© jozefklopacka/Adobe Stock

Multicompounds

Die Kraft tibetischer Vielstoffmedizin

Die Traditionelle Tibetische Medizin (TTM) ist in Deutschland zwar nicht so bekannt wie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), sie stellt aber ein ebenso umfassendes System naturheilkundlicher Diagnose- und Therapieverfahren dar, das bei vielen unterschiedlichen Krankheitsbildern zum Einsatz kommt, so auch bei Covid-19.

Von Gabriele Feyerer, Steiermark, Österreich

Von Autor unbekannt - Roy Willis et al.: World Mythology. p. 102. Hery Holt & Co., New York 1996, Gemeinfrei, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=8320603

Coronaviren sind da (das waren sie immer) und in Varianten werden sie auch künftig eine gewisse Rolle spielen, doch ist das ein Grund zur Dauerpanik? Die Antwort lauter per se schon: Nein! Wussten Sie aber, dass es ein spezielles medizinisches Regelwerk aus der tibetischen Himalaya-Region (auch als „Dach der Welt" bezeichnet) gibt, das schon im 12. Jahrhundert davon sprach, dass viele der darin beschriebenen Pflanzenrezepturen uns in ferner Zeit Auswege aus bedrohlichen „Seuchen" bieten würden? Die Rede ist von den „Vier Tantras" der tibetischen Medizin, genannt „rgyud bzhi" (gesprochen: Gyü-schi), dem Basiswerk der alten traditionell tibetischen „Schulmedizin". Aus ihrem Kräuterschatz fanden einige Rezepturen auf spannende Art ihren Weg über Asien bzw. Osteuropa bis in die Schweiz und sind nun in verlässlich geprüfter Qualität unter dem Begriff „Padma" seit mehr als 50 Jahren in Teilen Europas sowie Übersee erhältlich.

Tibetische Medizin als Impulsgeber in schwierigen Zeiten

Die etwa im siebten bis achten Jahrhundert nach Christus gegründete Traditionelle Tibetische Medizin (TTM) vereinigt in sich indisch-ayurvedische, chinesische, persische und altgriechische Quellen, wie auch das Wissen der alten schamanischen Bön-Tradition. Es ist eine Konstitutionsmedizin, die auf Erhaltung der systemischen Harmonie im Organismus baut. Jede Störung dieses dynamischen Gleichgewichts führt zu Krankheiten und Grundlage jeder Behandlung ist das Setzen vielfältiger, vor allem pflanzlicher Heilimpulse. Die TTM gehört zu den ältesten Naturwissenschaften der Erde und ist bekannt als „Sowa Rigpa" – Das Wissen vom Heilen. Heute ist sie, nachdem Seine Heiligkeit der 14. Dalai Lama 1959 vor der chinesischen Invasion von Tibet nach Dharamsala in Nordindien fliehen musste, eine Medizin im Exil. Gerade deshalb kann jedoch auch der Westen nun ihren künftigen Kurs mitbestimmen und die Forschung hat weltweit die Chance, ihr Potenzial zu nutzen, was S. H. der Dalai Lama sehr befürwortet.

Bereits 1998 fand ein erster Weltkongress für Tibetische Medizin in Washington D.C. statt, der „Die Weisheit des Medizin-Buddha Shakyamuni" über 1600 weltweite Experten und Laien zusammenführte. Vor allem die spezielle tibetische Pflanzenmedizin hat sich zu einem interessanten Forschungsgebiet der Systembiologie entwickelt. Es handelt sich dabei um intelligent komponierte Vielstoffarzneien (engl. Multicompounds), basierend auf Pflanzen, plus teilweise mineralische Komponenten, die sich in ihrer Gesamtwirkung gegenseitig wie ein feines Netzwerk unterstützen (Synergismus), wodurch sie zugleich unerwünschte Effekte herunterregeln (Antagonismus) und harmonisierend auf den gesamten Organismus einwirken. Da hier unterschiedliche Einflussebenen bedient werden und die Wirkung an vielen Zielorten (Multi-Target-Prinzip) im Körper ansetzt, sind die Effekte breit gefächert, aber dennoch wissenschaftlich am Gesamtpräparat gut bestimmbar. In Zeiten einer Virus-Pandemie können genau diese Eigenschaften entscheidende Vorteile bieten. Tibetische

Vielstoffarzneien, wie sie im Westen zugelassen sind, bestehen meist aus drei bis 50 Zutaten in jeweils geringer Dosierung. Damit stehen sie im Gegensatz zu üblichen hochdosierten westlichen Monopräparaten aus Pflanzen. Auch Forschung muss mit dem Gesamtpräparat durchgeführt werden, da nur dieses in seinem vollen Spektrum die gewünschte Wirkung erbringt, wie Jahrhunderte der praktischen Anwendung gezeigt haben. Es ist wie bei einem Kunstwerk mit vielen kleinen Pinselstrichen, die erst in ihrem Zusammenspiel ein fertiges Bild ergeben. Gerade in heutiger Zeit verlangen multifaktorielle Leiden auch multimodale – wenn möglich pflanzliche – Lösungsansätze.

Mikroorganismen und Milieutheorie

Die neuen Forschungen zur menschlichen Darmflora (Mikrobiom) hatten vor Corona bereits an Fahrt aufgenommen. Trotzdem scheint es, als bestünde wenig Interesse, dieses Wissen jetzt sinnvoll zu nutzen. Wir sollten uns daran erinnern, dass Mikroorganismen seit Äonen unsere stummen Begleiter auf dem Weg der Evolution waren und es auch künftig sein werden. Man kann und soll einen Virus nicht in den Käfig sperren, um ein Mutieren zu verhindern, weil genau das seine Wirkung regelmäßig abschwächt. Dies ist inhärente Logik, denn der Wirt muss überleben, damit das Virus überlebt! Sehr wohl aber kann man den Körper bestmöglich auf Gefahren vorbereiten und ihnen weitgehend den Boden entziehen. Besonders in der asiatischen Medizin gilt: *„Don't invite the enemy!"* (Lade den Feind nicht ein!), weshalb die Krankheitsvorbeugung und der Erhalt eines harmonischen körperlichen und seelisch-geistigen „Milieus" an erster Stelle stehen. Sprich: Das Kind retten, bevor es in den Brunnen gefallen ist! Schon aus dem alten China ist ja bekannt, dass Ärzte nur bezahlt wurden, solange ihre Patienten gesund blieben und so manch ein Leibarzt verlor sein Leben, wenn der Kaiser krank wurde. Doch zu echter Vorbeugung gehört nicht bloß, wie im Westen üblich, die Suche nach allerlei Symptomen, sondern es gilt, aktiv etwas für ein gesundes Immunsystem zu tun, das wiederum in erster Linie von einem starken „Verdauungsfeuer" (tibetisch: Medrod, gesprochen: Metö) abhängt. In China spricht man von der „gesunden Mitte", im Ayurveda von einem starken „Agni". Der Westen realisiert noch nicht sehr lange, warum sich 80 Prozent unserer Immunzellen im Darmtrakt befinden, obwohl schon altgriechische Ärzte konstatierten: Der Tod sitzt im Darm! Also muss dort auch der Schlüssel für ein gesundes Leben zu finden sein. Gerade die heute so massiv vorhandenen Allergien und Intoleranzen auf Lebensmittel zeigen deutlich, wie schlecht es unserem „Bauch" häufig geht. Ist ein solcher „Reizdarm" schon im Vorfeld durch diverse Belastungen geschädigt, die ihrerseits zu Schäden, etwa zu großer Durchlässigkeit („Leaky gut") und ständigen Mikroentzündungen der Schleimhaut führen, hat er viel weniger Kraft, Infektionen wirksam zu bekämpfen. Nicht zuletzt deshalb würde jeder tibetische Arzt nachfragen, wie ein Patient lebt, sich verhält, was er/sie isst oder trinkt und ob die Verdauung funktioniert – egal an welchen Symptomen die Kranken leiden. *„Das Milieu ist alles, das Virus ist nichts!"* mag übertrieben klingen, doch im Kern ist diese Botschaft absolut wahr.

Die Landschaft seiner Mikroben ist für den Menschen und seiner Gesundheit heute ebenso lebenswichtig wie

Tibetische Vielstoffarzneien, wie sie im Westen zugelassen sind, bestehen meist aus drei bis 50 Zutaten in jeweils geringer Dosierung.

Gerade in heutiger Zeit verlangen multifaktorielle Leiden auch multimodale – wenn möglich pflanzliche – Lösungsansätze.

damals. Die antiseptische Denkweise, wonach man Bakterien, Viren, Pilze und andere Organismen massiv chemisch unterdrücken oder „ausrotten“ muss, ist illusorisch und kurzsichtig, denn es kommt auf den jeweiligen Menschen an, der mit ihnen konfrontiert wird. Nicht nur in Brasilien zeigen sich plötzlich Fälle einer Infektion mit dem „Superpilz“ Candida auris, die mehrheitlich zum Tod führen. Dieser Pilz reagiert auf so gut wie keine verfügbare Behandlung, weil er sich für seine Ausbreitung nun eben ein stark geschädigtes „Milieu“ im Organismus zunutze macht. Gerät man biochemisch und zugleich auch psychisch aus dem Gleichgewicht, haben Angreifer besonders leichtes Spiel. Unsere Gesundheit – das erkannten alle traditionellen, also auch asiatische Medizinsysteme ganz richtig, beruht immer auf einem fließenden Gleichgewicht. Jede Störung dieser empfindlichen Balance erzeugt Leiden, wobei die psychischen Folgen eine Hauptrolle spielen. Unser Immunsystem wurde nun etwa dank Corona Tag für Tag über die gezielte Verbreitung von Angst und Panik durch ignorante Regierungen und gelenkte Mainstreammedien, durch die Reduktion sozialer Kontakte, Bewegungseinschränkungen und negative Essgewohnheiten im stressreichen Home-Office oder Home-Schooling nachhaltig geschädigt. Seit Jahrzehnten weist hier die Psycho-Neuro-Immunologie auf die Schwächung unseres Abwehrsystems durch seelischen Stress und Ängste hin. Für die tibetische Medizin steht das Kippen der seelisch-geistigen Befindlichkeit sogar am Anfang jeder Gesundheitsstörung – man spricht von den drei Geistesgiften: Gier (Anhaftung), Hass und Verblendung – insgesamt ist der Mensch laufend ein Opfer seines übersteigerten Egos und ungezügelter Emotionen.

Elemente-Lehre und Wirkprinzipien

Nach tibetischer Medizinlehre besteht alles im Universum aus den „Elementen“ Wasser, Feuer, Erde, Luft und „Raum“. Alles interagiert mit allem und formt ein Abbild dieser Welt. In uns wirken diese Elemente durch die drei Körperenergien Lung (Wind), Tripa (Galle) und Beken (Schleim). Der westliche Verständnisrahmen ist hier nicht anwendbar, es handelt sich um gedachte Wirkprinzipien, wie sie auch von den altgriechischen Ärzten oder in der sogenannten „Hildegardmedizin“ diagnostisch und heilerisch interpretiert wurden. Vor allem chronische Leiden entstehen auf dem Boden verschiedenster negativer Einflüsse, die über längere Zeit auf den Organismus eingewirkt haben (Common Soil-Theorie). So ist etwa das Metabolische Syndrom (hohe Blutfettwerte, starkes Übergewicht, Bluthochdruck etc.) eine der Grundlagen für später auftretende Gefäßschäden, von Diabetes Typ 2, für diverse Autoimmunerkrankungen (AIE) bis hin zu Krebs. Mangelhafte Ernährung, Rauchen, Alkohol, zu wenig Schlaf, Bewegungsmangel (aber auch exzessiver Sport), Strahlungsquellen (EMF und Mobilfunk – ganz besonders durch 5G) sowie emotionaler Dauerstress vergrößern die Gefahr negativer Folgen. Käme dazu noch eine (Corona) Infektion, kann sich der Organismus verständlicherweise kaum noch wehren, weil das Immunsystem aus anderen Gründen bereits am Boden liegt. In diesen Fällen haben sich komplexe tibetische Pflanzengemische schon als überaus nützlich erwiesen. Sie agieren nämlich als Teil eines Netzwerkes, das helfen kann, unser ganzes „Körpermilieu“ zu stärken und einen fatalen Infektionsverlauf mit all seinen Folgeschäden, die nun häufig als „Long Covid“ im Gespräch

© Sutipond/Adobe Stock

sind, möglichst zu verhindern. Es treten dabei chronische Entzündungen, extreme Müdigkeit (Fatigue Syndrome) und zudem psychische Folgen wie Ängste oder Depressionen deutlich hervor. Etwas, das wir schon als „Burnout“ zur Genüge kennen, nur wurde es selten ausreichend ernst genommen. Die Anwendung tibetischer pflanzlicher Netzwerkarzneien ist hier äußerst sinnvoll. Sie sind sehr gut verträglich und praktisch nebenwirkungsfrei. Die schonend getrockneten, sonst aber völlig naturbelassenen Vielstoffgemische bergen in sich das über Jahrtausende erworbene Praxiswissen traditioneller Medizinexperten aus der Himalaya-Region. Eine aufstrebende Systemwissenschaft kann sie mühelos in das zukunftsfähige Netzwerk einer integrativen Ganzheitsmedizin einfügen, denn sie ergänzen westliches Heilwissen auf ideale Weise. Nur ganzheitliches Handeln und die Erforschung der wahren Ursachen, kann die Zukunft einer menschenwürdigen Medizin sein!

Infektionen und die Entzündungskaskade

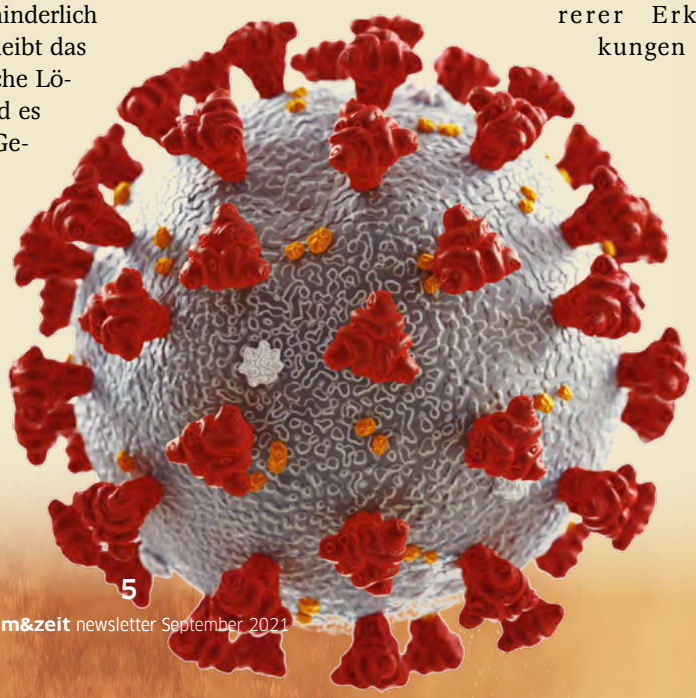
Schon vor Corona war klar, dass die meisten heutigen „Zivilisationskrankheiten“, von Krebs und Arteriosklerose über Allergien oder Asthma bis hin zu Depressionen, chronische Entzündungen im Körper zur Grundlage haben, die lange still und auf niedrigem Niveau ablaufen („Low Level- oder Silent Inflammations“). Sie erzeugen wie ein glimmendes Herdfeuer, primär durch die Wirkung freier Sauerstoffradikale, im Körper unweigerlich große Schäden. Bereits auf diesem Gebiet wurde in den letzten Jahrzehnten das ausgleichende Potenzial komplexer pflanzlicher Netzwerkarzneien nach tibetischem Vorbild offenbar.

Ein Mittel gegen Coronaviren muss laut einschlägiger Wissenschaftsmeinung ganz exakt bestimmbare Eigenschaften aufweisen und diese Lobby ist fest entschlossen, durch nano- und gentechnische Verfahren sowie exzessives Herumprobieren an Mensch und Tier einen Schlüssel zum „bösen“ Virenschloss zu finden, der es wunschgemäß auf- oder zusperrt. Hier ist vernetztes Denken störend, weil es für eine „smarte“ Forschung hinderlich ist. Die Patentierung von Einzelsubstanzen bleibt das eigentliche Ziel und man wünscht sich einfache Lösungen für komplexe Probleme. Doch so wird es nie funktionieren, ohne damit immer neue Gefahren auf den Weg zu bringen – man prolongiert damit bloß den „Irrtum des Irrtumkorrigierens“: sinnbefreite Endlosforschung ohne nachhaltigen Zweck. Wohin diese Hybris führt, ist kritischen Individuen längst klar und es scheint, als wollten die Akteure dieses Perpetuum Mobile aus Schäden auch gar nicht klug werden, weil es um ganz andere Motive, als unsere Gesundheit geht. Forschung mutiert im Westen gerne zum lukrativen Selbstzweck.

Akute Entzündungen, etwa aufgrund von Infektionen, sind eigentlich schon eine Heilreaktion, machen daher grundsätzlich Sinn – die Frage ist im Einzelfall, wie weit sie ausufert. Der zu Beginn steile Anstieg von Entzündungsmediatoren wie proinflammatorischen Zytokinen („Zytokinsturm“) ist auch im Fall von Covid die Hauptgefahr. Diese anfangs heftige Immunreaktion sollte nämlich nach getaner Arbeit (kurzzeitig meist hohes Fieber) mittels Regulatorzellen wieder heruntergefahren und der entstandene „Zellabfall“ nach und nach durch Fresszellen entsorgt werden. Passiert das nicht, tritt entweder durch zu große Belastung der Tod ein oder das Geschehen wird chronisch (in Form von „Long Covid“). Statt hier nur auf chemisch-technische Eingriffe in dieses absolut sinnvolle Körperkonzept zu setzen, muss in allen Stadien der Entzündung eine gut durchdachte, möglichst natürliche Unterstützung erfolgen. Tibetische pflanzliche Netzwerkarzneien leisten hier Bemerkenswertes, indem sie helfen, die Entzündungskaskade zu modulieren und auch die Fresszellen zur nachfolgenden Reinigung und Entgiftung quasi zu ermuntern. Vor allem die gestörte Funktion unserer „Zellkraftwerke“, der Mitochondrien, muss nach Infektionen wieder hergestellt werden, indem entstandener „Müll“ über den Darm, Leber und Nieren ausgeleitet wird. Optimal wäre es, schon vorbeugend für eine Stärkung und Harmonisierung des Organismus zu sorgen, denn das ist die vielleicht wichtigste Besonderheit komplexer, tibetischer Pflanzenformeln: Sie helfen dabei, dass Krankheiten und Infektionen erst gar nicht entstehen – dies tun sie, ohne gesunde Zellen zu schädigen. Die beschriebene Breitenwirkung zeigte sich unter anderem in einer Genexpressionsanalyse der medizinischen Universität Innsbruck.

Bei Covid nur auf Impfungen setzen?

Ziel ist es an dieser Stelle nicht, ein Pauschalurteil über Impfungen abzugeben, sinnvolle Aufklärung aber höchst nötig. Erste Versuche, einen Impfstoff gegen SARS-CoV-1 zu finden, scheiterten regelmäßig daran, dass sie das Risiko schwererer Erkrankungen und



© Aldeca Productions/Adobe Stock

Todesfälle nach einer Infektion sogar noch erhöhten. Ursache waren sogenannte infektionsverstärkende Antikörper (ADE – antibody dependent enhancement), die in seltenen Fällen nun auch bei Kindern ein ernstes systemisches Entzündungs-Syndrom (MIS-C) auslösten. Was daher kein Grund ist, ihnen pauschal einen Impfstoff zu verabreichen, von dem völlig offen ist, was er in ihrem späteren Leben anrichten könnte.

Gegenüber angedachten oder schon realisierten Impfzwängen verfügt eine über Jahrtausende bewährte und mittlerweile gut erforschte, asiatische Pflanzenmedizin in ihrer Komplexität über ein Potenzial, das bewusst ins Abseits gedrängt wird. Länder wie China oder Indien haben schon zu Beginn dieser Pandemie nicht gezögert, altes traditionelles Heilwissen sofort ergänzend einzusetzen. In China wurden bestimmte TCM-Pflanzenmischungen an Personen ausgegeben, die an vorderster Corona-Front agierten und diese Anwendung wurde zweifellos für die Zukunft dokumentiert. In Indien wird das Heilsystem des Ayurveda selbstverständlich in jede Covid-Behandlung einbezogen und sogar die Homöopathie hat dort historisch bei früheren Epidemien (zum Beispiel Cholera) ihren Wert bewiesen und sich seither, zum Beispiel in Form der Banerji-Protokolle, auf Wissenschaftsniveau fortentwickelt (hier fehlt es im Westen nicht an Erfolgen, jedoch leider an Veröffentlichungen). Auch in Mittel- und Südamerika, besonders aber in Afrika, wurde die örtliche traditionelle Pflanzenmedizin stets erfolgreich hochgehalten, während man sich in Europa nun gegen jedes Wissen sperrt, das über die neuen gen- und nanotechnischen Verfahren (die in Wahrheit gar keine Impfungen, sondern ein schlichter Menschenversuch sind) hinausgeht. Aggressive Medienkampagnen über Impfungen suggerieren eine Sicherheit, die nicht existiert. Mittlerweile ist klar, dass Corona-Impfungen keine sterile Immunität erzeugen und Geimpfte das Virus genauso weitergeben. Ob sie im Ernstfall weniger schwer erkranken, dafür existieren keine Beweise. Warum wohl zeigt China absolut kein Interesse an mRNA-Impfstoffen? Doch zurück zur vernetzten Pflanzenpower:

Die Effektivität tibetischer Pflanzenformeln

Wie erwähnt, liegt die spezielle Wirkung komplexer Pflanzengemische bei akuten Infektionen darin, dass sie Entzündungen nicht nur rasch und ohne Behinderung ablaufen lassen, sondern das Immunsystem auch ausbalancieren und wieder in einen Zustand natürlicher Effektivität bringen können. Das macht sie nicht nur wertvoll in der Vorbeugung (Prävention), sondern auch wirksam in der Nachbehandlung jedes Infektionsgeschehens. Mit Einzelpflanzen oder Extrakten ist eine so umfassende Intervention nicht machbar – sie ergibt sich erst durch das Zusammenspiel der vielen Pflanzenteile und Mine-

© wusuowei/Adobe Stock

ralien, wobei diese stets nur in geringen Mengen enthalten sind. Die natürliche evolutionäre Intelligenz jeder Pflanze als solche macht den Effekt möglich. Ein weiterer Vorteil liegt darin, dass auch Variationen historisch belegter Grundrezepturen dieselbe Heilwirkung entfalten. Man ersetzt dann einzelne Bestandteile durch andere von ähnlicher Art und Wirkung, etwa um keinen Raubbau an seltenen Pflanzen zu betreiben. Dies ist gerade im Klimawandel oder bei der Störung weltweiter Handelsketten ein großer Vorteil, den die Tibetische Medizin schon aufgrund begrenzter Ressourcen in diesem fernen Hochland immer für sich nutzte. In den „Vier Tantras" werden 84 000 mögliche Gesundheitsstörungen beschrieben, die gemäß den beschriebenen Wirkkräften als heiß, kalt oder eine Kombination aus beidem klassifiziert sind. Jede Pflanze wirkt zugleich durch ihre inhärenten Eigenschaften erhitzend oder kühlend auf den Organismus, kann also „hitzige" Krankheiten (wie Fieber oder Entzündungen) dämpfen oder bei „kalten" Störungen das Verdauungssystem und damit den ganzen Körper erwärmen. Diese Denkweise ist uralt und logisch nachvollziehbar.
Unter den natürlichen, in Pflanzen vorkommenden sekundären Wirkstoffen, sind neben vielen Bitter-, Schleim-, Scharf- oder Gerbstoffen (Tanninen), vor allem die zur Gruppe der Polyphenole gehörigen Farbstoffe, sogenannte Flavonoide (samt Untergruppen der Flavone, Flavanole und Flavanone) wichtig. Sie verstärken das unspezifische, in Blut und Lymphe agierende Immunsystem, indem sie beispielsweise wie eine Art „Hautcreme" die Oberfläche körpereigener Fresszellen (Makrophagen) geschmeidig halten, damit diese Bruchstücke von feindlichen Mikroorganismen an sich heften und damit für die kämpferischen T-Lymphozyten unserer Abwehr kenntlich machen können. Erst diese T-Zellen sind es nämlich, die außerdem durch spezielle Botenstoffe weitere T-Zellen dazu veranlassen, Antikörper zu bilden und den Feind zu eliminieren. Sie rufen zudem weitere Makrophagen herbei, um den Kampf zu verstärken und am Ende den Zellabfall „fachgerecht" zu entsorgen. Nach getaner Arbeit werden B-Lymphozyten aktiviert, die als Gedächtniszellen dafür sorgen, dass später dieser Feind bei neuerlichen Angriffen gleich wiedererkannt wird. Hier zeigt sich, dass nicht so sehr die Antikörper alles über eine künftige Immunität aussagen, (wie aktuell behauptet, weil man wieder einmal meint, nur viel hilft viel), sondern dass alle nötigen „Arme" der Immunabwehr in unserem Körper vorhanden und ständig aktiv sind. Daher ist eine natürlich entstandene Immunität immer effektiver, als eine erzwungene – ein anerkanntes Grundwissen, das aber bei Covid plötzlich ignoriert wird. Die Evolution hat uns alles mitgegeben, was wir zum Überleben brauchen, zugleich bietet die Natur viele Möglichkeiten, unser Immunsystem zu stützen und in der nötigen Balance zu halten, wie dies tibetische Kräuterformeln durch ihre perfekten Synergien (Zusammenwirken aller enthaltenen sekundären Pflanzenstoffe und Mineralien) sehr wirksam erreichen können.

Rezepturen für jeden Wirkbereich

Die kühlende tibetische Vielstoffarznei „Gabur 25" (im Westen als „Padma 28" bzw. in Österreich als „Padma Circosan") gehört zu den tibetischen Kampfer-Rezepturen. Sie besteht aus 22 beziehungsweise 21 pflanzlichen Komponenten plus Kalziumsulfat und reguliert traditionellen Medizintexten zufolge „hitzige" Erscheinungen im ganzen Körper. Nach westlichem Verständnis sind dies Blockaden der Gefäßdurchblutung („Ameisenlaufen"), die häufig zu Arteriosklerose und damit zu Thrombosen, Schlaganfall oder Herzinfarkten führen. Darüber liegt unter anderem eine Metastudie betreffend PAVK („Raucherbein") vor. Die Forschung zeigt, dass Padma 28 die Bildung von Umgehungskreisläufen für die Blutversorgung stark anstößt. Das oben genannte Metabolische Syndrom kann damit ebenfalls im Vorfeld schon positiv beeinflusst werden (natürlich gehört dazu eine Korrektur des „heißen" westlichen Lebens- und Ernährungsstils). Ärzte und Praktiker der Tibetischen Medizin können durch Befragen und mit spezieller Pulsdiagnose, genau feststellen, wo es im System Mensch gerade hapert. Die modifizierte Formel „Padma 28 active" mit 22 wärmenden Zutaten plus Vitamin C, ist gerade in diesen Zeiten sowohl vorbeugend, als auch in Fällen von „Long Covid" sehr nutzbringend, indem sie die Blutgefäße schützt, das Immunsystem moduliert und den überschießenden oxidativen Stress durch einen Zytokinsturm im Falle einer akuten Covid-Infektion auszugleichen hilft. Zur Pflege des Verdauungssystems gibt es die im kalten Tibet quasi als Hausmittel bekannte Granatapfel-Formel „se' bru 5" (Sen du 5) aus fünf wärmenden Zutaten („Padma DigesTib"). Ihr Spektrum ist geradezu riesig, unter anderem hilfreich bei „Nierenkälte", die die Ursache unzähliger, oft typisch weiblicher Störungen sein kann. Schließlich lässt

Jede Pflanze wirkt zugleich durch ihre inhärenten Eigenschaften erhitzend oder Kühlend auf den Organismus.

Ihr Wirkprinzip ist damit weitgehend ähnlich unserem eigenen Stoffwechsel, denn Pflanzen sind praktisch unsere Vorfahren.

die Tibetische Medizin auch unser Nervenkostüm nicht im Stich und hat aktuell die zwei Variationen „Dzati 10“, Muskatnuss-Formel („Padma NervoTib“ für D) oder die Formel „Srog´zin 10“ („Padma Nervotonin“, A, CH) anzubieten. Beide beruhigen das Übermaß an „Wind“, also der „Lung“-Energie, die bei nervösen Störungen, speziell bei Angst oder Schlafstörungen eine Rolle spielt. Demnächst wird eine weitere Rezeptur zur Stärkung der kognitiven Funktionen und Verringerung von Müdigkeit („Padma CogniTib“) das Sortiment ergänzen. Alle Padma-Produkte sind vegan, laktose- und glutenfrei, ohne Zusatzstoffe und von geprüfter Qualität. Der unleugbare Vorteil tibetischer Kräuterrezepturen mit ihrem hohen Gehalt an Flavonoiden liegt etwa auch gegenüber Antibiotika darin, dass es sich um natürliche Pflanzengemische handelt. Ihr Wirkprinzip ist damit weitgehend ähnlich unserem eigenen Stoffwechsel, denn Pflanzen sind praktisch unsere „Vorfahren“. Unser Immunsystem wertet sie nicht (wie bei Chemotherapeutika) als Fremdsubstanzen, die später zusätzlich über Leber, Darm und Nieren entgiftet werden müssen.

Da alten tibetischen Texten zufolge Covid sichtlich zu den grippeartigen Störungen zählt, werden künftig Rezepturen wie „Garuda 5“ sehr interessant sein (bisher nur in einem Schweizer Kanton als „Grippeformel“ erhältlich). Sie wirkt speziell bei hohem Fieber und akuten Entzündungen, ist herzschützend und kann bei Infektionen wie einer Virus-Grippe einen idealen Heilungsverlauf ohne Folgeschäden erzielen. Leider fehlt es noch an Forschung für eine Zulassung. Problematisch sind Fehlinformationen, weil tibetische Kräutermedizin aus rein rechtlichen Gründen häufig als „Nahrungsergänzungsmittel“ auf den Markt kommt, was über die Wirksamkeit aber nichts aussagt.

Es liegt in unserer Art, sich nach der Natur, dem Grün von Wäldern und Wiesen, aber auch nach unschädlichen, natürlichen Heilmethoden zu sehnen. Gerade Corona beweist es mehr als deutlich. Die Menschen wollen einen Bezug zur Natur und ihren Heilkräften haben, gerade weil die Gesellschaft heute eine Mehrheit von uns dazu zwingt, sich täglich mit toten Dingen, mit strahlenden Geräten und widernatürlicher Technik zu umgeben, worüber wir diese Sehnsucht allzu oft vergessen. Verschwindet jedoch die Ablenkung einmal für längere Zeit, setzt ein Nachdenken ein, dem hoffentlich diesmal auch ein echtes Umdenken folgt. Komplexe tibetische Pflanzenmedizin kann dazu einen wesentlichen Beitrag leisten. ■

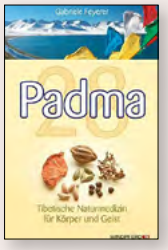
Weblinks

Einen Beitrag der Autorin über Tibetische Medizin / Padma finden Sie auf diesem Science-Blog: https://tkp.at/2021/04/05/plaedoyer-fuer-eine-integrative-medizin-und-mehr-selbstverantwortung/

Informationen zu allen in Deutschland, Österreich und der Schweiz erhältlichen tibetischen Pflanzenformeln und ihren Inhaltsstoffen finden Sie für Ihr Land unter www.padma.de sowie www.padma.at oder www.padma.ch

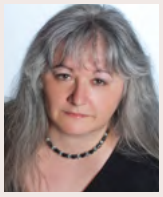
Buchtipps

Gabriele Feyerer: „Padma – Die Kraft tibetischer Pflanzenmedizin. Heilkunst für ein neues Jahrtausend“, Synergia Verlag, 2021, 24,90 €, ISBN: 978-390 724 6306



Gabriele Feyerer: „Padma 28 – Tibetische Naturmedizin für Körper und Geist“, Windpferd Verlag, 2018, 12,95 €, ISBN: 978-389 724 6306

Der Autor



Gabriele Feyerer, Juristin, nun seit über 20 Jahren Autorin und Journalistin, fühlte sich schon früh zu natürlichen Heilverfahren und altem Pflanzenwissen hingezogen. Neben Sachbüchern über traditionelle Heilsysteme (Tibetische Medizin) und Ernährung, schreibt sie Beiträge für Gesundheitsmagazine sowie Kurzprosa. Portrait der Autorin auf www.autorenwelt.de.