

Chinesische Medizin aus den Klassikern

Nüke Baiwen 女科百問 – 100 Fragen zur Frauenheilkunde

von Udo Lorenzen

„Passend ist es, Yin und Yang in Einklang zu bringen und Qi und Blut harmonisch zu mischen. Dann kehrt Ruhe ein und das Glück ist gewiss!“

Qi Zhong Fu

Frage 6

第六問經候或前或后多寡不定

答曰。夫婦人病。多是月經乍多乍少。或前或后。時發疼痛。醫者一例呼為經病。不曾說得是陰勝陽。是陽勝陰。所以服藥少得有效。蓋陰氣盛乘陽。則胞寒氣冷。血不運行。經所謂天寒地凍。水凝成冰。故令乍少而在月后。若陽氣盛乘陰。則血流散溢。經所謂天暑地熱。經水沸溢。故令乍多而在月前。當和其陰陽。調其氣血。以平為福。

陽氣勝陰。月假多者。當歸飲。抑陽助陰。調理經脈。

當歸(去蘆微炒) 熟地(淨洗酒蒸焙干) 川芎 白芍 黃芩(小半)

白術(各等分)上為粗末。每服三錢。水盞半煎至八分。食前熱服。

沉香降氣湯。順氣道。通氣脈。

烏藥 沉香 香附 甘草 砂仁(各等分)

上為細末。每服二錢。空心鹽湯調下。

陰氣勝陽。月假少者。七物湯。治婦人營衛氣虛。經水愆期。

或多或少而腹痛。

當歸 芎朮 白芍 莪術

川姜 熟地(酒蒸焙干) 木香(各等分)

上為粗末。每服四錢。水一盞煎八分。溫服不拘時。

紫石英丸。治婦人病多是月經乍少。或在月后。時發疼痛。

紫石英(水研飛) 禹余糧(燒醋淬) 人參 龍骨 川烏頭(泡去皮尖臍) 桂心(不見火) 杜仲(去皮姜制炒黑) 桑寄生 五味子 遠志(去心) 澤瀉 當歸(去蘆) 石斛(去根酒炒) 菴蓉(酒浸洗) 干姜(炮各一兩) 甘草(炙半兩) 川椒(去目并合

口炒地上出汗) 牡蠣(固濟火燒通紅各半兩)

上為細末。煉蜜為丸。梧桐子大。空心米飲下三十丸。至五六十丸。

以上無求子方

金華散。治婦人經血后熱。崩漏不止。口苦舌干。經候不通。并宜服之。

玄胡索 瞿麥 當歸 牡丹皮 石膏(二兩) 干葛(各一兩)
蒲黃(半兩) 桂心 威靈仙(各三分凡方中云一分者二錢五分也)

上為粗末。每服二錢。水一盞。姜三片。煎至六分。空心服。

以上養生席判官方

通經丸。治婦人室女月候不通。疼痛。或成血瘕

桂心(不見火) 青皮(去白) 大黃(炮) 干姜 川椒(炒去目)
莪術 川烏(泡去皮尖) 干漆(炒去煙出) 當歸 桃仁(炒
去皮尖以上各等分)

上為細末。將四分用米醋熬成膏。和余六分末。成劑。臼中治之。丸如桐子大。陰干。每服二十丸。空心食前米飲湯下。加至三十丸。溫酒亦得。

五靈脂散。治經候不止。拯濟方。

五靈脂為末。炒令過熟出盡煙。每服二錢。當歸二片。酒一中盞。煎至六分。去滓熱服。連三服立效。如血室有干血。用醋一盞煎七分。和滓空心熱服。

溫經湯

治沖任虛損。月候不調。或來多不斷。或過期不來。或崩中去血。過多不止。又治曾經損孕。瘀血停留。少腹急痛。發熱下利。手掌煩熱。唇干口燥。及少腹有寒。久不受胎。

丹皮 阿膠(碎炒) 當歸(去蘆) 人參(去蘆) 川芎 甘草(炒) 肉桂(去粗皮) 芍藥(各二兩) 半夏(各湯洗七次二兩半)
吳茱萸(三兩) 麥門冬(去心五兩半)

上為粗末。每服三錢。水一盞半。生姜五片。煎八分。去滓。空心食前熱服。

6. Frage: Wie kommt es, dass beim Warten auf die Periode diese mal zu früh, mal zu spät oder mal zu unbestimmter Zeit erscheint?

Die Antwort lautet: Krankheiten der verheirateten Frau treten auf, wenn das Monatswasser plötzlich zuviel oder plötzlich zu wenig oder entweder zu früh oder zu spät erscheint. Manchmal entwickeln sich dabei Schmerzen. Die Mediziner berufen sich in allen Beispielen auf Krankheiten der Regel (*jīng bìng* 經病). Niemals sollte man (allerdings) einfach sagen, das Yin besiegt das Yang! In dem Fall wird eine Dosis an Medizin wenig Wirkung haben. Denn Yin-Qi im Überfluss überwältigt das Yang, sodass kaltes Qi in der Gebärmutter Kälte (hervorbringt). Das Blut ist dann nicht (mehr) in Bewegung. Die Klassiker sagen deshalb: Kälte am Himmel lässt den Erdboden gefrieren, dass Wasser erstarrt und wird zu Eis. So kommt es, dass plötzlich (das Monatswasser) weniger wird und erst später als nach einem Monat eintritt.

Ähnlich ist es, wenn das Yang-Qi im Überfluss ist und das Yin überwältigt. In dem Fall fließt das Blut sich exzessiv zerstreudend (*sǎn yì* 散溢). Die Klassiker sagen deshalb: die Sommerhitze am Himmel lässt den Erdboden heiß werden, das Monatswasser läuft kochend über (*fèi yì* 沸溢), sodass plötzlich (die Blutung) zuviel ist und schon früher als nach einem Monat (einsetzt).

Man sollte (immer) das Yin und das Yang in Einklang bringen (*hé* 和) und Qi und Blut harmonisch mischen (*tiáo* 調). Dann kehrt Ruhe ein und das Glück ist gewiss!

(Krankheiten und Rezepturen):

Das Yang-Qi besiegt das Yin: die Regel kommt fälschlicherweise (zu früh) und (die Blutung ist zu) viel.

Rezeptur: *Dang Gui Yin* = Trank mit Dang Gui. Er zügelt das Yang und hilft dem Yin. So werden die Leitbahnen und Gefäße (*jīng mài* 經脈) harmonisch ausgerichtet.

Dang Gui (den Schilf ablösen und ein wenig in der Pfanne rösten)
Shu Di (säubern und waschen und in Alkohol bei kleiner Flamme dämpfen)
Chuan Xiong
Bai Shao
Huang Qin (die kleineren Teile)
Bai Shu

(Alles zu gleichen Teilen); am Besten ist, alles zu einem groben Pulver (zu mischen). Jede Dosis (wiegt) 3 Qian¹. Eine Tasse Flüssigkeit zur Hälfte einkochen lassen und in 8 Portionen (teilen); nimm die Medizin heiß vor dem Essen!

Rezeptur: *Chen Xiang Jiang Qi Tang* = Suppe mit Chen Xiang zum Absenken des Qi. Sie fördert den natürlichen Verlauf des Qi und durchlüftet die Gefäße.

Wu Yao
Chen Xiang
Xiang Fu
Gan Cao
Sha Ren

(alles zu gleichen Teilen), am Besten ist, alles zu einem feinen Pulver (zu mischen). Jede Dosis (wiegt) 2 Qian. Die Suppe auf nüchternem Magen (einnehmen) und mit Salz harmonisieren (*tiáo* 調).

Das Yin-Qi besiegt das Yang: die Regel kommt fälschlicherweise (zu spät) und (die Blutung ist zu) wenig.

Rezeptur: *Qi Wu Tang* = Suppe mit 7 Substanzen. Sie heilt bei der verheirateten Frau eine Schwäche des Ying- und Wei-Qi. Der Menstruationsfluss ist verzögert, manchmal sind viel, manchmal aber auch wenig Bauchschmerzen dabei.

Dang Gui
Xiong Mao
Bai Shao
E Zhu
Chuan Jiang
Shu Di (in Wein bei kleiner Flamme köcheln lassen)
Mu Xiang

(Alles zu gleichen Teilen), am Besten ist, ein grobes Pulver (zu mischen). Jede Dosis (wiegt) 4 Qian. Eine Tasse Flüssigkeit bis zur Hälfte einkochen lassen und in 8 Portionen teilen; die Medizin wird warm (eingenommen), man braucht keine Zeiten einzuhalten.

¹ **Qian:** eigentlich Geld oder eine Münze, war im alten China ebenfalls ein Maß zum Abmessen von Gewichten, hier ein Zehntel eines chinesischen Liang oder Unze (ca. 36 g), also 3,6 g. vergl. **F. Hübotter:** Chinesisch-Tibetische Pharmakologie und Rezeptur, Ulm, 1957. Man beachte, dass die Maße und Gewichte in den verschiedenen Dynastien Chinas unterschiedlich waren!

Rezeptur: *Zi Shi Ying Wan* = Pillen mit Zi Shi Ying. Sie heilen Krankheiten der verheirateten Frau, bei der die Regelblutung oft zu wenig ist und verspätet erscheint. Manchmal treten auch Schmerzen dabei auf.

Zi Shi Ying (im Wasser flugs zerstoßen)

Yu Yu Liang (in Essig und Öl geröstet)

Ren Shen

Long Gu

Chuan Wu Tou (nach dem Einweichen die Schale entfernen)

Gui Xin (ohne das Feuer zu sehen²)

Du Zhong (die Haut entfernen und mit Ingwer dunkel rösten)

Sang Ji Sheng

Wu Wei Zi

Yuan Zhi (entferne das Innere)

Ze Xie

Dang Gui (entferne den Schilf)

Shi Hu (entferne die Wurzeln und koche sie in Wein)

Cong Rong (in Wein getränkt)

Gan Jiang (röste alles zusammen in der Pfanne)

Gan Cao (röste eine Hälfte davon)

*Chuan Jiao*³ (wende die Augen ab, schließe den Mund und röste (sie) über dem Erdboden, denn Schweiß tritt heraus).

Mu Li (fest gebackene Kekse, die durch und durch rot sind, ½ Liang). Am Besten ist aber, ein feines Pulver (zu mischen). Es werden Pillen mit Honig gedreht von der Größe eines Wu Tong Samens⁴; esse sie auf nüchternem Magen mit Reis, mindestens 30 Pillen, höchstens aber 50 bis 60 Pillen. Mehr als dieses Rezept braucht man nicht zur Heilung!

Rezeptur: *Jin Hua San* = das goldene Blüten-Pulver heilt bei verheirateten Frauen Hitze im Blut während der Regel und Blutungen, die nicht aufhören wollen. Der Mund ist bitter, die Zunge ist trocken, die Regel ist verspätet und blockiert.

Xuan Hu Suo

Qu Mai

Dang Gui

Mu Dan Pi

Shi Gao (2 Liang)

Gan Ge (1 Liang)

² bedeutet wahrscheinlich: ohne mit Feuer in Kontakt zu kommen, also roh.

³ auch *Hua Jiao* (Pericarpium Zanthoxyli); die getrocknete Schale der reifen Frucht vom Pfefferbaum; sehr erwärmend, Kälte zerstreuend, Parasiten bekämpfend; die Dämpfe bei der Zubereitung sind etwas giftig, deshalb die Vorsichtsmaßnahmen.

⁴ etwas die Größe eines Kirschkerns

Pu Huang (1/2 Liang)
Gui Xin
Wei Ling Xian (jedes zu 3 Teilen)

Am Besten ist, ein grobes Pulver (zu mischen). Jede Dosis besteht aus 2 Qian, nehme dazu in einer kleinen Tasse Wasser 3 dünne Scheiben Ingwer und koche 6 Teile ab, nehme es nüchtern ein. Dieses ist mehr als nur die Lebenspflege bei einem öffentlichen Banquet!

Rezeptur: *Tong Jing Wan* = Pillen, um die Leitbahnen durchgängig zu machen. Sie heilen Krankheiten der verheirateten Frau und der Mädchen im Haus, die auf die Regel warten, wenn diese blockiert ist. (Die Frau) hat starke Schmerzen, eventuell bilden sich auch Blutklumpen.

Gui Xin (ohne das Feuer zu sehen)
Qing Pi (entferne das Weiße)
Da Huang (in der Pfanne rösten)
Gan Jiang
Chuan Jiao (beim Rösten die Augen abwenden)
E Shu
Chuan Wu (einweichen und die Haut abziehen)
Gan Qi (beim Rösten kommt Rauch heraus)
Dang Gui
Tao Ren (man röstet sie und entfernt von jedem Einzelnen sehr sorgfältig die Haut)

Am Besten ist, ein feines Pulver (zu mischen). Nimm (vom Ganzen) 4 Teile und koche sie mit Reissig (solange), bis sich eine fettige Paste bildet. Mische diese mit den restlichen 6 Teilen zu einem Pulver. Das Ganze ergibt eine Dosierung, die genau bemessen für eine Heilung (dieser Erkrankung) ist. (Forme daraus) Pillen so groß wie ein Tong Zi Samen. Lege sie zum Trocknen in den Schatten. Auf nüchternem Magen einzunehmen vor dem Essen oder unter eine Reissuppe (gemischt) zum Trinken. Füge dann bis zu 30 Pillen hinzu. Auch zusammen mit warmem Wein erhält man sehr gute Ergebnisse!

Rezeptur: *Wu Ling Zhi San* = Pulver mit Wu Ling Zhi. Es heilt das Warten auf die Periode, dass nicht endet. Diese Verschreibung hilft und befreit (ohne Gleichen)!

Wu Ling Zhi ⁵ wird zum Pulver, wenn man (die Faeces) übermäßig röstet, sodass viel Rauch entsteht. Jede Dosis (wiegt) 2 Qian. Nehme dazu 2 dünne

⁵ *Wu Ling Zhi* 五靈脂 ist Fledermauskot!

Scheiben Dang Gui in einer kleinen Tasse mit Wein. (Dies wird) auf kleiner Flamme bis auf 6 Teile abgekocht. Entferne die Rückstände und (trinke) die Medizin heiß. Drei weitere Dosen bringen sofort die gewünschte Wirkung! Ebenso, wenn es in der Blutkammer getrocknetes Blut gibt, nehme eine kleine Tasse Essig und koche ihn bis auf 7 Teile herunter, vermische es ordentlich mit den Rückständen und trinke die Medizin heiß auf nüchternem Magen.

Rezeptur: *Wen Jing Tang* = Suppe zum Wärmen der Leitbahnen. Sie heilt Leere-Schäden im Chong und Ren (Mai). Die Regel kommt verspätet und ist nicht ausgeglichen. Mal kommt sie zuviel und ununterbrochen, mal kommt sie weit über den erwarteten Zeitpunkt nicht. Oder das Blut stürzt heraus im Übermaß und unaufhörlich. Überdies heilt sie nach Zeng's Klassiker⁶ Schäden (in Verbindung damit), schwanger zu sein. Wenn das Blut stagniert und zeitweilig stoppt, entstehen im Unterbauch Druckgefühle und Schmerzen und Hitze im unteren (Teil des Körpers) mit Harnverhaltung. (Die Frau) hat Hitze in den Handtellern, sie ist unruhig und ihre Lippen und der Mund sind trocken. Wenn dann noch Kälte in den Unterbauch kommt, kann sie für eine lange Zeit nicht schwanger werden.

Dan Pi

Er Jiao (zerbrochen und geröstet)

Dang Gui (entferne den Schilf)

Ren Shen (entferne den Schilf)

Chuan Xiong

Rou Gui (entferne die dicke Haut)

Gan Cao (geröstet)

Shao Yao alle Anteile jeweils zu 2 Liang

Ban Xia (2 ½ Liang im kochendem Wasser gewaschen)

Wu Zhu Yu (3 Liang)

Mai Men Dong (den Kern entfernt, 5 ½ Liang)

Am besten macht man ein grobes Pulver, jede Dosis beträgt 3 Qian. Nimm noch eine kleine Tasse Wasser mit 5 dünnen Scheiben frischem Ingwer und koche dieses auf 8 Teile herunter. Entferne die Rückstände und nehme die Medizin vor den Mahlzeiten mit leerem Magen ein

⁶ *Zeng Ruo Xu* 曾若虛: ein berühmter daoistischer Arzt aus der Song-Dynastie, der besonders für seine erfolgreichen Behandlungen bei Frauen bekannt war.

Erläuterungen:

In dem 6. Kapitel des *Nüke Baiwen* werden zum ersten Mal Krankheiten der verheirateten Frau diskutiert und ihre Behandlung mit Kräuterrezepturen erklärt. Dabei zeigen sich die Störungen in der Menstruation zunächst als Dissonanzen zwischen den grundlegenden Prinzipien Yin und Yang. Yin und Yang sind nicht aufeinander eingestimmt, sie kämpfen mit einander, anstatt sich zu ergänzen. Die zwei Grundmuster sind:

1. Das Yang-Qi besiegt das Yin: die Regel kommt zu früh und die Blutung ist zu heftig;
2. Das Yin-Qi besiegt das Yang: die Regel kommt zu spät und die Blutung ist zu spärlich;

Yīn Qì 陰氣 im Übermaß bedeutet auch Kälte und lässt das Blut gefrieren. Die Regel kommt dann verzögert oder gar nicht, *Yáng Qì* 陽氣 im Übermaß bedeutet auch Hitze und lässt das Blut überkochen. Die Regel kommt dann zu früh und sturzartig. Mit diesen zwei Mustern werden die verzögerte und die zu frühe Menstruation auf der allgemeinsten Ebene von Yin und Yang und Qi und Blut erklärt!

Die Therapie basiert, wie überhaupt in der Song-Zeit schwerpunktmäßig,⁷ vorwiegend auf der Bencao-Tradition, also auf Kräuterrezepturen. Beim Lesen erstaunt die Akribie und Vielfalt, mit der die einzelnen Bestandteile behandelt werden, bevor sie appliziert werden.

Diese Feinheiten in der Erstellung und Zubereitung der Rezepturen erscheinen derartig subtil, dass dahinter eine hohe Kunstfertigkeit zu vermuten ist. Verglichen mit der Art und Weise, mit der heutzutage oft chinesische Kräuter angewendet werden, ist, erscheint dies oberflächlich und undifferenziert.

⁷ Die Song-Dynastie (960-1279 n. Chr.) hat eigentlich nur wenige Akupunktur-Klassiker hervorgebracht. Zu erwähnen sind das *Tong Ren Shu Xue Zhen Jiu Tu Jing* 銅人輸穴鍼灸圖經 (Klassiker mit Abbildungen der Akupunkturpunkte am Bronzemenschen), 1027 von *Wang Wei Yi* und das *Zhen Jiu Zi Sheng Jing* 鍼灸資生經 (Der lebensbewahrende Klassiker der Nadel- und Moxa-Therapie) des *Wang Zhi Zhong*, 1220. Im Zuge der Neuformierung des Konfuzianismus entwickelte sich in der Song-Zeit auch in der Medizin eine Neuorientierung in Richtung auf Bürokratisierung und Qualitätssicherung; diese war zwar gelehrtengeprüft und von der Obrigkeit abgesegnet, mangelte aber an wirklichen Innovationen und daoistischen Freigeist. Die Anpassung an das System stand nun im Vordergrund, d. h. für die verheiratete Frau ihre Gebärfähigkeit und für den Ehemann seine Karriere im Beamtenstaat. In dem Sinne waren auch die Bücher dieser Zeit konzipiert: Kompendien aus den Werken vergangener Dynastien, systematisch aufbereitet als Gelehrtenmedizin, die geordnet Wissen vermittelte, ohne neue Erkenntnisse zu bieten..

Wie viel Wirksamkeit mag wohl verloren gehen, wenn die hier beschriebene Vor- und Zubereitung der Drogen kaum oder gar nicht eingehalten wird? Dies zu beurteilen ist Aufgabe von Berufeneren und Experten der chinesischen Kräutertherapie. Sie werden auch einschätzen können, inwieweit die angegebenen Rezepte noch heute eine praktische Relevanz haben.

Das 6. Kapitel des *Nüke Baiwen* schließt mit dem lapidaren Satz: wenn es gelingt, Yin und Yang harmonisch einzustimmen und so Qi und Blut in Ausgewogenheit zu bringen, dann kehrt Ruhe ein und alles wird gut. Das Glück für die Frau ist zum Greifen nahe. Denn wenn sie ihre Regel gleichmäßig und ohne Behinderung bekommt, sind ihre Chancen, schwanger zu werden, ungleich größer. Dann hat ist ihre gesellschaftlich vorgegebene Rolle erfüllt und ihre Position in der Familie abgesichert. Denn Kinder zu kriegen war und ist die vornehmste Aufgabe der verheirateten Frau in der Song-Dynastie.

Udo Lorenzen
Projensdorfer Str. 14
24106 Kiel
0431 – 330303
Email: u.lorenzen@ki.comcity.de
Web: www.zhenjiu.de