



Naturheilpraxis Andrea Brockmann

Fachpraxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Schmerztherapie

Qi Gong – und Tai Chi Kurse

Newsletter 09-2016 Herzgeschehen



Die Sommerzeit ist die Phase im Jahr, die besonders gut, aber auch besonders gefährlich für das Herz ist.

Um dies erklären zu können, schauen wir zunächst einmal auf die Funktionen, die dem Herzen nach der Chinesischen Medizin zugeordnet sind.

Zu den Herzfunktionen gehören vor allem die Blutbildung, aber auch der klare Verstand, der Schlaf, die Freude und die Sprache.

Da die letztgenannten Funktionen im engen Zusammenhang mit der vorhandenen Blutmenge stehen, nachfolgend die Blutbildung in Kurzform.

Die Niere liefert dem Herzen Wärme, Energie (2 Sorten) und Körperflüssigkeiten, die Lunge reicht noch ein wenig Nahrungsenergie vom Verdauungssystem weiter. Das Herz rührt um und fertig ist die Blutsuppe.

Diese muss immer eine bestimmte Konsistenz haben, also nicht zu dick und nicht zu dünn sein um einen gleichmäßigen Fluss durch die Adern gewährleisten zu können.

Fehlen die notwendigen Rohstoffe oder die Energie für die Weiterverarbeitung in der Niere, wird das Herz unterversorgt und die Blutproduktion läuft auf Sparflamme.

Fehlen jetzt eine oder mehrere Komponenten, bzw. sind nicht im ausreichenden Maße vorhanden, so hat das oft körperlich spürbare Auswirkungen.

Bei einem leichten Energie-/Qi-Mangel z.B. macht sich das Herz mit Palpitationen bemerkbar. Darunter versteht man das spürbare Klopfen des Herzens, einen in der Brust wahrnehmbaren Herzschlag.

Beim Schwitzen verlieren wir Körperflüssigkeiten/Yin. Dieses fehlt dann bei der Blutproduktion, die im Körper vorhandene Blutmenge sinkt, was dann wieder Folgeerscheinungen im Körper nach sich zieht. Dies können z.B. Schlafstörungen sein, Vergesslichkeit, fahle Blässe.

Andrea Brockmann
Heilpraktikerin

Dolberger Str. 61
59229 Ahlen
Naturheilpraxisbrockmann@t-online.de
Termine nach Vereinbarung

02382/7043299
www.naturheilpraxisahlen.de



Naturheilpraxis Andrea Brockmann

Fachpraxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Schmerztherapie

Qi Gong – und Tai Chi Kurse

Wenn nun aber wenig Blut und damit auch weniger Qi/Energie durch Adern und Meridiane fließt, kann es schneller zu Stauungen im Fluss kommen. Diese verursachen dann Schmerzen und es kann zu einer Überhitzung des Körpers kommen.

Die Überhitzung kann natürlich umso stärker und schneller eintreten, je heißer es ist.

Bei einem bereits geschwächten Herz führt dies dann unter Umständen zum Herzstillstand.

Andere Faktoren, die stark auf das Herz einwirken sind Liebe und Liebeskummer.

Wenn sich ein Mensch frisch verliebt ist oder Liebeskummer hat, so wird das Herz unzureichend mit Qi/Energie versorgt, was dazu führt, dass das Herz oft „bumpert“.

In Verbindung mit der oft anzutreffenden Appetitlosigkeit führen beide Zustände zu einem Blutmangel.

Herzgeschehen sind insgesamt sehr komplex und basieren in der Regel nicht nur auf einer Schwäche, sondern auch zumeist an einem Zuviel oder Ungleichgewicht von Yang/Wärme-Trockenheit und Yin/Kühl-oder Körperflüssigkeit.

Die Chinesische Medizin kann zur Vorbeugung und zur Begleittherapie eingesetzt werden. Im Notfall ist allerdings immer der Arzt gefragt.

Als Vorbeugemaßnahme empfiehlt es sich auf eine gute Ernährung im Sinne der Chinesischen Ernährungslehre zu achten und sorgsam mit den eigenen Energiereserven umzugehen.