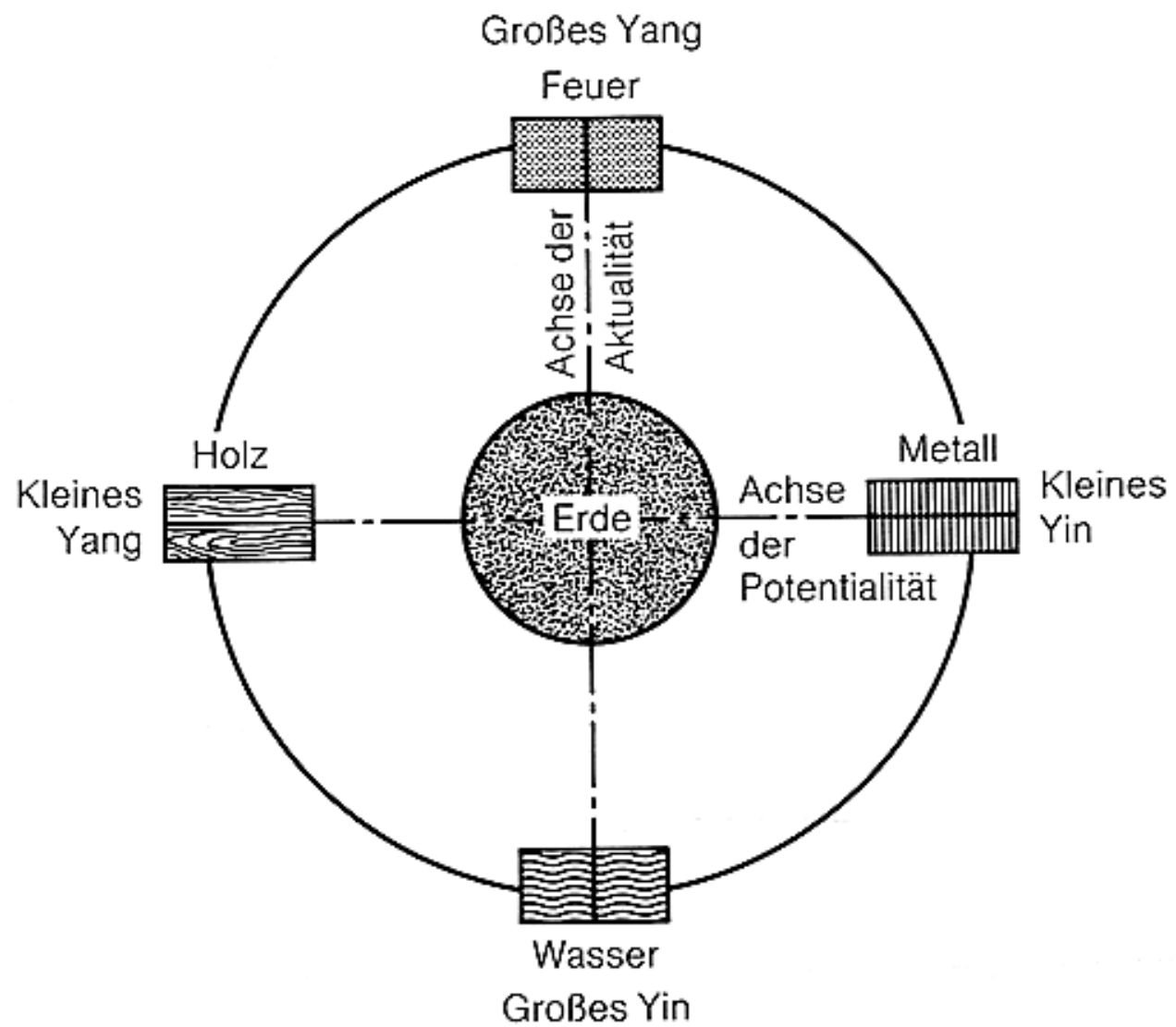


# Funktionskreis Lunge Wandlungsphase METALL

Schutz und Rückzug im Herbst

# FK Lunge: Ikonogramm1

- Wandlungsphase: **METALL**
- Yin minor: beginnendes Yin (*shaoyin*)
- Tageszeit: später Nachmittag, Abend
- Jahreszeit: Herbst, Ernte, Sammeln...von *shen&qi&jing*
- Himmelsrichtung: Westen



# FK Lunge: Hauptfunktionen1

- „Minister“: Kontrolle des **Rhythmus**
- Aufnahme des **Qi celeste (tianqi)**
- o.pulmonalis reguliert **Atmung**
- ...beherrscht die Stimme
- Abwehr: **Weiqi/qi defensivum**

# FK Lunge: Ikonogramm2

Perfectio: **Haut, Schleimhäute,  
Respirationstrakt, Lunge, Nase...**

Flos: **Körperhaar**

Sinnesorgan/Körperöffnung: **Nase, Geruchssinn**

Emotio: **Trauer, Kummer, Sorgen** blockieren das  
Qi defensivum

Pathogene Exzesse: verabscheut **algor, ariditas**

# Chinesische Medizin

## „Fünf Säulen“ der Therapie

- 0.: Individuelle „energetische“ Diagnostik: Puls, Zunge, Anamnese...
1. Akupunktur
2. *tuina* (chinesische manuelle Medizin)
3. Bewegungstherapien (*Taijichuan, Qigong*)
4. Diätetik
5. Chinesische Arzneimitteltherapie

# FK Lunge: Übersicht Pathologie

## Repletio

1. Algor venti
2. Calor venti & Calor pulmonalis
3. Ventus & humor
4. Pituita blockiert FK
5. Calor & pituita
6. (ariditas)

## Depletio

1. Depletio Qi defensivum/pulmonalis/lienalis
2. Depletio Yin pulmonalis

# „Ingwertee“

- Bei akuten Infekten im Initialstadium: Frösteln, Halsweh, kein Schweiß...
- Ca. 15 Scheiben frischen Ingwer in 0,75 l Wasser 10-15 min. köcheln lassen
- + Frühlingszwiebel oder Knoblauch bei Verschleimung
- Heiß 3-4 Tassen trinken, Ziel: Schweiß

# Dekokt aus Zimtbaumzweigen (guizhitang)

- Cassiae ramuli 9 ➤ Herrscherarznei
- Paeonia alba radix 9 ➤ Ministerarznei
- Zingiberis vir. Rhiz. 9 ➤ Hilfsarznei
- Jujubae fructus 4 St. ➤ Hilfsarznei
- Glycyrrhizae radix 3 ➤ Meldearznei/

# Diätetik FK Lunge

bei energetischer Leere (depletio/xu)

## Qi & Yin

- Reis, Walnuss, Sesam, Pinienkrone, Mandeln, Sonnenblumenkerne
- Aubergine, Kürbis, Melonen
- Weintraube, Birne, Mandarine, Aprikose, Feigen, Litschi
- „Karpfen“
- Soja (Toufu, Sojamilch)

# Diätetik FK Lunge bei „Kälte“

- Frühlingszwiebel, Lauch,
- Ingwer,
- Koriander
- Chillies
- Paprika

# Diätetik FK Lunge bei „Wind-Hitze“

- Rettich
- Karotten, Chinakohl,
- Löwenzahn, Rucola
- Tomaten
- Grüner Tee