

## Auf den Spuren der antiken Seidenstraße

Ein Bericht über die SMS-Studienreise in China von Juni 2019



**Erst** in Lanzhou, der Hauptstadt der westlichen Provinz Gansu, waren wir vollzählig versammelt – 29 Teilnehmer der SMS-Reisegruppe aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Am 1. Juni 2019 flog die Gruppe von München und Frankfurt aus über Beijing dahin. Einige Ungeduldige hatten ein paar Tage vorher bereits einige Abstecher in China hinter sich und erwarteten uns zur gemeinsamen Tour entlang der alten Seidenstraße. Diese inzwischen zu einer Tradition gewordene Studienreise der SMS für TCM-Therapeuten und -Pharmazeuten beinhaltet die Besichtigung kultureller und historischer Highlights Chinas sowie einen zweiwöchigen Studienaufenthalt an der TCM-Universität Chengdu. Die letzte Reise der SMS-Gruppe fand im Frühsommer 2015 statt, über die wir unter dem Titel „Wandern auf dem Dach der Welt“ in der 50. Ausgabe des HerbaSinica-Kuriers berichteten.

Von Lanzhou aus fuhren wir mit einem Reisebus zunächst in südliche Richtung bis Xiahe, einer Kreisstadt im Übergangsbereich zwischen den Siedlungsgebieten der Tibeter und der Hui

(Muslime), wo Han-Buddhisten, Muslime und Lamaisten aus verschiedenen Kulturen und Religionen zusammenleben. Hier befindet sich eines der sechs größten Klöster der Gelug-Schule des tibetischen Buddhismus – das Labrang-Kloster, das die meisten Touristen anzieht. Dieses Kloster wurde 1709 erbaut und spielte eine entscheidende Rolle als Drehscheibe im Handel zwischen Zentralchina, Tibet und der Seidenstraße.

Am nächsten Tag fuhren wir im Nordosten des tibetischen Hochlands über die gut ausgebauten Straßen (S312 und S203 sowie die Autobahn G611) und kamen gegen Abend in Xining an, der Hauptstadt der Provinz Qinghai. Die anstrengende, aber spektakuläre Fahrt des Tages durch das wunderschöne Hochgrasland, über die gigantischen Pässe – den Jingyang Ling Yakou auf einer Höhe von 3767 m an der G227 und den Gongnai Laheya auf einer Höhe von 3644 m, sowie durch den auf einer Höhe von 3037 m liegenden Tunnel, beeindruckte uns alle.

Am dritten Tag ging die Reise von Xining aus in nordwestliche Richtung weiter. Wir verließen

*Reisegruppe mit 29 TCM-Therapeuten und -Pharmazeuten auf dem Pass „Jingyang Ling Yakou“ (3767 m) an der G227.*



die Provinz Qinghai und kehrten in die Provinz Gansu zurück, überquerten das Qilian-Gebirge, ein bis 5827 m hohes, von Ost nach West laufendes Hochgebirge in der Provinz Gansu. Nach einer knapp 6-stündigen Fahrt entlang der antiken Seidenstraße erreichten wir den Mittelpunkt des Hexi-Korridors, die Stadt Zhangye, einer wichtigen Stadt auf der Seidenstraße Chinas. Der Hexi-Korridor ist eine schmale, langgestreckte Passage von über 1000 Kilometern Länge und bis zu über 100 Kilometern Breite und umfasst ein Gebiet von etwa 215.000 km<sup>2</sup>. Hier befinden sich viele fruchtbare Oasen, umgeben von Wüste und Halbwüste. Im Süden ist das Gebirge Qilian Shan – die nördliche Grenze des Hochlands von Tibet, im Norden die Gebirgskette Longshou Shan und Heli Shan. Als Teil der Seidenstraße im alten China ist der Hexi-Korridor der bedeutendste Durchgang nach Xinjiang und Mittelasien bzw. Zentralasien.

Die touristische Attraktion der Stadt Zhangye ist der 1098 erbaute Tempel des Großen Buddhas, wo sich die größte schlafende Buddha-Statue Chinas mit einer Länge von 34,5 m befindet.

Unsere Fahrt wurde in Richtung Westen fortgesetzt. Etwa 40 Kilometer von Zhangye liegt eine einzigartige Felslandschaft von besonderer Farbvielfalt, der Zhangye-Danxia-Geopark. Es handelt sich um einen 510 Quadratkilometer großen, auf einer Höhe von 2000 – 3800 m liegenden, erst vor kurzem erschlossenen Nationalpark Chinas. Der Zhangye-Danxia-Geopark ist noch größer und durchaus spektakulärer als der Vinicunca (Regenbogen-Berg) in Peru.

Von diesem Geopark aus fährt man entlang der gut ausgebauten Autobahn G30 nordwestlich und erreicht nach einer 3-stündigen Fahrt den 1372 erbauten Jiayuguan – den Pass zum Gepriesenen Tal, den ersten Übergang am Westende der Chinesischen Mauer. Der Pass war die wichtigste westliche Zoll- und Grenzkontrollstelle der Ming-Dynastie und besaß eine Schlüsselfunktion als Wegestation im Verlauf der alten Seidenstraße. Hier endet auch der Hexi-Korridor.

Auf dem Weg nach Westen fuhren wir etwa 400 Kilometer weiter und erreichten den historischen und kulturellen Höhenpunkt dieser Reise – die Mogao-Grotten in Dunhuang. Es handelt sich um ein System mehrerer hundert Höhlentempel, gelegen in einer Flussoase an der Seidenstraße. Die Bauarbeit begann im frühen 4. Jahrhundert

und dauerte bis zum 11. Jahrhundert. Während dieser 700 Jahre schlugen buddhistische Mönche etwa 1000 Höhlen in die durchschnittlich 17 Meter hohen Sandsteinfelsen und verzierten diese mit buddhistischen Motiven (Buddha-Statuen, Skulpturen und Wandmalereien). 492 dieser Höhlen sind heute noch erhalten und zum Teil für Touristen zugänglich. In der Blütezeit der Seidenstraße passierten täglich zahlreiche Kaufleute, Gelehrte und Soldaten diesen Knotenpunkt. Sie ruhten sich hier kurz aus, beteten für ihr Schicksal in diesen Grotten und bekamen Nachschub für ihre weitere Reise. Hier prallten die chinesische, tibetische, arabische und römische Kultur aufeinander. Die Früchte des Austauschs kann man heute noch durch die teilweise erstaunlich gut erhaltenen Kunstwerke in den Höhlen deutlich erkennen.

Die Mogao-Grotten sind ein Wunder der menschlichen Zivilisationen und wurden deswegen 1987 von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt. Kunstwerke und Dokumente aus den Mogao-Grotten wurden tonnenweise von Archäologen, Händlern und Räubern in der Kolonialzeit nach Westen verschleppt. Heute sind viele Exemplare dieser Beutekunst in Museen in Großbritannien, Russland, Frankreich und USA zu besichtigen.

Im Flughafen von Dunhuang verabschiedeten wir uns von unserem deutschsprachigen Reiseleiter, Herrn Xu Ning, einem erfahrenen Spezialisten für die Reise in dieser Gegend, der uns auf dieser 6-tägigen Tour von Langzhou bis Dunhuang stets kompetent und freundlich begleitete. Nach etwa zwei Stunden Flugzeit landeten wir in Xi'an, der Hauptstadt der Provinz Shaanxi, wo ein weiteres Weltwunder zu besichtigen ist – die Terrakotta-Armee. Es handelt sich um die Terrakottafiguren-Beigabe im Mausoleum des ersten chinesischen Kaisers Qin Shihuangdi, der im Jahr 210 v. Chr. beigesetzt wurde. Die Anzahl der Figuren wird auf 8000 geschätzt. Es sind Krieger, Pferde und Kampfwagen in Lebensgröße. Zum Bau des Mausoleums und einer gigantischen Thronhalle, dem Epang-Palast, wurden insgesamt über 700.000 ausgemusterte Soldaten, Kriegsgefangene, Sklaven und Zwangsarbeiter eingesetzt, doppelt so viele wie für den Bau der Chinesischen Mauer. Die Mausoleum-Anlage wurde ebenfalls 1987 von der UNESCO auf die Liste des Weltkulturerbes gesetzt.

Der kulturelle und historische Teil der Studienreise wurde mit der Besichtigung und Bewunderung der Terrakotta-Armee in Xi'an beendet. Dort stiegen wir in einen High-Speed-Train ein und fuhren in Richtung Süden nach Chengdu, der Hauptstadt der Provinz Sichuan. Die Fahrt dauerte nur dreieinhalb Stunden. Die Hochgeschwindigkeitsbahn von Xi'an bis Chengdu wurde nach nur 5 Jahren Bauzeit 2017 fertiggestellt. Sie erstreckt sich mit einer gesamten Länge von 658 Kilometer durch das von West nach Ost laufende Qin-Gebirge durch drei spektakuläre Tunnel mit einer gesamten Länge von 43 Kilometern und über vier gigantische Brücken mit einer gesamten Länge von 77 Kilometern.

Am Sonntagnachmittag kamen wir in Chengdu

▲ „Coptidis ist bitter, noch bitterer ist das Leben der Coptis-Bauern“ (chinesisches Sprichwort, Foto: Dr. Sven Sudhoff)

▼ Der Mondsichelsee – eine Oase in der Nähe von Dunhuang



an und wurden in einem in traditionellem Stil erbauten Hotel namens „Wenjun“ unterbracht. Am Abend erfreuten wir uns alle der kulinarischen Sichuan-Küche des Hotels, die durch den scharfen Chili und betäubenden Pfeffer charakterisiert ist. Aber nicht alle Europäer können diese exotische Küche vertragen, Vorsicht ist dabei geboten – ein einziges Korn von Sichuan-Pfeffer lässt die Zunge 5 Minuten lang vibrieren. Im Fall übermäßigen Brennens hilft ein Schluck kaltes Wasser.

Am Montagmorgen saßen wir alle wie brave Studenten in einem Klassenzimmer der TCM-Universität Chengdu. Nach einer kurzen Eröffnungszeremonie und einem Rundgang im klinischen Bereich der Unikliniken begann das eigentliche Studium in verschiedenen kleinen Gruppen. Wir zwei Pharmazeuten, Martin Wiesbeck und ich, hatten die große Ehre, an einem speziellen Kurs – „Gao Fang“ (Zubereitung individueller TCM-Rezepte in Darreichungsform Sirup) teilzunehmen. Prof. Tan Decai, ein berühmter zugelassener TCM-Arzt und -Apotheker zugleich, leitete den Kurs. Er ist einer der wenigen noch praktizierenden TCM-Therapeuten in China, die individuelle Rezepte für ihre Patienten von der Beschaffung der Rohdrogen über Vorbehandlung bis zur Zubereitung persönlich kontrollieren. Die ärztliche und magistrale Tätigkeiten aus einer Hand kann den Therapieerfolg erheblich verbessern. In alten Zeiten gab es eigentlich keine Trennung von bei-

den Berufen. Prof. Tan hat uns von Theorien über Praxen bis hin zu seiner langjährigen persönlichen Erfahrung vorbehaltlos gelehrt. Am letzten Tag zeigte er uns in seiner Apotheke den gesamten Prozess der Herstellung eines individuellen Rezeptes für Dr. Josef Hummelsberger, der sich vorher einer ausführlichen Untersuchung und Diagnostik durch Prof. Tan unterzogen hat.

Der Höhepunkt des zweiten Teils der Studienreise war die botanische Exkursion in den Bergen von Baishuihe, etwa 100 Kilometer nordwestlich der Stadt Chengdu, einem staatlichen Naturschutzgebiet. Die einheimischen Dorfbewohner, die das Erdbeben 2008 überlebten, haben ihre Heimat wiederaufgebaut. 80 % des Einkommens stammen aus dem Anbau chinesischer Heilkräuter. Die wichtigsten Heilpflanzen sind *Coptis chinensis* French, *Magnolia officinalis* Rehd. & Wils., *Phellodron chinense* Schneid., *Bletilla striata* (Thurb.) Reichb., *Paris polyphylla* Smith. Diese Pflanzen wachsen in dieser Gegend in einer Höhe von ca. 2000 - 3000 m unter dem feuchten und kühlen Klima sehr gut.

Die Besichtigung des Kräutermarktes „He Hua Chi“ in Chengdu – eines der vier größten Kräutermärkte Chinas – ist für TCM-Pharmazeuten unentbehrlich. Hier werden über 1000 verschiedene Rohdrogen für die TCM in unterschiedlichen Qualitätsklassen und Preisen angeboten.



Der größte TCM-Kräutermarkt Südwestchinas - Hehua Chi in Chengdu. Das Foto zeigt ein Dutzend Varianten der TCM-Droge „Chuan Bei Mu“ (*Fritillariae cirrhosae bulbus*) von diverser botanischer Herkunft mit erheblichen Preisunterschieden.



# Moxibustion - eine wichtige Therapie (Teil 1)

Unter dem chinesischen Begriff „Zhen Jiu“ versteht man Akupunktur und Moxibustion. Allein die Begriffsformulierung deutet schon darauf hin, dass die beiden Therapieverfahren ein Zwillingsspaar und gleichrangig sind. Aber im Westen ist die Akupunktur weit bekannter und wird viel öfter praktiziert als die Moxibustion. Allmählich wird die Akupunktur fälschlicherweise sogar allein als „Zhen Jiu“ verstanden.

Wie hat sich die Moxibustion tatsächlich entwickelt? Wie ist der Stand der modernen Forschung heute? Welche Rolle spielt sie in der heutigen Gesellschaft Chinas? Alle diese Fragen sind für TCM-Therapeuten im Westen höchst interessant.

Die Moxibustion kann auf die Anwendung von Feuer beim Menschen zurückgeführt werden. Man stellt sich vor, dass ein chronisch Kranker unter einer Nomadengruppe am Lagerfeuer zufällig von Brennholz an bestimmten Körperstellen verbrannt wurde. Unerwartet stellte er nachhinein fest, dass seine chronischen Beschwerden deutlich gelindert wurden. Nach und nach probierten immer mehr Leute auf diese Art, ihre Krankheit zu heilen. Langsam entstand daraus eine Therapieform. Während der Entwicklung wurde diese Methode verbessert und als ein etabliertes Therapieverfahren in der TCM verankert. Wir finden im Werk „Huang Di Nei Jing“ die Erwähnung der Moxibustion [1]: 北方者, 天地所闭藏之域也。其地高陵居, 风寒冰冽, 其民乐野处而肉食, 脏寒生满病, 其治宜灸炳. übersetzt: „Im Norden herrschen Winterverhältnisse - Ruhe und Sammeln. Menschen aus dem Hochgebirge und der kalten Klimazone sind dem kalten Wind und der eisigen Kälte ausgesetzt. Sie wohnen aber lieber draußen und speisen gerne Fleisch und Milchprodukte. Dies führt dazu, dass sie wegen dem Kälteeinbruch im Inneren oft an Blähung leiden. Gegen solche Probleme ist die Moxibustion geeignet“. Im gleichen Werk [2] wurde die alternativlose Rolle der Moxibustion beschrieben: 针所不为, 灸之所宜, übersetzt: „Wo die Nadel nicht hilft, ist die Moxa einzusetzen“.

Der berühmte Arzt Cai Du (1076-1146) schrieb in seinem Werk 《扁鹊心书》“Bian Que Xin Shu“: “保命之法, 灼艾第一, 丹药第二, 附子第三“. Übersetzt: „Bei lebensbedrohlichen Krankheitsfällen ist zuallererst die Moxa einzusetzen, dann Alchemie, schließlich Fuzi“ (vorbehandelte Eisenhut-Sei-

tenwurzel). Auch wenn die chinesische Alchemie in der modernen Zeit kaum noch Bedeutung hat, ist die lebensrettende Bedeutung des Fuzi allgemein bekannt. Aber die wichtige Rolle der Moxibustion, die Cai Du hier beschrieben hat, ist wohl für viele Therapeuten vor allem im Westen neu. Er betonte weiter: “医之治病用灸, 如做饭需薪“, übersetzt: „Die Moxibustion ist zur Heilung so unentbehrlich wie Brennholz zum Kochen“.

Der Arzt Li Tingzhuo (李梈着, 1624) schrieb in seinem Werk „Einführung in die Medizin“: „Wo die Arzneimitteltherapie und die Akupunktur eingeschränkte Wirkung zeigen, ist die Moxibustion einzusetzen“.

Theorien und klinische Untersuchungen Wang Fuchun und sein Forschungsteam haben die bekannten Moxibustionstheorien aller Zeiten systematisch analysiert, aufgearbeitet und in seinem Werk zusammengefasst [3]. Es werden 29 Schulen, 11 Gruppen von 75 Methoden sowie klinische Forschungen im antiken und modernen China beschrieben. Vor allem ist die Theorie „Moxibustion beim tiefen Puls“ (陷下则灸之) in „Huang Di Nei Jing“ und die Theorie zur Moxibustion bei Hitzesymptomen genau recherchiert. Hier wird sich nicht eingehend mit dieser Materie befasst, sondern das Augenmerk mehr auf die modernen Forschungsergebnisse gelegt.

**Moderne Forschung**  
Moderne Forschungen über die therapeutische Wirkung der Moxibustion fokussieren sich bisher überwiegend auf drei Felder [5].

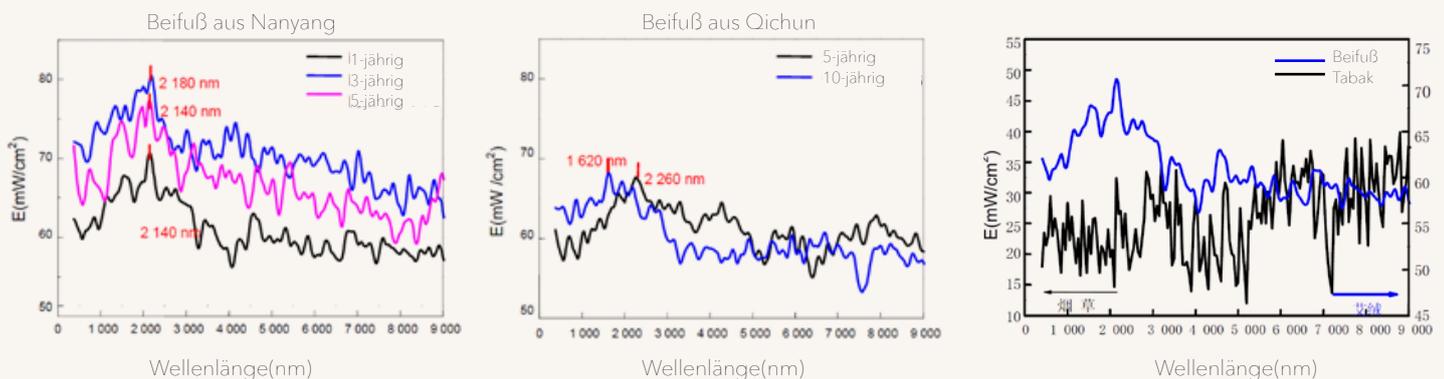
Wärme – elektromagnetische Strahlung – Physikalische Wirkungen

Die Wärmeeinwirkung der Moxibustion über

▼ Bild 1 Spektrum der Moxazigarren aus Beifuß aus Nanyang

▲ Bild 2 Spektrum der Moxazigarren aus Beifuß aus Quichun

▶ Bild 2 Spektrum der Moxazigarre aus Beifuß und Tabak



elektromagnetische Strahlung ist vor allem in China intensiv erforscht. Es ist allgemein bekannt, dass die therapeutische Wirkung der Moxibustion überwiegend über Wärme durch Strahlung im infraroten Bereich erzielt wird. Dementsprechend ist die Infrarot-Technik immer häufiger im Wellnessbereich und zu therapeutischen Zwecken eingesetzt. Auf dem Markt findet man verschiedene Varianten medizinischer Geräte, die Infrarotstrahlung erzeugen und ihre medizinische Funktion ausüben.

### a. Reaktion menschlichen Gewebes auf elektromagnetische Strahlung

Die auf die Haut eingefallene Strahlung kann teils reflektiert und teils absorbiert werden oder als Transmission den Körper wieder verlassen [6]. Ein Teil der absorbierten Strahlung wird von Molekülen in den Zellen absorbiert. Dies führt zur Erwärmung des Gewebes. Der andere Teil aber kann Elektronen von bestimmten Molekülen anregen und dabei Fluoreszenz hervorrufen [6].

Elektromagnetische Strahlung kann je nach Wellenlänge in unterschiedliche Tiefe des Körpergewebes eindringen [7]. Bis einige Zentimeter kann die NIR-Strahlung im Wellenlängenbereich nah 4 µm in das Gewebe einwirken. FIR hingegen kann die Hornschicht nicht durchbrechen und wird in der Tiefe von 0,1 mm gestoppt.

### b. Charakteristika des Emissionsspektrums der Moxa

Über die Charakteristika des Emissionsspektrums der Moxa-Zigarre wurden verschiedene Forschungsergebnisse veröffentlicht [8][9][10][11] [12].

Auch wenn sich die von diesen Arbeiten erzielten Charakteristika des Spektrums der Moxa-Zigarre voneinander unterscheiden, je nach Versuchsansätzen und verwendeten Techniken, sind sie aber hinsichtlich des Wellenlängenbereichs gleich. Die Emission befindet sich überwiegend im Infrarotbereich und enthält einen geringen Anteil des sichtbaren Lichts.

Die Charakteristika des Spektrums von Moxa-Zigarren variieren teilweise erheblich in ihrer Wellenlänge, Emissionsstärke und Peaks, je nach den Moxa-Sorten (Präparationstechnik, Al-

ter und Herkunftsgebiet verwendeten Pflanzenmaterials [11]. Selbst dieselbe Moxa-Zigarre ändert ihr Emissionsverhalten dauernd während des Brennvorgangs [12].

Die Forschungsergebnisse in den letzten Jahren zeigen, dass die Wellenlänge im Bereich von 1,5 bis 15,5 µm mit einigen Peaks bei 3,5 µm liegt [13] (siehe Bild 1 und 2). Aktuell hat eine Forschungsgruppe aus der Central South University, Changsha [11] die Spektren von Moxa und Tabak-Zigarren im Wellenlängenbereich von 0,38-9,0 µm verglichen und festgestellt, dass der Tabak ein wesentlich unruhigeres Spektrum mit schwächerer Intensität und ohne deutliche Peaks aufweist, während die Moxa ein ruhiges Spektrum mit deutlich erkennbaren Peaks bei 1,6 – 2,5 µm hat (siehe Bilder 3).

### c. Charakter des Spektrums der Meridianpunkte menschlicher Körper

Biologische Gewebe senden auch elektromagnetische Strahlung aus. Meridiane haben ihre charakteristischen Emissionsspektren [10] [14] [15].

Es wird angenommen, dass die maximale therapeutische Wirkung der Moxibustion durch eine Resonanz der beiden Emissionen menschlicher Meridiane und der Moxa-Zigarre erzielt wird [13].

Ding Guan hong et al. (2002) hat festgestellt, dass sich das Emissionsspektrum einer Moxa-Zigarre von menschlichen Meridianen deutlich unterscheidet. Der Emissionspeak der Moxa-Zigarre liegt bei 3,5 µm und dessen Energieintensität ist 1000-mal stärker als die von menschlichen Meridianen. Interessanterweise nähert sich das Spektrum der sogenannten indirekten Moxibustion dem der menschlichen Meridiane in Intensität und Charakteristika, wenn die Wärme der Moxa-Zigarren abgeschirmt durch Ingwerscheiben, Knoblauchzehen oder Aconitum-Kuchen geschwächt wird [10].

Vermutlich wird die therapeutische Wirkung der Moxibustion dadurch erzielt, dass die ungeordnete molekulare Bewegung in Meridianen durch die Infrarotstrahlung der Moxa-Zigarren geordnet wird. Die Natur der Meridiane liegt darin, dass bestimmte Makromoleküle an Meridiansystem nach einer bestimmten Ordnung aufgereiht sind und durch Schwingung Signale weiterleiten [15].

1. Huangdi Neijing, Suwen, Vol. 4, Kapitel 12 ISBN 978-90-481-8831-4
2. Huangdi Neijing, Lingshu, Vol. 11, Kapitel 73
3. Wang Fuchun, April 2009, Systematic Analysis and Overhaul of Diverse Moxibustions Theories, Scientific and Technical Documentation Press, ISBN 9787502362669
4. Yan Xiang, Rui Li, 2011, Review of Research on Mechanism of Moxibustion, Scientific reports on the 2011 Congress of Chinese Academy for Acupuncture and Moxibustion in 2011
5. Lei Liu et al., 2018, Research Progress in Moxibustion Products, Journal of Yunnan University of Traditional Chinese Medicine, Vol. 41 No. 2, p 95-98
6. Welch A. et al., Optical-thermal Response of Laser-irradiated Tissue, Springer, 2011,
7. Sowa et al., Optical Radiation in Modern Medicine, Postepy dermatologii i alergologii, 2013, 30 (4): 246
8. Shen Xueyong et al., Comparison of Infrared Radiation Spectrum of Traditional Moxibustion, Substitute Moxibustion and Acupoints of Human Body, J. Infrared Millim. Waves, Vol. 22, No. 2
9. Yang Huayuan et al., Determination of Spectrum Characteristic of Near Infrared Radiated by Indirect Moxibustion, DOI 10.13460/J. issn. 1005 - 0957, 2003.09.005
10. Ding Guanghong et. al., 2002, Research on Infrared Radiation Spectrum of Moxibustion and Acupoints in Human Body in Traditional Chinese Medicine. Chinese Journal of Biomedical Engineering, Vol. 21 No. 4
11. Guo Yuan et al., 2018, Spectral Characteristics of Burning Moxa Sticks, Chinese Journal of Tissue Engineering Research, 2018; 22 (14): p. 2233-2238
12. Zhang Hongliang, Cheng Shitu, Analysis of Chinese Moxibustion in Visible and Infrared Spectra in Process of Clinical Application, Spectroscopy and Spectral Analysis, Vol. 19, No. 3, 1999, pp 344-346
13. Zhang Chengshun et al., 2016, The Photo Effects of Moxibustion, Journal of Chengdu University of TCM, Vol. 39, No. 3
14. Yao Wei et al., 2007, 人体穴位红外辐射光谱特征, Science in China, Vol. 37, Supplement 118-123
15. Hou Lantian, Research on Infrared Spectrum Experiments of Human Meridians and Movements, Infrared Technology, Vol. 39, No. 9, 2016

## Moxakits „Doctorsfave“

Zur einfachen und sicheren Moxa-anwendung zu Hause oder in der Praxis gibt es nun als Produktinnovation „Doctorsfave“ Moxakits, erhältlich exklusiv bei HerbaSinica.

In den Kits enthalten sind hochwertige Qichun Moxazigarren, medizinische Aufkleber zur freihändigen Anwendung, biologisch abbaubare mehrweg Aufsätze sowie Möglichkeit zur Temperaturkontrolle

durch Höhenverstellung. Eine Variante mit Aktiv-Kohle Filter sorgt für erheblich reduzierte Rauch- und Geruchsbildung. Die Aufsätze werden durch medizinische Aufkleber direkt auf die Haut befestigt. Die Moxa-Zigarren können so kontrolliert und sicher verbrennen. Die Glut kann direkt auf die Haut gerichtet werden und sorgt so für eine optimale Einwirkung. Aktuell erhältlich sind zwei Kits:



### Moxakit Standard 120 Anwendungen (Nachfüllpack erhältlich)

- » 120 Qichun-Moxazigarren
- » 120 3M medizinische Aufkleber
- » 14 Halterringe
- » 3 Mehrweg biologisch abbaubare Moxaaufsätze
- » Gebundenes Booklet mit Anwendungstipps (englisch)



### Moxakit mit Rauchfilter 60 Anwendungen

- » 60 Quichun-Moxazigarren
- » 60 3M medizinische Aufkleber
- » 6 Mehrweg biologisch abbaubare Moxaaufsätze mit Rauchfilter und Temperaturregulierung
- » 12 Aktiv-Kohle Filter



# Spezial-Tees

Unsere Tees sind einfach, aber immer etwas Besonderes. Nach chinesischer Art wird Tee nicht so stark zerkleinert, dass ein Beutel, Filter oder Sieb notwendig ist. Sowohl die „Goldene Fäden“-Chrysantheme, als auch unsere Beerenmischung kann direkt in der Kanne aufgegossen werden. Was beim trinken oben schwimmt ist problemlos verzehrbar. Bei den Beeren aus-

drücklich empfohlen! Alle Tees können auch in der Kanne bleiben. Sie schmecken gut, egal wie lange sie schon ziehen. Wenn er aus ist, oder auch davor, einfach nochmal heißes Wasser nach gießen und das ganze geht von vorne los.

Die Tees können 3-4 Mal aufgegossen werden.



Die vier Bestandteile unserer „**Muntere Augen**“-Mischung stecken voller wesentlicher Mineralstoffe, die unserem Körper helfen, unzählige Prozesse reibungslos verlaufen zu lassen. Die enthaltenen Vitamine, insbesondere Vitamin A, sind wichtig für Haut und Schleimhäuten, Blütkörperchen, Stoffwechsel sowie für den Sehvorgang.



„**Goldene Fäden**“ ist eine für den Tee Genuss besonders ausgewählte Pflückung von chrysanthemiflos. Diese Blüte hat es ganz schön in sich! Ein einziges Blümchen eignet sich zum mehrmaligen aufgießen einer Teekanne bis ca 1,5 l und ergibt somit bis zu 6 Liter Tee! Beim Genuss direkt im Teefilter aufgießen oder auspacken und die schöne Blüte beim Schweben in der Kanne bewundern.

## Notoginseng- und Koupoubohnenwurzel-Pulver

In möglichst unverarbeiteter Form und trotzdem einfach zum einnehmen haben wir jetzt zwei Drogen aufbereitet in praktischer und vielfach einsetzbarer Art.

Notoginseng Pulver ist genau das, wonach es klingt. Die Wurzel der Stammpflanze *Panax notoginseng* (BURK.) F.H. CHEN wird zerkleinert und kann damit direkt als Aufguss mit warmen Wasser zubereitet werden.

Aus der getrockneten Wurzel der Stammpflanze *Pueraria lobata* (WILLD) OHWI wird ein Kaltauszug gewonnen, der alle wasserlöslichen Bestandteile des Rohstoffs beinhaltet. Nach dem Zerstoßen der Wurzel wird der herausgewaschene Absatz entfernt. Das so gewonnene „Pulver“ besteht aus Brocken der Wurzel und kann mit warmen Wasser zu einer Paste verrührt werden. Nach Belieben kann mit Honig abgeschmeckt werden.

Nähere Informationen zur Wirkung, Anwendung sowie aktuelle Forschungsergebnisse finden Sie unter:

<https://www.herbasinica.de/kopou/>

<https://www.herbasinica.de/notoginseng/>



## Neue Drogen im erweiterten Sortiment

Im letzten Kurier haben wir eine umfangreiche Sortimentserweiterung angekündigt. Die neuen Sorten werden nach und nach eingeführt von Anfang bis Mitte 2020. Diese Erweiterung beinhaltet unter anderem folgende Sorten:

- |                             |                                       |                                    |
|-----------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|
| » Artemisiae argyi folium   | » Polygoni cuspidati rhizoma et radix | » Cynomorii herba                  |
| » Oldenlandia diffusa Herba | » Dianthi herba                       | » Gallus gallus domesticus Brisson |
| » Polygoni avicularis herba | » Pyrosiae folium                     | » uvm.                             |
| » Lygodii spora             |                                       |                                    |

Eine ausführliche Liste der geplanten Sortimentserweiterung finden Sie unter:

<https://www.herbasinica.de/sortimentserweiterung2020/>



## HerbaSinica Seminar 2019

Am 14./15. September veranstaltet HerbaSinica wieder ein Seminar zur TCM-Mitarbeiterschulung, „Theoretische Grundlagen und Praxis für TCM-Apotheken“ in Schwabach. Den Teilnehmern werden Philosophie, Grundtheorie und Arzneimitteltherapie der TCM vermittelt. Außerdem kann man durch den Kurs nützliche Erfahrungen aus der Praxis für die Praxis erwerben.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 25 und Plätze werden nach Anmelde-Reihenfolge vergeben.

Mehr Infos unter <https://www.herbasinica.de/seminar2019/>



## TCM Masterstudium in Hamburg

Das HanseMercur Zentrum für TCM am Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf (UKE) und die Akademie für Weiterbildung und Karriere des UKE haben 2018 gemeinsam mit der TCM-Universität Shanghai ein berufsbegleitendes dreijähriges Masterstudium TCM für Ärzte ins Leben gerufen haben. Dieses Studium geht jetzt in das zweite Jahr, es werden wieder 10 neue Studienplätze bereitgestellt.

Für den zweiten Studienjahrgang wurden jetzt zwei besondere Kursreihen entwickelt:

TCM-ApothekerInnen können jetzt in 260 Unterrichtsstunden über 3 Jahre die Grundlagen der TCM, die Eigenschaften der wichtigsten Chinesischen Arzneien in ihren Hauptgruppen sowie die wichtigsten Rezepte mit ihren klinischen Anwendungen kennenlernen. Bei Interesse an der Herstellung von Defektur-Rezepturen erhält man hier die besten Ideen. Im Rahmen der Kursreihe ist eine Studienreise nach Shanghai mit Seminar und Praktikum im größten Shanghaier TCM-Krankenhaus vorgesehen.

PhysiotherapeutInnen und MasseurInnen können in 184 Unterrichtsstunden die Grundlagen der Chinesischen Medizin, der Leitbahnlehre und der chinesischen manuellen Therapie Tuina erlernen. Besondere Höhepunkte der Kursreihe sind im Dezember 2019 ein Tuina Seminar mit Prof. Xun LIN von der TCM-Universität Shanghai in Hamburg und im Juni 2020 ein Tuina Praktikum in Shanghai. Das Erlernen von Qi-Gong Grundtechniken ist in die Ausbildung integriert.

Infos unter: <http://www.tcm-am-uke.de/german/o19-lehre.html>

