

# HUO XIANG 24

---

## KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☉ Alle Formen von Diarrhö, die auf Fülle zurückzuführen sind und sich durch Hitze und Feuchte manifestieren.
- ☉ Gastroenteritis, Enteritis, Dysenterie oder Lebensmittelvergiftungen mit übel riechendem Stuhl und rektalem Brennen, Abdominalbeschwerden und -schmerzen, meteoristisches Abdomen, Übelkeit, Erbrechen und Gefühl einer unvollständigen Darmentleerung
- ☉ Reisedurchfall
- ☉ Magen-Darm-Störungen mit feuchter Hitze
- ☉ Mononatriumglutamat-Intoleranz

## THERAPEUTISCHE WIRKUNG GEMÄSS TCM

- ☉ Zerstreut feuchte Hitze im Darm
- ☉ Bindet den Darm und stoppt Diarrhö
- ☉ Fördert die Verdauung und lindert Schmerzen

## DOSIERUNG

3 mal täglich je 3 bis 4 Kapseln mit warmem Wasser auf nüchternen Magen einnehmen. Bei Bedarf kann die Dosis auf 3 mal täglich 6 bis 8 Kapseln erhöht werden. Bei akuten Infekten muss die Formel während mindestens 7 Tagen eingenommen werden, um die Krankheitserreger vollständig zu eliminieren.

## ERGÄNZENDE FORMELN

- ☉ Bei starkem rektalen Brennen, Eitertaschen oder Abszessen, Fieber oder Entzündungen mit *Huang Lian 11* kombinieren.
- ☉ Bei Reizdarmsyndrom mit Blähungen und Flatulenz auch *Hou Po 22* verschreiben.
- ☉ Bei Stress auch *Chai Hu 10* oder *Chai Hu 18* verordnen.
- ☉ Bei Reizdarmsyndrom mit Obstipation *Hou Po 22* und *Yu Li Ren 13* an Stelle von *Huo Xiang 24* einnehmen.
- ☉ Bei Darm- und Bauchkrämpfen und -schmerzen durch *Bai Shao 4* ergänzen.
- ☉ Bei Mononatriumglutamat-Intoleranz mit *Lian Qiao 8* kombinieren.
- ☉ Bei Colitis ulcerosa auch *Yi Yi Ren 15* verschreiben.

## ERNÄHRUNG

- ☉ Patienten mit Diarrhö sollten viel sauberes Wasser trinken und sich zustandsgerecht ernähren, um eine Dehydrierung und Fehlernährung zu vermeiden.
- ☉ Nach der Diarrhö in der Erholungsphase zu Beginn der Mahlzeit leicht verdauliche Speisen essen, z.B. Suppe, Joghurt, geröstetes Brot, Porridge, gekochtes Obst und Gemüse.
- ☉ Speisen meiden, die Diarrhö auslösen können oder schwer verdaulich sind, z.B. Sorbitol, Milchprodukte, scharfe Speisen, Alkohol und Koffein.
- ☉ Rohe, kalte oder hygienisch nicht einwandfreie Speisen bzw. Getränke meiden.
- ☉ Rohe Speisen und Früchte auf einem separaten Hackbrett zubereiten, um eine Kontamination mit anderen Lebensmitteln zu vermeiden.
- ☉ In der Erholungsphase, vor allem nach bakteriell-infektiöser Diarrhö, keine Speisen mit raffiniertem Zucker essen.

# HUO XIANG 24

---

## HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☯ Patienten dazu anhalten, sich vor dem Essen die Hände zu waschen.
- ☯ Patienten mit stressbedingten Darmstörungen brauchen regelmäßig Bewegung, ausreichende Erholung und normale Schlafmuster. Auch Meditation (mindestens 2 mal täglich) ist empfehlenswert. Wenn immer möglich die Alltagsroutine über Bord werfen und stattdessen etwas Angenehmes unternehmen, das den Stress abbaut
- ☯ Entspannen, ausruhen und viel Wasser trinken, bis sich der Zustand bessert.

## ZUR BEACHTUNG

- ☯ Diese Formel ist bei Diarrhö als Folge von Leere und Kälte, Milz-Qi-Leere oder Milz- und Nieren-Yang-Leere kontraindiziert.
- ☯ Diese Formel ist während der Schwangerschaft und des Stillens kontraindiziert.
- ☯ 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.