

Att behandla luftvägsinfektioner med örter och örtpreparat

Luftvägsinfektioner i Traditionell Kinesisk Medicin kan behandlas som nedan tex. vanliga förkylningar, halsinfektioner, lätta influensor m.m. Se även länken "[Guider](#)"

Vind-Hetta grundform: Vanliga symtom är: lätt frusenhet och mer feber/ feberkänsla, svettning, rinnande näsa, ev. gult snor, huvudvärk som kan var mycket kraftig, om tidigare haft problem med ledvärk så ev. ledvärk, hosta, ont i halsen, ev. svullna tonsiller, lätt törst ev. lite mörk, skarp urin, kan finnas röd tunga.

Recept: Kattmynta 6-9g, (eller Åkermynta), Lindblommor 6-9g, Fläderblomma 6-9g, Lakritsrot 3-6g, Om huvudvärk lägg till Citronmeliss eller Läkeverbena 6-9g. Om Sinusproblem lägg till Ögontröst 6-9g. Om ont i halsen lägg till Eucalyptus 6-9g. Om infektionen blir kraftig så lägg till eller fortsätt med Balance Classics BC16 Gan Mao Ling om hals, hosta, lungor märks av speciellt eller ta BC60 Yin Qiao San som passar alla typer av Vind- Hetta. Vid influensa mönster så (finns då också ofta invasion av "Fukt-Hetta") så är det ofta nödvändigt att lägga till BC22 Huang Lian Jie Du Tang som fungerar som en slags naturlig antibiotika (men den går också på virus, mykoplasma och svampinfektioner) till BC16 eller BC 60.



Vind-Kyla grundform: Symtomen i detta sjukdomsmönster kan vara mycket likt det för Vind-Hetta men det finns vissa skillnader. frusenhet/ frossa är i början mer kännbar än feber/ värme som kan vara liten, svettning oftast lätt eller ingen alls, näsan kan rinna mer med klart sekret, om det finns kropp/ huvudvärk så finns det ofta stelhet också som gärna startar i bakhuvud/ nacke, ev. hosta, ev. lite magproblem/ diarre etc.

Recept: Färsk Ingefära 6-9, Kanel 6-9, Rölleka 6-9, Lakritsrot 3-6. Om mycket hosta lägg till Isop ev. också Timjan 6g av varje. Om magproblem och/ eller tung och trög lägg till Kvanne 3-6g ev. Vitlök 3g. Om lös mage lägg till Grön lök med stjälk 1-2st. Om blir mycket trött/ tung lägg till Ålandsrot 9g. Två Bra Kinesiska naturmedel vid detta mönster är BC 18 Gui Zhi Tang eller för värre förkylningar Ma Huang Tang. Om detta sjukdomsmönster utvecklas med mycket feber/ värme så använd 2-3 örter av följande Echinacea 6-9g, Maskrosrot 9-12g, Ringblomma 6-9g, Groblad 9-10g eller ta BC60 Yin Qiao San med BC 18 Gui Zhi Tang.

Det finns även flera andra örter som passar bra tex. Lavendel 6-9g, Gullviva 6-9g vid Vind/ hetta. Pepparmynta 3-6g, Nejlikor 3-6g, Cayenne 1-3g går bra vid Vind/ kyla. Om det finns nervös orolig, feber-stressad mage passa kamomill 6-9g + Citronmeliss 6-9g bra att lägga till, till vilken blandning som helst. Detta är några ex. på tillägg man kan göra. Det finns naturligtvis många fler variationer man kan göra. Ett infektionsrecept bör hålla sig kring 15-60g ört per dag beroende på hur kraftig luftvägsinfektionen är men man kan starta från 20 - 30g per dag dvs. alla örter i ett recept bör sammanräknade bli 20-30gr. Man bör också tänka på att man kan vara överkänslig för vissa örter och då bör man kontakta en utbildad terapeut innan man tar örter.

