

Allergien mit TCM behandeln



Die Neigung eine Allergie zu entwickeln,
steigt laut Statistiken in den Industrieländern an.

Allergien sind „Überempfindlichkeitsreaktionen“ des Körpers und können sich auf sehr unterschiedliche Weise äußern, z.B. als allergische Rhinitis, Asthma bronchiale, Tränenfluss, Juckreiz, Durchfall, Unruhe, etc. bis hin zum allergischen Schock.

Allergene, d.h. allergieauslösende Stoffe, können Gräser, Pollen, Hausstaub, Tierhaar, aber auch chemische Substanzen, Metalle, Medikamente oder sogar Nahrungsmittel sein.

Die chinesische Medizin begreift diese allergieauslösenden Stoffe als Pathogene, die aufgrund einer Schwächung des Organsystems in der Lage sind, eine Überempfindlichkeitsreaktion im Körper auszulösen.

Die Allergene sind den Menschen, die einen TCM-Therapeuten aufsuchen, oftmals bekannt. Es geht im Folgenden darum, über eine Anamnese (Erstgespräch), sowie Puls- und Zungendiagnose festzustellen, welche Pathogene vorhanden und welche Funktionskreise geschwächt sind.

Oft sind die Funktionskreise Milz, Lunge und Niere betroffen und diese können über eine individuelle Heilkräuterrezeptur gestärkt werden. Im Gegensatz zur Schulmedizin verfügt die TCM über entsprechende Methoden, die Organe zu kräftigen und deren Funktionen zu normalisieren.

Ist die vollständige Genesung eines Organes wiederhergestellt, so sind sehr oft auch die entsprechenden Beschwerden oder Symptome, wie in unserem Beispiel die allergischen Reaktionen



Autorenportait:

Anja Dörries
Heilpraktikerin

www.trad-chin-med-os.de

verschwunden oder zumindest deutlich reduziert.

Die Stärkung der Funktionskreise bei Heuschnupfen sollte sinnvollerweise schon in den Wintermonaten geschehen, bevor es zum Ausbruch der Symptome kommt. Diese und die Symptome anderer Allergien können aber auch nach ihrem Auftreten jederzeit behandelt werden.

Eine Umstellung der Ernährungsgewohnheiten kann häufig die Symptomlinderung unterstützen und die Behandlungsdauer verkürzen.

Hirse-Frühstück

1 Tasse	Hirse +/- Milchreis, Haferflocken, Buchweizen, Reis, o.a. Getreide
ca. 2 Tassen	Wasser darüber geben, über Nacht quellen lassen.
	Nach dem Aufkochen auf kleiner Flamme köcheln/quellen lassen, ca. 10-15 min.
Später dazugeben:	Rosinen / Datteln / Feigen / Nüsse
Nach dem Kochen :	Geriebener Apfel oder Kompott (Apfel/Birne)....Obst..... kann auch mitgekocht werden.
1 Teelöffel	Leinöl oder anderes hochwertiges Speiseöl,
1-2 Esslöffel	Joghurt / Reismilch / Quark / Dickmilch
Zum Süßen	Agavendicksaft, Honig oder Ahornsirup

Täglich, oder mehrmals pro Woche zubereiten. Die Zutaten können variieren.

Gut für Kinder geeignet (Wenn Sie den Brei als „Ritterbrei“ bezeichnen, kommt er bei den Kindern oft besonders gut an.) Stärkt die Mitte (Magen und Milz), liefert Energie (Qi) und leitet überschüssige Feuchtigkeit /Schleim aus.



Berufsbegleitende Universitätslehrgänge des Zentrums für Traditionelle Chinesische Medizin & Komplementärmedizin

> **Traditionelle Chinesische Gesundheitspflege MSc**

> **Traditionelle Chinesische Medizin MSc**

Information: Sabine Pichler, Tel: +43 (0)2732 893-2691, E-Mail: tcm@donau-uni.ac.at, www.donau-uni.ac.at/ztc

Donau-Universität Krems, Dr.-Karl-Dorrek-Straße 30, 3500 Krems, Austria, www.donau-uni.ac.at

