



Dr. med. Yixia Zhan
Private Arztpraxis
Akupunktur
Klassische Traditionelle Chinesische Medizin
0741-9410047
chinadekang@gmx.de
www.akupunktur-tcm-dr-zhan.de
Oberndorfer Str. 4. 78628 Rottweil

Erklärung zu TCM-Kräutertee

Nach TCM-Diagnose werden Kräuterrezepte individuell verschrieben, die in der Regel auf ca. 7 Tage ausgelegt sind. Die Kräuter können meistens nur per E-mail, bei auf TCM-Kräuter spezialisierte Apotheken bestellt werden, weil es solche Apotheken vor Ort meist nicht gibt. Die Heilkräuter werden in der Regel zu Kräuterpulver verarbeitet, damit die Kräutertee-Zubereitung vereinfacht wird.

Die chronische Erkrankung ist kompliziert. Auf dem Weg zur Genesung gibt es Etappen. Der Gesundheitszustand kann sich nach Kräutertee-Einnahme sich ändern, daher muss durch einen erneuten Arztbesuch mittels neuer TCM-Diagnose ein neues passendes Rezept ausgestellt werden.

Gesunde Menschen müssen nicht mehr Heilkräuter einnehmen. Falsche und dauerhafte Medikation mit Chemie ist für Gesundheit schädigend.

Das Heilkräuter-Rezept ist verschreibungspflichtig. Bei Unverträglichkeit oder Auftreten von einer neuen Erkrankung soll zuerst die Kräutereinnahme eingestellt werden und der Apotheker oder Arzt fragen. Das Kräuterrezept ist verschreibungspflichtig.

Bei Unverträglichkeit oder Auftreten von einer neuen Erkrankung soll zuerst die Kräutereinnahme eingestellt werden und der Apotheker oder Arzt fragen.

Die Kräuter werden meistens zu Kräuterpulver verarbeitet, damit sie einfach als Tee eingenommen werden können.

Zubereitung von Kräutertee:

Methode 1:

1-9 Gramm Kräuterpulver im Thermosflasche tun, mit 450 ml kochendem Wasser eingießen, mehr als 10 Minuten ziehen. 2 mal täglich 200ml vor dem Essen warm trinken.

Methode 2:

1-30 Gramm Kräuterpulver oder Kräuter mit 650ml Wasser im Edelstahlgefäß mehr als 60 Minuten einweichen, kochen bis es kocht, dann 10 -20 Minuten köcheln, sieben, Sud im Thermosflasche aufbewahren 2-3 mal täglich 200ml vor dem Essen warm trinken.