Astragalus

+Goji Beere+Angelica sinensis

Ursprünglich stammte der Astragalus aus der Mongolei und aus Nordchina. Unter den 3000 Arten sticht der Astragalus membranaceus heraus, der zu den Top-Qi-Pflanzen der TCM zählt. Doch auch im deutschsprachigen Europa ist der Tragant oder Bocksdorn, wie er hier genannt wird, eine mindestens seit dem Mittelalter begehrte und schon von der hl. Hildegard von Bingen geschätzte Pflanze. Sie ist nach dem Ginseng das beliebteste Qi-Tonikum der TCM.

Ihre außerordentliche Kraft liegt in den Wurzeln. Astragalus ist ein Qi und Blut aufbauendes Yang-Tonikum. Er stärkt vor allem das Milz-Qi und das Lungen-Qi und baut zusätzlich Blut auf, stärkt das Abwehr-Qi (Immunsystem), wirkt harntreibend und reduziert Ödeme. Damit lässt er Geschwächte wiederaufleben. Der Astragalus wird daher zum Aufbau bei Erschöpfungszuständen, Rekonvaleszenz, Blutarmut, Altersschwäche, Kältezuständen, aber auch begleitend zur Stabilisierung bei bzw. nach Erkrankungen, Chemotherapie sowie einfach bei Stress oder Energiemangel sehr erfolgreich eingesetzt. Eine Anhebung des Qi wirkt sich nicht nur körperlich aus, sondern führt auch zu einer besseren geistigen und seelischen Verfassung.

Wie zeigt sich ein Qi-Mangel?

Wenn der Astragalus eine Qi-Pflanze sein soll, in welchen Symptomen zeigt sich, dass man einen Qi-Mangel hat? Qi-Mangel ist oftmals eine Folge von für die Konstitution unpassender Ernährung, Überarbeitung, Stress, zu wenig Bewegung, großer mentaler und psychischer Belastung und eine Nebenerscheinung chronischer Erkrankung. Auch die Psyche spielt mit. Zu viel Grübeln und Denken schwächt das Milz-Qi, zu viel Sich Sorgen und Trauer das Lungen-Qi, zu viel Angst das Nieren-Qi.
Allgemeiner Qi-Mangel zeigt sich in Müdigkeit, körperlicher Schwäche, schwacher Stimme und blassem Gesicht. Je nachdem in welchem Funktionskreis (darunter versteht man das Organ und den dazugehörigen Energiemeridian) sich die Qi-Schwäche manifestiert, sind Milz, Lunge, Herz, Magen oder Niere betroffen, mit jeweils unterschiedlichen Symptomen.
Typisch für Milz-Qi-Mangel sind etwa Aufgedunsenheit, weicher Stuhl, fehlender Appetit, Enzymmangel, Blähungen und aufgetriebener Bauch, verminderte Gallebildung, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Kopfschmerzen, Müdigkeit nach dem Essen, Infektanfälligkeit, Magersucht, hoher Blutzucker, Diabetes, Ödeme, Lymphstau, schwaches Bindegewebe, Hämorrhoiden, Darmvorfall, Beschwerden in der Schwangerschaft (unruhiger Fetus, drohende Fehlgeburt), verminderte Milchbildung, Neigung zu blauen Flecken, Bluterguss und Blutungen, Müdigkeit morgens, Mattigkeit, Gier nach Süßem und Kaffee, kreisende Gedanken und Stimmungsschwankungen. Auch schwere, geschwollene, schwache Beine sind ein Anzeichen für einen Milz-Qi-Mangel. Bei Lungen-Qi-Mangel kommen Erschöpfung, Kurzatmigkeit, flache Atmung, Keuchatmung, Atemnot bei Belastung, kraftloses Husten, flüssiger klarer Schleim, Darmträgheit, Blässe, Abwehrschwäche, spontanes Schwitzen bei leichter Anstrengung und schwache Stimme hinzu.

Qi-Mangel führt oft zu Yang-Mangel & Blutmangel

Neben dem Mangel an Energie ist nun der Mangel an Wärme typisch. Kalte Hände, kalte Füße, kalter Po, kalter Bauchnabel und damit verbunden Erkältungen und Blasenentzündungen sind keine Seltenheit. Der Astragalus bringt als Yang-Tonikum die Wärme zurück. Deshalb halten ihn viele für noch bedeutender als den Ginseng, das beliebteste Qi-Tonikum der TCM, der in seiner ursprünglichen Form kühlend ist, während der rote Ginseng oft zu stark erhitzend wirkt. Der Astragalus liegt in der Mitte und außerdem nährt er das Blut. Blut

bedeutet in der TCM nicht nur Blut in unserem westlichen Sinne, sondern gleichzeitig auch Körperflüssigkeiten wie Schweiß, Tränen, Lymphe, Muttermilch oder Speichel. Darum spricht man immer von Blut und Säften. Qi und Blut hängen ganz eng zusammen. Die Lunge leitet das Qi in die Blutgefäße, wo es das Blut bewegt. Das Blut folgt dem Qi, beide fließen gemeinsam durch die Gefäße. Das Blut ist „die Mutter des Qi“, nährt das Qi und lässt es erst harmonisch fließen. Andererseits verklumpt das Blut ohne die bewegende Kraft des Qi oder wenn das Qi stagniert. Das Qi - vor allem das Milz-Qi – hält das Blut in den Gefäßen. Schwaches Milz-Qi führt zu Blutungsneigung und blauen Flecken. Blutmangel hat viele Ursachen: Eine schwache Konstitution oder eine chronische Erkrankung, starker Blutverlust, schlechte Ernährung, Schlafmangel, Nachtarbeit, Überarbeitung, viele Stunden vor dem Bildschirm, psychische Dauerbelastung und starkes Schwitzen. Es kann sich ein Leber-Blut Mangel oder ein Herz-Blut Mangel manifestierten.

Welche Symptome hat man bei Blutmangel?

Klassische Symptome eines Blut-Mangels nach der TCM sind ein blasses Gesicht, blasse Lippen, leichter Schwindel, trockene Haut, Haare und Augen, brüchige Fingernägel, lebhafte Träume, Nachtblindheit, verschwommenes Sehen, Lichtempfindlichkeit, Verstopfung durch trockenen Stuhl, schwache Regelblutung, Anämie. In der chinesischen Medizin wird zwischen einem Herz- und einem Leber-Blut-Mangel unterschieden. Bei einem Herz-Blut-Mangel kommt es zu Schreckhaftigkeit, Herzklopfen und innerer Unruhe. Leber-Blut-Mangel zeigt sich in spröden Muskeln, Sehnen und Bändern, Anfälligkeit für Sehnenscheidenentzündungen, Krämpfen und Muskelverspannungen (erhöhter Muskeltonus). Bei allen Arten eines Blut-Mangels zeigt sich eine blasse Zunge mit einem trockenen Zungenbelag.

Blutbildend auch aus westlicher Sicht

Der Astragalus ist auch im Westen als blutaufbauend bekannt. Er verbessert das weiße, und das rote Blutbild, hilft also sowohl bei Leukopenie als auch bei Anämie. Die Pflanze stimuliert die Bildung von roten Blutkörperchen und verbessert die Aktivität des Knochenmarks durch Vermehrung von adulten Stammzellen – eine schier geniale Eigenschaft, denn obwohl sich die kleine Anzahl adulter Stammzellen äußerlich kaum von anderen Zellen unterscheidet, haben Stammzellen unglaubliches Potential zur Regeneration, da sie sich ein Menschenleben lang teilen und unterschiedliche Zellen erzeugen können.

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.

Astragalus ist bei allen Erkrankungen mit Beeinträchtigung des Blutes und der damit einhergehenden Müdigkeit, Schwäche, Kurzatmigkeit zu empfehlen. Wichtig ist die Einnahme mindestens 4 Monate lang durchzuführen da die roten Blutkörperchen in etwa so lange zur Neubildung benötigen.

Aktiviert das Immunsystem

Der Astragalus ist eine stark abwehrstärkende Heilpflanze, sowohl aus der Sicht der westlichen Naturheilkunde als auch der TCM. Er stimuliert das Immunsystem ganz beachtlich, erhöht die Aktivität der natürlichen Killerzellen (NK-Zellen), der Zell-vermittelten Immunität (T-Zellen, weiße Blutkörperchen), der Antikörperproduktion und der Fresszellen. Das kann bei jedem Infekt von Bedeutung sein – vom einfachen Schnupfen bis zur schweren Grippe genauso wie bei wiederkehrenden Infekten aller Art oder schlecht heilenden Wunden. Er zeigt in der westlichen Forschung Erfolge bei Entzündungen von der Colitis über Blasenentzündung, Hepatitis und vielen mehr. Bei Krebs ist er durch seine Immunwirkung ein hervorragender Begleiter, wirkt regelmäßig angewendet sogar vorbeugend gegen Krebs, was u.a. seinem hohen Selengehalt zugeschrieben wird. Er lindert die Nebenwirkungen von Strahlentherapie und Chemotherapie, etwa die damit verbundenen Schädigung des weißen Blutbilds. Seine Anregung von T-Zellen ist nicht nur gegen Infektionen interessant, sondern auch während einer Chemotherapie. Bei Platin-haltiger Chemotherapie bei Nichtkleinzelligem Bronchialkarzinom haben klinische Studien eine verstärkte Wirksamkeit durch Astragalus gezeigt.

Hilft bei Allergien

Bei Allergien kommt es zu einer Überreaktion des Immunsystems. Durch seine immunmodulierende Wirkung gleicht der Astragalus das Immunsystem aus und das führt zu einem Rückgang der allergischen Symptome bis hin zur Beschwerdefreiheit nach längerer Einnahme. Allerdings hilft der Astragalus nur Allergikern mit Kältesymptomatik, also solchen, deren Yang gestärkt werden soll. Bei allen anderen ist er nicht die erste Wahl, würde in der Allergiezeit sogar noch „Öl ins Feuer gießen“, da meist eher Hitzesymptome vorherrschend sind.

Bessert Leber- und Nierenleiden

Die TCM verwendet den Astragalus traditionell – gemischt mit weiteren Pflanzen – zum Leberschutz sowie bei Leberleiden von der Leberschwäche, über Fettleber bis hin zu chronischer Hepatitis. Er regt den Metabolismus in der Leber an, steigert die Bildung von Interferonen und soll die Leber sogar noch besser schützen als die Mariendistel. Bei Nierenleiden bremst der Astragalus den Proteinverlust über den Harn (Proteinurie), verlangsamt die fibrotische Nierenzerstörung, vermindert Nierenschäden bei Nierenentzündung und wirkt außerdem noch nierenschützend durch indirekte Effekte wie Reduktion der Blutfette, des Blutdrucks und Unterstützung der Ausscheidung. Er ist zwar nicht für sich alleine „das“ durchschlagende Leber- und Nierenheilmittel, hat aber im Rahmen weiterer Maßnahmen durchaus seine Bedeutung.

Unterstützt Diabetiker

Dafür ist der Astragalus dank seiner stoffwechselanregenden Polysaccharide eine ausgesprochene Diabetes-Pflanze, reduziert Blutzucker, erhöht die Insulinsensibilität und das Hormon Adiponektin. Damit hat er besonders für übergewichtige Diabetiker Bedeutung. Sie produzieren nur wenig Adiponektin, weil ihre Fettzellen gefüllt sind, während schlanke Diabetiker mit leeren Fettzellen besser dran sind, weil sie automatisch mehr Adiponektin produzieren. Doch wozu wird es benötigt? Adiponektin gleicht die Wirkung des Insulins an den Fettzellen aus. Ist es bei Übergewichtigen gering vorhanden, wird die Wirkung von Insulin an den Fettzellen abgeschwächt, während mehr von diesem Hormon die Insulinwirkung verbessert. Schließlich unterstützt der Astragalus auch bei Diabetes-Folgeerkrankungen wie Nerven-, Gefäß-, Augen- oder Nierenschäden.

Positiv für Herz, Kreislauf und Gefäße

Adiponektin wirkt sich außerdem schützend bei Bluthochdruck, Arteriosklerose, Fettleber und bei Herzerkrankungen aus, weshalb der Astragalus auch dafür gut einsetzbar ist. Seine Saponine, die Astragaloside, stärken etwa die Kontraktionskraft des Herzens, weshalb er bei Herzschwäche, Arteriosklerose und Angina Pectoris günstig ist. Er ist dank seines Inhaltsstoffs Beta-Sitosterin auch ein beachtlicher Cholesterin- und Triglyceridsenker, wodurch die Gefäße entlastet werden. Hintergrund sind eine verminderte Cholesterinaufnahme im Darm, eine verbesserte Umwandlung in der Leber und eine beschleunigte Ausscheidung.

Schützt die Nerven

Astragalus schützt, stimuliert, stärkt und regeneriert Nervenzellen und verringert die Schäden durch Schlaganfall, reduziert das Infarktgebiet. Bei Parkinson soll der Astragalus auf die auf Dopamin reagierenden Zellen im Gehirn erhaltend wirken, bei Diabetes vor Nervenschäden schützen und die Nerven regenerieren, etwa den Ischias- oder Trigeminusnerv. Die Wurzel wird in der TCM auch Angst lösend, Depression mildernd und bei allgemeiner Nervenschwäche eingesetzt.

Erhöht die Stressresistenz

Außerdem ist der Astragalus ein Adaptogen. Er schraubt die Auswirkungen von Stress kräftig herunter, reduziert die ständigen, erschöpfenden Ausschüttungen von Stresshormonen und erhöht die Stressresistenz des Körpers. Das hat ausgleichende Wirkungen auf viele Systeme und wirkt sich auch auf die Nerven aus.

Verjüngend und lebensverlängernd

Der Astragalus zeigt hoch antioxidative, immunstimulatorische und entzündungshemmende Eigenschaften durch seine besonderen Saponine, den Astragalosiden. Insbesondere das Astragalosid IV bringt viele beachtliche Wirkungen hervor, die gerade diese Pflanze so außergewöhnlich machen. Der Astragalus richtet sich schon allein wegen seiner regenerativen und ungemein stärkenden, aufbauenden Kräfte genauso gegen den normalen Alterungsprozess der Zellen wie gegen beschleunigte Alterung durch den oft massiven oxidativen Stress, denen der Körper aufgrund vielfältiger

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.

Ursachen ausgesetzt ist. Dieser Schutz kann eine Rolle etwa bei der Vorbeugung von Krebs oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen spielen oder auch nur kosmetisches Potential haben. Etwa indem der Astragalus die Haut vor Alterung durch UV-Strahlung bewahrt. Schließlich gilt der Astragalus als Kandidat für einen besonderen Effekt, den nur wenige Natursubstanzen haben. Seine Astragaloside sind begehrte Anti-Aging-Substanzen, da sie die bei der Alterung stattfindende Telomerverkürzung bremsen. Normalerweise werden bei jeder Zellteilung die Chromosomen etwas kürzer, was sich negativ auf ihre Stabilität und das Überleben der Zelle auswirkt.

Bewährt bei Psoriasis und Senkungen

Der Astragalus wird sehr erfolgreich bei Psoriasis eingesetzt, da er Entzündungsfaktoren in Hautzellen reduziert und das Fortschreiten von Hautausschlag blockiert. Forschungen mit Astragalus zeigten eine deutlich höhere Heilungsrate bei Psoriasis und die Läsionen verblassten viel schneller.
Eine weitere spezielle Wirkung dieses Heilkrautes ist es, das Milz-Qi zu stärken, damit das von der Milz kontrollierte Bindegewebe und das Yang nach oben zu heben, was bei den unterschiedlichen Formen von Senkungsproblematiken wie Gebärmutter- oder Blasensenkung, Inkontinenz und Darmvorfall günstig ist. Der Astragalus ist in der TCM als die Wurzel bekannt, die die Organe „an ihrem richtigen Platz“ hält.

Hält Zecken fern

Der Astragalus verändert den Körpergeruch in einer Weise, die für Zecken unangenehm ist. Außerdem unterstützt er das Immunsystem gegen Borrelien und die Fähigkeit, die Aufnahme der Borrelien zu blockieren, wirkt effektiv gegen Immunhemmstoffe im Speichel der Zecke. Somit ist er vorbeugend bei Aufenthalt in Zeckengebieten empfehlenswert, hat aber auch begleitend bei Borreliose (zusammen mit Baikal Helmkraut und Andrographis) immunstärkende Bedeutung.

Dopingmittel

Sportler profitieren sehr von der Stärkung durch Astragalus, was auch verständlich ist, da mehr Qi und Yang zu haben, auch mehr Kraft und Ausdauer bedeutet.

Ideale Kombination mit Goji & Angelica sinensis

In der TCM wird der Astragalus, der auch ein Wirkverstärker ist, mit weiteren Qi- und Blut aufbauenden Natursubstanzen wie der Goji Beere und der Angelica sinensis, (chinesische Engelswurz) verwendet.

Die **Goji Beere**, auch **Bocksdornfrucht** oder **Wolfsbeere,** stärkt das Immunsystem, reguliert Blutdruck und Blutzuckerspiegel, senkt Cholesterin und wirkt insgesamt aufbauend. In der TCM gilt sie als Besonderheit, da sie die Nierenessenz, das vorgeburtlich angelegte Qi, anhebt (wie man das auch vom Cordyceps Pilz her kennt). Sie nährt das Leberblut und das Leber- und Nieren-Yin und stärkt damit Leber und Nieren, beeinflusst auch positiv, was damit zusammenhängt wie Ergrauen der Haare oder Gelenksschmerzen. Sie befeuchtet die Augen, unterstützt sie bei Überlastung und erhält ihre Sehkraft. Sie lindert Schlafprobleme und regt die Kollagenproduktion an.

Die **Angelica sinensis** ist ebenfalls ein Stärkungsmittel und baut Qi und Blut auf. Die scharfe Wurzel ist Bestandteil vieler Kraftsuppen, nährt, befeuchtet – etwa bei trockenem Darm, der zu Verstopfung neigt – bewegt und harmonisiert das Blut und zerstreut Kälte, beispielsweise bei kalten Händen und Füßen. Sie ist deshalb bewährt bei Leberblutmangel mit trockenen Augen, verschwommenem Sehen, Lichtempfindlichkeit und Nachtblindheit, Schwindel, niedrigem Blutdruck, chronischer Müdigkeit, Neigung zu Sehnenscheidenhautentzündung, Krämpfen, hartem Muskeltonus, unruhigem Schlaf, dünnen Nerven und Nervosität sowie bei Herzblutmangel mit Herzklopfen, Unruhe und Schreckhaftigkeit. Die Angelikawurzel bewegt und reguliert Qi, hilft etwa bei Husten. Sie ist für Frauen besonders bei Problemen mit und während der Menstruation geeignet, reguliert sie, vitalisiert aber auch und erhält den Glanz von Augen, Haut, Nägeln und Haaren. Die Angelikawurzel wirkt außerdem antibakteriell, entzündungshemmend, schmerzstillend, kreislauffördernd, cholesterinsenkend, Blutfluss verbessernd, immunstimulierend, leberschützend, die Atmung verbessernd.

Was zu beachten ist

Geeignet bei Kältesymptomatik. Wenn absoluter Yin-Mangel (trockene Schleimhäute) und Hitze herrschen (gelblicher Zungenbelag), man zu energetisiert ist, um einzuschlafen, soll man sehr gering dosieren. Manchmal nur eine Kapsel täglich oder sogar nur alle paar Tage. Auch möglich: Zusätzlich Yin aufbauen durch Auricularia oder Aloe vera, die kühlend und befeuchtend wirken. Die Hitze kann parallel mit Baikal Helmkraut und Andrographis ausgeleitet werden. Wie viele Qi-Tonika sollte man auch den Astragalus vorbeugend und nach, aber nicht während einer akuten Erkrankung oder Infektion anwenden. Bei langem Einsatz kann er Lichtempfindlichkeit der Haut hervorrufen.
Wenn die Kälte groß ist, sollte man nicht zu schnell erwärmen, da die gleichzeitig vorhandene Feuchtigkeit stagnierend wirken könnte. Daher auch hier anfangs kleine Dosierungen wählen, eventuell nur eine Kapsel am Tag und Feuchtigkeit verhindern, indem man vor allem auf Zucker, Milchprodukte, Weizen und Alkohol verzichtet. Wenn die Kälte in eine feuchte Hitze gekippt ist (gelber Zungenbelag, sehr feuchte Zunge), darf die Dosis ebenfalls nur gering sein, beispielsweise nur eine Kapsel täglich. Dazu gibt man den Coriolus Vitalpilz gegen die Feuchtigkeit und Baikal Helmkraut mit Andrographis gegen die Hitze. Andrographis wirkt sogar direkt gegen feuchte Hitze.
Abstand von der Einnahme von Astragalus nimmt man bei Fülle-Hitze (mit Fieber, Durst, Wangenröte, geröteten Augen, Verstopfung, Urin dunkel und wenig, rote Zunge mit gelbem Belag), die etwa durch starke Emotionen auftreten kann. Schnelle Hilfe bietet hier die Mariendistel mit Artischocke für das emotionale Gleichgewicht und wieder Baikal Helmkraut mit Andrographis zur Hitzeausleitung. Erst wenn die Hitze vorüber ist, kann man an kleine Mengen Astragalus denken.
Für immunsuppressive Patienten (z.B. nach einer Organtransplantation) und bei Einnahme von Blutverdünnern nicht geeignet. Die Goji Beere kann theoretisch bei Kreuzallergien allergische Reaktionen hervorrufen, jedoch wird das bei kleinen Mengen nicht beobachtet.

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.

Astragalus +Goji+Angelica sinensis unterstützt bei:

- AIDS
- Allergien
- Alpträumen
- Altersschwäche
- Alterungsprozessen (Telomerverkürzung)
- Anämie
- Angina pectoris
- Ängsten
- Appetitlosigkeit
- Arteriosklerose
- Atmung
- Aufgedunsenheit
- Augen (trocken, lichtempfindlich)
- Augenschäden
- Bakterien
- Beine, schwach
- Bildschirmarbeit
- Bindegewebsschwäche
- Blähungen
- Blasenentzündung
- Blasen-Senkung
- Blässe
- Blutarmut
- Blutdruck niedrig
- Blutergüsse
- Bluthochdruck
- Blutkörperchen weiß, rot
- Blutmangel
- Blutverdünnung
- Blutverlust
- Blutzucker hoch
- Borreliose
- Bronchitis
- Chemotherapie
- Cholesterin, erhöht
- Colitis
- Darmvorfall
- Depression
- Diabetes
- Durchfall (durch Milz-Qi-Mangel)
- Energiemangel
- Entzündungen
- Enzymmangel
- Erschöpfungszuständen
- Fettleber
- Fibromyalgie
- Fingernägel, brüchig
- Füße, kalt
- Gallebildung vermindert
- Gebärmutter-Senkung
- Gefäßschäden
- Gelenksschmerzen
- Geschwüre
- Gewichtsverlust (durch Kräftemangel)
- Gier nach Süßem und Kaffee
- Grippe
- Haarausfall
- Haare (trocken, brüchig, grau werden)
- Hämorrhoiden
- Hände, kalt
- Haut, trocken
- Hautausschlägen
- Hepatitis
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Herzblutmangel
- Herzerkrankungen
- Herzklopfen
- Herzschwäche
- Herzstolpern
- Husten
- Immunsystem
- Infarkten
- Infektanfälligkeit
- Infekten
- Inkontinenz
- Ischiasschmerz
- Kältezuständen
- Kollagenbildung
- Kopfschmerzen
- Krämpfen
- Krebs
- Kurzatmigkeit
- Leber-Yin
- Leberblutmangel
- Leberleiden
- Leberschwäche
- Leukopenie
- Lichtempfindlichkeit
- Lippen, blass
- Lupus erythematodes
- Magensäureüberschuss
- Migräne (durch Wind)
- Milchbildung vermindert
- Monatsblutungen (Ausbleiben, unregelmäßig, schwach)
- Müdigkeit
- Muskelkrämpfe
- Muskeltonus zu hart
- Muskelverspannungen
- Nachtblindheit
- Nachtschweiß
- Nägel brüchig
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Nasennebenhöhlenentzündung
- Nervenschäden
- Nervenschwäche
- Nervosität
- Nieren-Yin
- Nierenentzündung
- Nierenleiden
- NK-Zellen
- Ödemen
- Oxidativem Stress
- Parkinson
- Proteinurie (fibrotische Nierenzerstörung)
- Psoriasis
- Psychischer Dauerbelastung
- Qi-Mangel (Milz-Qi, Lungen-Qi)
- Rekonvaleszenz
- Schlafstörungen (ein-, durchschlafen)
- Schlaganfall
- Schnupfen
- Schreckhaftigkeit

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.

- Schwäche
- Schwangerschaftsbeschwerden
  (unruhiger Fetus, drohende Fehlgeburt)
- Schwindel
- Schwitzen, spontan, bei leichter Anstrengung
- Sehnenscheidenentzündung
- Senkungsproblematik
- Stammzellen
- Stimme, schwach
- Stimmungsschwankungen
- Stress
- Stuhl, weich, ungeformt
- Taubheitsgefühle
- Trigeminusschmerz
- Triglyceride erhöht
- Überarbeitung
- Unruhe
- Verdauungsstörungen
- Vergesslichkeit (trotz viel Lernen)
- Verschwommenem Sehen
- Verspannungen
- Verstopfung
- Viren
- Wundheilung
- Zeckenabwehr
- Zittern
- Zunge, blass mit trockenem Zungenbelag

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.