

BAI ZHU 11

KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☉ Allgemeine Schwächeerscheinungen und Verdauungsstörungen: dünner Stuhl oder Diarrhö, Appetitlosigkeit, Anorexie, Müdigkeit, Magenknurren, Blähungen, Gewichtsverlust, gelbliche Gesichtsfarbe und am Rand gezähnte Zunge
- ☉ Milz-Qi-Leere mit entzündlichem Darm und Diarrhö: Reizdarm, Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn
- ☉ Milz-Qi-Leere mit verschiedenen gastrointestinalen Folgeerkrankungen: Diarrhö, leichter Gastritis, chronischer entzündlicher Darmerkrankung und chronischer Kolitis
- ☉ Fehlernährung bei Kindern und Patienten mit Inappetenz und dünnem Stuhl

THERAPEUTISCHE WIRKUNGEN GEMÄß TCM

- ☉ Tonifiziert das Milz-Qi
- ☉ Stoppt Diarrhö
- ☉ Fördert die Verdauung
- ☉ Führt Feuchtigkeit ab und löst Stagnation auf

DOSIERUNG

3 mal täglich je 2 bis 4 Kapseln eine Stunde vor oder 2 Stunden nach den Mahlzeiten auf nüchternen Magen einnehmen. Die Formel kann auch zur symptomatischen Behandlung von Diarrhö eingesetzt werden. Zur Erzielung einer langfristigen und nachhaltigen Wirkung sollte die Behandlung mit **Bai Zhu 11** jedoch mindestens 3 bis 6 Monate dauern. Nur so lässt sich eine Verbesserung der Konstitution von Milz und Magen bewirken.

ERGÄNZENDE FORMELN

- ☉ Bei Diarrhö und Dysenterie als Folge eines gastrointestinalen Infekts auch **Huo Xiang 24** und **Huang Lian 11** verschreiben.
- ☉ Bei entzündlicher Darmerkrankung oder Colitis ulcerosa aufgrund von feuchter Hitze im Darm zusätzlich **Yi Yi Ren 15** einnehmen.
- ☉ Bei Obstipation als Folge von Reizdarmsyndrom auch **Yu Li Ren 13** und **Hou Po 22** verordnen.
- ☉ Bei Reizdarmsyndrom mit Reizbarkeit und Stress mit **Chai Hu 10** und **Hou Po 22** kombinieren.
- ☉ Bei extremer Müdigkeit und Qi-, Blut-, Yin- und Yang-Leere auch **Xi Yang Shen 14** verschreiben.
- ☉ Für einen raschen Energieschub zusätzlich **Ci Wu Jia 4** einnehmen.
- ☉ Bei Depressionen auch **Xiang Fu 15** verordnen.
- ☉ Bei Hepatitis durch **Hu Zhang 15** ergänzen.

ERNÄHRUNG

- ☉ Eine gute Ernährung ist von entscheidender Bedeutung für eine vollständige Erholung.
- ☉ Kalte, rohe, fette, gebratene Nahrung, Süßigkeiten und Alkohol meiden. Auf schwer verdauliche Speisen verzichten. Kein frisches Obst oder Gemüse auf nüchternen Magen essen, da diese in der Regel zu kalt sind und so den Magen reizen und die Verdauung stören.

BAI ZHU 11

- ☯ Bei Laktoseintoleranz keine Milchprodukte essen.
- ☯ Täglich Ingwer, Schalotten und Knoblauch essen.
- ☯ Der Nahrung ausreichend Essig beifügen, da dieser gegen Diarrhö wirkt.

HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☯ Um eine zusätzliche Störung des Verdauungssystems zu vermeiden, nur hygienisch unbedenkliche Nahrung konsumieren.
- ☯ Sich nicht auf nassen Zement oder Marmorböden setzen (feuchte Kälte!).
- ☯ Eine positive Lebenseinstellung ist sehr wichtig. Sorgen und quälende Gedanken belasten das Milz-Qi.
- ☯ Reizdarm-Patienten mit abwechselnder Diarrhö und Obstipation sollten Stress, wenn immer möglich, vermeiden, da dieser die Symptome verschlimmern kann.

ZUR BEACHTUNG

- ☯ Diese Formel ist bei innerer Hitze, äußerer Wind-Kälte oder äußerer Wind-Hitze kontraindiziert.
- ☯ Diese Formel sollte nicht ausschließlich eingesetzt werden bei Diarrhö als Folge von feuchter Hitze im Darm und Symptomen wie rektalem Brennen, Tenesmus und übel riechendem Stuhl. Diese Symptome sind Zeichen für einen Infekt und müssen vorgängig mit pflanzlichen Substanzen behandelt werden, die feuchte Hitze aus dem Darm ableiten können.