



Beratung nach TRADITIONELLER CHINESISCHER MEDIZIN  
DR. DORIS LANGENBERGER

## SCHAFGARBE

Lateinischer Name	Achillea millefolium
Verwendete Pflanzenteile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obere Hälfte der Pflanze</li> </ul>
Inhaltsstoffe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proazulene</li> <li>• Campher</li> <li>• Thujon</li> <li>• Cineol</li> <li>• Eukalyptol</li> <li>• Gerbstoff</li> <li>• Flavonoide</li> <li>• Bitterstoffe</li> <li>• Cumarin</li> <li>• Mineralstoffe</li> </ul>
Tagesdosis	3-6g
<b>Verwendung in der westlichen Naturheilkunde</b>	<b>Verwendung in der TCM</b>
	Thermik: Neutral Geschmack: Bitter, süß, salzig Organe: Leber, Lunge, Niere, Blase, Milz, Magen
<b>Eigenschaften</b>	<b>Eigenschaften</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entzündungshemmend</li> <li>• Anregend</li> <li>• Antiseptisch</li> <li>• Krampflösend</li> <li>• Harntreibend</li> <li>• Blähungswidrig</li> <li>• Verdauungsfördernd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trocknend</li> <li>• Adstringierend</li> <li>• Hämostyptisch</li> <li>• Entzündungshemmend</li> <li>• Cholagog</li> <li>• Spasmolytisch</li> <li>• Bluttonikum</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Menstruationsfördernd</li> </ul>	
<p><b>Symptome</b></p> <p>Millefolium ist ein altbekanntes Hämostyptikum (lokal blutstillendes Mittel) bei hellroten Blutungen aus allen Organen, insbesondere aus Lunge, Mastdarm, Uterus, Blase und Nase, das sich häufig bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hämorrhoidalblutungen</li> <li>Kongestionen (Blutandrang)</li> <li>venösen Stasen im Abdomen und Varizen in der Gravidität</li> </ul> <p>bewährt hat. Allerdings wird an verschiedensten Stellen darauf aufmerksam gemacht, dass zu große Gaben eine entgegengesetzte Wirkung hervorrufen können.</p> <p>Da Millefolium blutreinigend, den Stoffwechsel steigernd und beruhigend wirkt, so verordnet man es oft bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gastro- und Enteropathien, insbesondere spastischen Charakters (Dyspepsie, Obstipation, Kolik, Hyperazidität, Diarrhöe, Gastritis, Enteritis)</li> <li>Erkrankungen der Harnorgane wie Cystitis, Blasenschwäche, Enuresis</li> <li>Erkrankungen der Respirationsorgane (Lungen Katarrh, Husten und Bronchitis)</li> </ul> <p>Außerdem wird die Schafgarbe noch</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>als Frauenmittel, namentlich bei Dysmenorrhoe</li> <li>gegen Gicht</li> <li>Rheuma</li> <li>Arteriosklerose</li> </ul>	<p><b>Symptome</b></p> <p>Leber Qi Stagnation, aufsteigendes Leber Yang, Nässe/Hitze in Leber Gallenblase, Leber attackiert Milz</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>PMS</li> <li>Dysmenorrhoe</li> <li>Hypermenorrhoe</li> <li>Hypertonie</li> <li>Kopfschmerzen</li> <li>Launenhaftigkeit</li> <li>Depression</li> <li>Melancholie</li> </ul> <p>Wirkt adstringierend und hämostyptisch und wird daher eingesetzt bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Blutungen der inneren Organe</li> <li>Wunden</li> <li>Hämatome</li> <li>Hämorrhoiden</li> <li>Zwischenblutungen</li> <li>Uterusblutungen</li> <li>Blutungen hervorgerufen von Myomen, Zysten, Endometriose, Geburt</li> <li>Schwellungen</li> <li>Fluor vaginalis</li> </ul> <p>Magen und Milz Qi und Yang Schwäche</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dyspeptische Beschwerden</li> <li>Appetitlosigkeit</li> <li>Völlegefühl</li> <li>Blähungen</li> </ul> <p>Entkrampfend auf alle drei Erwärmer</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fieber (Grippe, Malaria)</li> <li>▪ Neurasthenie</li> <li>▪ Neuralgie</li> <li>▪ Diabetes und Asthma genannt.</li> </ul> <p>Äußerlich angewandt bringen Umschläge mit der Abkochung bei Wunden, aufgesprungenen Händen und bei wunden Brustwarzen Besserung.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Asthma bronchiale</li> <li>▪ Angina pectoris</li> <li>▪ Stenokardien</li> <li>▪ Gefäßsklerose</li> <li>▪ Koliken des Magen/Darm Traktes</li> <li>▪ Nervöse Verdauungsbeschwerden mit Krämpfen</li> <li>▪ Mobilitätsstörungen des Dickdarms</li> <li>▪ PMS</li> <li>▪ Uterusentkrampfend</li> </ul> <p>Seiner kühlenden, blutreinigenden und entzündungshemmenden Wirkung wegen, wird die Schafgarbe ebenfalls eingesetzt bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fieber</li> <li>▪ Bronchitis</li> <li>▪ Akute Gastritis</li> <li>▪ Entzündliche Prozesse der Unterleibes</li> <li>▪ Zervitis (Entzündung der Schleimhaut des Gebärmutterhalses)</li> <li>▪ Endometritis</li> <li>▪ Hauterkrankungen</li> <li>▪ Abszesse</li> <li>▪ Akne</li> <li>▪ Ulcus cruris</li> <li>▪ Fisteln</li> <li>▪ Dekubitus (örtlich begrenztes Absterben der Haut (Nekrose))</li> </ul> <p>Nässe/Hitze im unteren Erwärmer</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zystitis</li> <li>▪ Endometriose</li> <li>▪ Zervizitis</li> <li>▪ Steinleiden</li> </ul>
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Blasenschwäche</li> <li>▪ Harninkontinenz</li> <li>▪ Harnverhalt</li> <li>▪ Eneuresis</li> <li>▪ Nephrotisches Syndrom</li> <li>▪ Uteruskrämpfe</li> </ul> <p>Unterstützt bei Leere in der Gallenblase die fehlende psychische Komponente</p>
<b>GEMEINSAMKEITEN</b>	
<p>Die Schafgarbe ist eine in der WKH beliebte klassische Heilpflanze, die für die Verdauungsorgane und Frauenleiden eingesetzt werden kann. Äußerlich kann sie auf vielfache Weise zur Wundheilung eingesetzt werden. Besonders hervorgehoben wird auch die Fähigkeit der Schafgarbe bei den Venen den Rückfluss des Blutes zum Herzen zu fördern. Dadurch wird der Kreislauf verbessert und venöse Beschwerden wie Krampfadern, dicke geschwollene Füße, Durchblutungsstörungen des Herzens und die Schaufenster-Krankheit<sup>1</sup> werden positiv beeinflusst. In der TCM wird die Schafgarbe vor allem zum Harmonisieren der Funktionskreise Leber und Milz eingesetzt. Somit steht die Anwendung in der TCM in großer Ähnlichkeit zu der Anwendung in der westlichen Kräuterheilkunde.</p>	

---

<sup>1</sup> Verengung in den Beinarterien, die die Beine mit Blut und Sauerstoff, daher entstehen Schmerzen beim Gehen, welche beim Stehen bleiben wieder verschwinden. Um dies vor der Umgebung zu verbergen, bleiben die Patienten z. B. vor einem Schaufenster stehen, bis die Schmerzen nachlassen. Deshalb wird pAVK - periphere arterielle Verschlusskrankheit - auch als Schaufensterkrankheit bezeichnet.