

# SHAN YAO 12

---

## KLINISCHE EINSATZGEBIETE

- ☯ Diabetes mellitus
- ☯ Gestörte Glukosetoleranz mit oder ohne Ketonurie
- ☯ Polyurie, Polydypsie und/oder Polyphagie

## THERAPEUTISCHE WIRKUNGEN GEMÄSS TCM

- ☯ Nährt Lungen-, Magen- und Nieren-Yin
- ☯ Klärt Leere-Feuer
- ☯ Trocknet Feuchtigkeit aus

## DOSIERUNG

3 mal täglich je 3 bis 4 Kapseln auf nüchternen Magen einnehmen – entweder 1 Stunde vor oder 2 Stunden nach den Mahlzeiten. Für eine optimale Kontrolle der Blutzuckerwerte gilt es, bei der Dosierung die allgemeine Verfassung zu berücksichtigen, da der Schweregrad der Diabeteserkrankung von Fall zu Fall stark variieren kann.

## ERGÄNZENDE FORMELN

- ☯ Bei hohen Cholesterin- und Triglycerid-Werten mit *Shan Zha 13* kombinieren.
- ☯ Bei Hypertonie zusätzlich *Gou Teng 14* einnehmen.
- ☯ Bei chronischem Cholesterinaufbau und entsprechend gesteigertem Risiko für koronare Herzerkrankungen auch *Dan Shen 14* verordnen.
- ☯ Bei Sehtrübungen oder Visusbeeinträchtigung mit *Shu Di Huang 10* kombinieren.
- ☯ Bei Infektionen auch *Huang Lian 11* einnehmen.
- ☯ Bei rekurrenten Hefeinfektionen auch *Qu Mai 23* verordnen.
- ☯ Bei Harnwegsinfekten durch *Long Dan Cao 14* ergänzen.
- ☯ Bei Diabetes mit Nierenfunktionsstörungen auch *Bai Mao Gen 10* verschreiben.

## ERNÄHRUNG

- ☯ Einfachen Zucker meiden, da sich dieser negativ auf die Glukosetoleranz auswirkt.
- ☯ Fettarm und ballaststoffreich essen, einschließlich rohes Obst und Gemüse.
- ☯ Zusatzstoffe mit der Aminosäure Cystein meiden, da diese die Insulinabsorption durch die Zellen beeinträchtigen.
- ☯ Keine übermäßigen Dosen Vitamin B1 (Thiamin) und C einnehmen, da diese Insulin inaktiveren.
- ☯ Kein Alkohol und Tabak konsumieren, da diese Nervenschädigungen auslösen können.

# SHAN YAO 12

---

## HINWEISE ZUM LEBENSSTIL

- ☉ Lebensstil anpassen, z.B. durch regelmäßige tägliche Bewegung, beim Essen auf Zucker und Kohlehydrate verzichten.
- ☉ Regelmäßige Bewegung, vernünftige und gesunde Kost sowie Gewichtskontrolle sind entscheidend in der Langzeitbehandlung von Diabetes.
- ☉ Heiße Vollbäder können zur Regulierung der Pankreasfunktion beitragen.

## ZUR BEACHTUNG

- ☉ Diese Formel ist während der Schwangerschaft und des Stillens kontraindiziert.
- ☉ Diabetespatienten sollten ihre medikamentöse Behandlung nicht abrupt unterbrechen, da dies mit dem erheblichen Risiko einer Hyperglykämie oder diabetischen Ketoazidose verbunden sein kann. Während einer bis zwei Woche(n) sollte die pflanzliche und medikamentöse Behandlung parallel geführt werden, damit eine adäquate Steuerung der Blutzuckerwerte sichergestellt ist. Erst dann darf die medikamentöse Therapie langsam ausgeschlichen werden.
- ☉ Mit *Shan Yao 12* können Dosierung und Häufigkeit von Insulininjektionen gesenkt werden. *Shan Yao 12* kann Insulin – vor allem bei Patienten mit Diabetes Mellitus Typ I – jedoch niemals ersetzen. Diese Patienten müssen immer mit Insulin oder eine Kombination aus Insulin und pflanzlichen Heilmitteln behandelt werden und müssen ihre Blutzuckerwerte regelmäßig kontrollieren.
- ☉ 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.