

DANG GUI 6

KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☉ Menstruationsbeschwerden mit allgemeinen Kältesymptomen, z.B. kalte Extremitäten, dumpfe Menstruationsschmerzen, die sich durch Wärme lindern lassen, und/oder allgemeine Schwäche, blasses Gesicht, Anämie oder Ödeme
- ☉ Erhaltungstherapie zum Ausgleich des weiblichen Hormonhaushalts und Förderung des allgemeinen Gesundheitszustands
- ☉ Allgemeine Menstruationsbeschwerden wie Amenorrhö, Dysmenorrhö oder unregelmäßige Menstruation
- ☉ Weibliche Sterilität, habitueller bzw. drohender Abort aufgrund eines Leerezustandes

THERAPEUTISCHE WIRKUNGEN GEMÄSS TCM

- ☉ Nährt das Leberblut
- ☉ Stärkt die Milz
- ☉ Leitet Feuchtigkeit ab
- ☉ Verbreitet das Leber-Qi

DOSIERUNG

3 mal täglich je 3 bis 4 Kapseln einnehmen. Die Dosierung kann in Fällen schwerwiegender Leere und/oder Wassereinlagerungen je nach Bedarf auf je 6 bis 8 Kapseln alle vier Stunden erhöht werden.

ERGÄNZENDE FORMELN

- ☉ Bei Dysmenorrhö mit *Pu Huang 13* kombinieren.
- ☉ Bei menopausal bedingter Hitze und/oder Schweißausbrüchen auch *Zhi Mu 14* verordnen.
- ☉ Bei Schlaflosigkeit und Anämie durch *Wu Wei Zi 14* ergänzen.
- ☉ Bei mattem, glanzlosem Haar oder Haarverlust mit *He Shou Wu 14* kombinieren.
- ☉ Zur Tonifizierung der allgemeinen Verfassung auch *Xi Yang Shen 14* verschreiben.
- ☉ Bei Inappetenz, losem Stuhl zusätzlich *Bai Zhu 11* einnehmen.
- ☉ Bei Dysmenorrhö mit Kopfschmerzen durch *Chuan Xiong 12* oder *Bai Zhi 5* ergänzen.

ERNÄHRUNG

- ☉ Ein ausreichender Kalziumkonsum trägt wesentlich zur Verhinderung von Menstruationskrämpfen bei. In den zehn Tagen vor Einsetzen der Menstruation geht der Kalziumspiegel im Körper zurück.
- ☉ Konsum von pflanzlichem Öl und Fisch steigern. Diese Nahrungsmittel enthalten viel Prostaglandin, das zur Linderung von Menstruationskrämpfen und –schmerzen beiträgt.
- ☉ Auch Sojaprodukte sind ratsam, da sie die Regulierung des Hormonhaushalts fördern.
- ☉ Mehr Lebensmittel, die von ihrem Wesen her warm sind, essen, z.B. Zwiebeln, Knoblauch, Schafffleisch, Chili oder Schnittlauch.
- ☉ Kalte oder rohe Lebensmittel meiden, da diese die Funktion der Milz behindern und mehr Feuchtigkeit und Stagnation verursachen.

DANG GUI 6

HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☯ Übermäßige sportliche Betätigung und Nikotin (auch durch Passivrauchen) meiden.
- ☯ Leichte Bewegung und Entspannungsübungen tragen zur Lösung von Menstruationskrämpfen bei.
- ☯ Bauch warm duschen oder Wärmepackungen auflegen, um Schmerzen zu lindern.

ZUR BEACHTUNG

- ☯ Patienten, die Antikoagulantien (z.B. Marcoumar) oder Thrombozytenaggregationshemmer einnehmen, sollten diese Formel mit Vorsicht verwenden, da in diesem Fall ein leicht erhöhtes Blutungs- und Hämatomrisiko bestehen kann.