



Institut für
Chinesische Medizin
DRK Kreisverband Bremen e.V.

TCM-Heilkräuter können bei der Prävention und Behandlung von Covid-19 einen großen Beitrag leisten.

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) kann – begleitend zur westlichen Medizin – bei der Behandlung und Prävention einer Covid-19 Erkrankung viel beitragen.

In China wurde während der Pandemie - neben den strikten Maßnahmen wie Quarantäne, Desinfektion, Kontaktbeschränkungen und Ausgangssperren - auch auf eine **starke Integration von westlicher und Traditioneller Chinesischer Medizin** gesetzt.

Mittlerweile gibt es eine **Meta Studie**, in der die bisher zur Verfügung stehenden wissenschaftlichen Untersuchungen zum Thema **TCM und Covid-19** ausgewertet wurden. Die Autoren des Forschungsteams aus der *University of Traditional Chinese Medicine* in Shanghai kamen zu dem Schluss, dass die Behandlung mit TCM in China entscheidend zur Eindämmung des Virus beigetragen hat:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S094471132030129X>

Mittlerweile finden Sie auf der Seite mehrere Studien zum Thema **TCM und Covid-19**.

Unter anderem zeigt sich, dass es bei Patienten, die - zusätzlich zu den schulmedizinischen Therapiemöglichkeiten - **TCM Kräuterrezepturen** verabreicht bekamen, zu einem **Rückgang des Schweregrades der Symptomatik sowie der Sterblichkeitsrate kam**.

Darüber hinaus macht es natürlich ebenso Sinn, **TCM Kräuter präventiv** einzusetzen, nämlich, um das **Immunsystem zu stärken** und somit vorzubeugen, dass es im Falle einer Covid-19-Infektion überhaupt zu einem schweren Verlauf kommt.

Wie immer in der TCM, werden die Kräuterrezepturen **individuell und anhand einer chinesischen Diagnosestellung von einem TCM Arzt/Therapeuten** ausgearbeitet.

Es gibt **unterschiedliche Rezepturen**, die im Falle einer Erkrankung eingesetzt werden können. Hierbei unterscheidet der TCM Arzt – abhängig von den jeweils bestehenden Symptomen, sowie der Puls- und Zungendiagnose - ob es sich nach den TCM Kriterien zum jeweiligen Zeitpunkt, an dem der Patient gesehen wird, eher um eine Ansammlung von **Feuchtigkeit, Hitze, Wind-Hitze, Hitze-Toxine oder um feuchte Hitze in der Lunge** handelt (in den meisten Fällen liegt bei einer Covid-19 Infektion eines dieser

Institut für Chinesische Medizin, DRK Kreisverband Bremen e.V.
Friedrich-Karl-Str. 55, 28205 Bremen, Tel.: 0421/699 139-0



Ungleichgewichte vor) oder ob eher eine „Kälte-Komponente“ vorliegt. Zudem wird auch berücksichtigt, in wie weit der Körper geschwächt ist (Lungen-, Milz-Qi-Schwäche) oder ob eher eine „Fülle-Symptomatik“ vorliegt, - um nur eine Auswahl der möglichen chinesischen Diagnosen bei einer Covid-19-Infektion zu beschreiben.

Entsprechend wird auch bei der **präventiven Anwendung der TCM-Kräuter** (sowie auch beim **Post-Covid-Syndrom**) genau geschaut, welche Konstitution der Patient hat, d.h., ob z.B. eher das **Qi, das Yin oder das Abwehr-Qi gestärkt** werden muss oder ob auch hier ein Zuviel an Feuchtigkeit, Hitze oder Kälte ausgeleitet werden muss.

So ist man im Falle einer Infektion besser „gerüstet“ - auch wenn es natürlich keine Garantie dafür geben kann, ob man sich nicht dennoch mit dem Virus infiziert bzw. wie ausgeprägt der Verlauf sein wird.

Ein Großteil unserer Patienten berichtet z.B. immer wieder - und dies auch schon vor der Pandemie -, dass sie, seitdem sie bei uns in Behandlung sind und die TCM- Kräuterezepturen regelmäßig trinken, keine oder deutlich weniger Infektionen haben, wenn sie zuvor beispielsweise jedes Jahr mehrmals an Infekten der Atemwege oder des Magen-Darmtraktes erkrankt waren.

Nach unserer Erfahrung gibt es **viele Faktoren**, die Einfluss auf einen entweder milden oder aber auch einen schweren Verlauf haben können. Dazu gehören neben einer guten, gesunden **Ernährung und Lebensführung insbesondere auch psychische Faktoren, Stress und Ängste**.

Es gibt viele Wege zur Gesundheit – die TCM ist in jedem Fall ein bedeutender Weg.