

DAN SHEN 14

KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☉ Kardiovaskuläre Erkrankungen, insbesondere koronare Herzerkrankung mit Angina pectoris (ausstrahlende Brustschmerzen) im Rahmen einer Arteriosklerose
- ☉ Periphere Kreislaufkrankungen mit Mangeldurchblutung von Hirn und Körper; Begleiterscheinungen wie Unempfindlichkeit der Extremitäten, peripherer Neuropathie und ähnlich gelagerten Erkrankungen

THERAPEUTISCHE WIRKUNGEN GEMÄSS TCM

- ☉ Regt die Blutzirkulation im oberen Jiao an und löst Blutstagnation auf
- ☉ Öffnet die Meridiane und lindert Schmerzen
- ☉ Wärmt das Herz-Yang und leitet Feuchtigkeit und Schleim ab

DOSIERUNG

3 mal täglich je 2 bis 4 Kapseln mit warmem Wasser auf nüchternen Magen einnehmen. Diese Formel muss als Erhaltungs- und/oder Präventionstherapie von kardiovaskulären Erkrankungen eingenommen werden. Diese Formel darf **nicht** zur Behandlung von akuten Herzinfarkten verwendet werden.

ERGÄNZENDE FORMELN

- ☉ Bei Hypertonie mit Schwindel auch **Gou Teng 14** verschreiben.
- ☉ Bei Hypertonie mit Wutausbrüchen oder gerötetem Gesicht zusätzlich **Long Dan Cao 14** einnehmen.
- ☉ Bei hohen Cholesterin- und Triglyceridwerten durch **Shan Zha 13** ergänzen.
- ☉ Bei Schlaflosigkeit mit Rastlosigkeit und Störung des Geistes (*Shen*) in Fülle-Situationen auch **Chai Hu 18** verschreiben.
- ☉ Bei Schlaflosigkeit als Folge von Leere-Syndrom, Anämie oder übermäßiger Besorgnis auch **Wu Wei Zi 14** verordnen.
- ☉ Bei Nikotinabhängigkeit durch **Chai Hu 18** ergänzen, um die Entzugs- und Abhängigkeitssymptome zu lindern.
- ☉ Bei Adipositas mit **Lu Cha 13** kombinieren, um Appetit zu zügeln und Gewichtsabnahme zu erleichtern.

ERNÄHRUNG

- ☉ Arteriosklerosepatienten sollten ballaststoffreich (Obst und Gemüse) sowie fett- und cholesterinarm essen. Süßigkeiten, Chips, gebratene und fette Speisen, minderwertige Fertignahrung, Speiseeis und Alkohol meiden. Rauchen und Passivrauchen wenn immer möglich vermeiden. Von Haiknorpel wird abgeraten, da dieser die Bildung neuer Blutgefäße behindern kann. Regelmäßige Bewegung und eine disziplinierte Gewichtskontrolle sind ratsam.
- ☉ Viel Knoblauch und Zwiebeln essen, da diese den Cholesterinspiegel senken können. Rohe Nüsse (außer Erdnüssen), Olivenöl, rosa Lachs, Forelle, Thunfisch, atlantischer Hering und Makrelen sind reich an essentiellen Fettsäuren, die für Patienten mit kardiovaskulären Erkrankungen zu empfehlen sind.
- ☉ Natrium, Mononatriumglutamat (MSG), Natriumbicarbonat, Dosengemüse, kalorienarme Süßgetränke, minderwertige Fertignahrung, Fleischzartmacher, Saccharin und enthärtetes Wasser meiden.

DAN SHEN 14

- ☉ Patienten, die Antikoagulantien (z.B. Marcoumar) einnehmen, sollten die tägliche Einnahme von Vitamin K konstant halten, das in Luzerne, Blumenkohl, Leber und in dunkelgrünem Gemüse wie Broccoli und Spinat enthalten ist.
- ☉ Konsum von Niacin steigern. Damit lässt sich das Gesamtcholesterin um bis zu 18% senken, das HDL-Cholesterin um bis zu 32% erhöhen und die Triglyceridwerte um bis zu 26% senken.
- ☉ Weitere nützliche Zusatzstoffe sind Vitamin B5, Vitamin C, Vitamin E, Chrompocolinat, Lecithin und Koenzym Q10.

HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☉ Bewegung fördert die Blutzirkulation, hält die Blutgefäße elastisch, flexibel und verhindert deren Verstopfung.
- ☉ Alkohol und Tabak (Rauchen und Passivrauchen) meiden, um einer Erhöhung des Cholesterinspiegels und einer Verhärtung der Arterien vorzubeugen.
- ☉ Eine gesunde Ernährung und ein veränderter Lebensstil können Arteriosklerose und deren Komplikationen rückgängig machen. Diese Maßnahmen müssen jedoch über längere Zeit ununterbrochen und täglich angewandt werden.

ZUR BEACHTUNG

- ☉ Ein akuter Myokardinfarkt ist ein medizinischer Notfall, der sofortiges Handeln erfordert. Ambulanz alarmieren! Patientenverfassung überwachen, bis Notdienst eintrifft.
- ☉ Diese Formel darf **nicht** zur Behandlung eines Myokardinfarkts benutzt werden. **Dan Shen 14** eignet sich zur Prävention der koronaren Herzerkrankung und **nicht** für die Behandlung eines akuten Herzinfarkts.
- ☉ **Dan Shen 14** kann die allgemeine Wirkung von Antikoagulantien wie Marcoumar verstärken. Patienten, die Antikoagulantien oder Thrombozytenaggregationshemmer einnehmen, dürfen diese Formel ohne vorherige ärztliche Konsultation **nicht** verwenden.
- ☉ **Dan Shen 14** ist während der Schwangerschaft und des Stillens kontraindiziert.