. Zur Erzielung einer maximalen Wirkung Behandlung mit *Bai Jie Zi 12* schon bei den ersten Anzeichen von Atemwegsbeschwerden beginnen.

ERGÄNZENDE FORMELN

- ☯ Bei Allergien, Sinuskopfschmerzen, Nasenverstopfung und weißem, wässrigem Nasensekret mit *Xin Yi Hua 15* kombinieren.
- ☯ Bei Allergien, Sinuskopfschmerzen, Nasenverstopfung und klebrigem, gelbem Nasensekret auch *Ge Gen 14* verschreiben.
- ☯ *Huang Qi 6* kann als Erhaltungstherapie für Patienten mit zugrunde liegender Lungen-Leere verwendet werden, die sich durch ein geschwächtes Immunsystem, rezurrente Erkältungen und Grippe manifestiert, wodurch immer wieder Asthmaanfälle ausgelöst werden.
- ☯ Zur Belebung der allgemeinen Verfassung täglich auch *Huang Qi 6* einnehmen.
- ☯ Als Erhaltungs- und Präventionstherapie bei Asthmaanfällen mit *Dong Chong Xia Cao 3* und *Su Zi 16* kombinieren.

ERNÄHRUNG

- ☯ Alle kalten und rohen Nahrungsmittel meiden, da sie die Bronchien verengen und dadurch Krämpfe auslösen können.
- ☯ Asthma kann allergiebedingt sein. Deshalb auf Lebensmittel verzichten, die üblicherweise mit Allergien assoziiert werden wie Milch, Eier, Schalentiere, Fische und Nüsse. Die im Gastgewerbe oft zur Konservierung von Salaten, Pommes Frites und Avocado-Dips verwendeten Sulfite werden auch mit Asthmaanfällen in Verbindung gebracht.

BAI JIE ZI 12

- ☉ Rettich eignet sich hervorragend zur Behandlung von Husten. Einen faustgroßen Rettich in dünne Scheiben schneiden. Einen Teelöffel Malzzucker und ein Glas Wasser hinzugeben und 20 Minuten lang kochen. Bei Zimmertemperatur oder etwas tiefer servieren. Man kann die Rettichscheiben auch einfach mit Honig vermischen, 30 Minuten warten und dann die vom Rettich ausgeschiedene Flüssigkeit trinken.
- ☉ Zitronensaft mit Honig wirkt auch hervorragend gegen Husten.
- ☉ Scharfe, rohe, fette und süße Speisen meiden.

HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☉ Kontakt mit Pollen, Staub und starke Temperaturveränderungen vermeiden. Regelmäßige Bewegung in Kombination mit pflanzlicher Therapie ist der Schlüssel zur vollständigen Erholung.
- ☉ Bei Asthma ist darauf zu achten, dass Staubsauger- und LüftungsfILTER oft ausgewechselt werden, um Staub, Schimmel und Staubmilben auf ein Minimum zu beschränken. In Haushalten mit Patienten, die unter Atemwegsinfektionen leiden, sollten Luftreiniger installiert werden. Hartbodenbeläge sind Teppichen vorzuziehen, um die Ansammlung von Staub, Schimmel und anderen Allergenen in den Teppichen zu vermeiden. Schimmel und Pilze lassen sich mit einem Bleichmittel auswaschen. Auch Tierschuppen können Allergien auslösen. Alle direkten und indirekten Kontakte mit Allergenen sollten – wenn immer möglich – vermieden werden, um allergische Reaktionen zu vermeiden.
- ☉ Asthmapatienten sind manchmal allergisch auf Aspirin. In diesen Fällen ist auf Acetaminophen-Produkte (Paracetamol) auszuweichen.
- ☉ Patienten sollten nicht rauchen und Passivrauchen vermeiden.
- ☉ Zwischen den Asthmaanfällen das Immunsystem und die Körperresistenz stärken; dabei ist es wichtig, ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Ruhe herzustellen. Wechselduschen sind empfehlenswert, um den Körper gegenüber Temperaturveränderungen unempfindlich zu machen. Auch eine regelmäßige Einnahme von Kräuterformeln, die das Immunsystem stärken, (z.B. *Dong Chong Xia Cao 3* oder *Huang Qi 6*) ist ratsam.
- ☉ An Stelle von Produkten mit künstlichen oder chemischen Zusatzstoffen wenn immer möglich hypoallergene Produkte verwenden.

ZUR BEACHTUNG

- ☉ Patienten mit kälte- oder leerebedingten Atemwegserkrankungen sollten mit *Bai Jie Zi 12* bzw. *Su Zi 16*, behandelt werden. Für Angaben zur Erhaltungstherapie bei Atemwegserkrankungen siehe *Ergänzende Formeln*.
- ☉ Bei schweren oder akuten Asthmaanfällen ist u.U. eine zusätzliche pflanzliche oder medikamentöse Behandlung erforderlich.
- ☉ Diese Formel ist während Schwangerschaft und Stillzeit kontraindiziert.
- ☉ Diese Formel darf nicht für eine Langzeitbehandlung eingesetzt werden. Sie ist bei Eintreten der erwünschten Wirkung abzusetzen. Für eine Langzeittherapie ist der Einsatz von *Su Zi 16* oder *Dong Chong Xia Cao 3* zu prüfen.