



Naturheilpraxis Andrea Brockmann

Fachpraxis für Traditionelle
Chinesische Medizin und
Schmerztherapie
Qi Gong – und Tai Chi Kurse

Informationen zur Kräutertherapie

1. Grundlagen
2. Darreichungsformen
3. Stärken
4. Risiken
5. Einnahme

1. Grundlagen

Seit 2000 Jahren und länger wird die genaue Wirkung von Kräutern auf den menschlichen Organismus erforscht.

Das Ziel ist es den Körper wieder ins Gleichgewicht und die Energien wieder in Fluss zu bringen. Ein Zuviel wird reduziert, ein Zuwenig aufgefüllt. Hierbei werden die Beziehungen der 5 Organpaare untereinander und die Prinzipien des Yin und Yang beachtet.

Jede, der teilweise über 1000 Jahre alten Rezepturen ist in ihrer Wirkweise und Indikation genauestens beschrieben und sehr ausgewogen zusammen gesetzt um eine gute Verträglichkeit bei guter Wirksamkeit zu gewährleisten. Auch die modernen Präparate und Rezepturen orientieren sich an diesem hohen Qualitätsanspruch.

2. Darreichungsformen

Die Kräuterpräparate werden nach einer genauen Anamnese, speziell für den Patienten, zusammengestellt. Zumeist werden sie in Form von gemahlten Kräutern, als Tee verschrieben, es gibt aber auch Fertigpräparate in Kapsel-, Tabletten- oder Tropfenform, die sehr gute Wirkung zeigen.

3. Stärken

Da die einzelnen Präparate sehr individuell auf den Patienten abgestimmt werden, zeigen sie zumeist eine sehr gute Wirkung bei nur sehr selten auftretenden unerwünschten Begleiterscheinungen. Durch die Fertigpräparate besteht auch im Berufsalltag die Möglichkeit, die Kräutertherapie durchzuführen.

4. Risiken

Wie bei allem, was in und an den Körper gelangt, kann es auch in der Kräutertherapie zu Unverträglichkeiten und unerwünschten Reaktionen kommen. **Bitte kontaktieren Sie mich in solchen Fällen umgehend und setzen Sie das Präparat sofort ab.**

5. Einnahme

Beginne: für 2 -3 Tage

- 1 gehäufte Messlöffel auf
- 1 Tasse kochendes Wasser
- 1 x täglich, am besten vormittags

Weitere Einnahme:

Steigere selbständig, ebenfalls alle 2-3 Tage auf bis zu 2 x 2 gehäufte Messlöffel (1 x vormittags, 1 x nachmittags je 1 Tasse)

Achtung:

stärkende Präparate nicht während eines Infektes nehmen.
Bei ginsenghaltigen Präparaten kann eine zu späte Einnahme zu Schlafstörungen führen.

Bei unklaren Reaktionen bitte anrufen!

Sollten Sie noch Fragen haben oder etwas Ungewöhnliches nach der Therapie an sich bemerken, zögern Sie nicht mich zu kontaktieren.

**02382/7043299 oder 0152 0234 7893
naturheilpraxisbrockmann@t-online.de**