

www.ayurveda-portal.de

## Ayurveda - der wissenschaftliche Hintergrund (Teil 2)

Datum: 28.September.2005

Thema: Allgemein

von Dr. E.P.Jeevan (B.A.M.S.)

Der vorliegende Artikel befaßt sich in 10 Kapiteln mit dem wissenschaftlichen Hintergrund von Ayurveda.

Lesen Sie im Folgenden den 2.Teil mit den drei Kapiteln:

3. Das Behandlungsziel
4. Unterschiede zur herkömmlichen Pflanzenheilkunde
5. Der ayurvedische Behandlungsablauf

# Ayurveda - der wissenschaftliche Hintergrund (2)

## Inhaltsverzeichnis (1.- 4.Teil)

1. Ayurveda- der wissenschaftliche Hintergrund
2. Die Krankheitsentstehung
- 3. Das Behandlungsziel**
- 4. Unterschiede zur herkömmlichen Pflanzenheilkunde**
- 5. Der ayurvedische Behandlungsablauf**
6. Ayurveda als Kunst
7. Krankheitsbilder aus der Sicht der Doshas- und Dathus-Theorie
8. Die Prinzipien der Medizin
9. Die ayurvedische Konsultation
10. Die Diagnose im Ayurveda



## 3. Das Behandlungsziel

Es ist das Behandlungsziel, die Giftstoffe aus den tiefen Geweben, entgegengesetzt des Nahrungsweges, wieder zurück zum Verdauungstrakt zu bringen und auf diese Weise den Körper zu reinigen. Diesen Vorgang nennt man Panchakarma. Der behandelnde Arzt sollte mit Hilfe von Fragen und anderen Methoden, die in der Ayurveda-Diagnose beschrieben werden, die Symptome des Patienten herausfinden und daran feststellen, welches Gewebe gestört ist, welches Dosha dafür verantwortlich ist und wie hoch die Menge an Giftstoffen im Gewebe (Ama) ist. Der behandelnde Arzt wählt eine Pflanze oder Pflanzenkombination aus, die auf das betroffene Gewebe einwirkt. Die Wirkung der ausgewählten Pflanzen oder Pflanzenkombination verändert sich, indem sie durch unterschiedliche Medien verabreicht werden wie z.B. Öl, Decoct, Ghee, fermentierte (alkoholische) Präparate, Kräuterpulver, usw. Die Wahl des Mediums richtet sich nach den Qualitäten des gestörten Doshas.

## 4. Unterschiede zur herkömmlichen Pflanzenheilkunde

In der Anwendung von Heilpflanzen hat Ayurveda einen anderen Ansatz als die westliche Pflanzenheilkunde.

Eine Pflanze oder eine Pflanz Zubereitung wird im Ayurveda nicht wegen seiner spezifischen Wirkung (z.B. abführend) eingesetzt. Wichtige Aspekte der Therapie sind die Qualität oder die Eigenschaft der Pflanze und das Medium, in dem sie dem Körper zugeführt wird.

Im Ayurveda werden 10 Eigenschaften Paare beschrieben z.B. schwer Û leicht, kalt Û heiß; trocken Û ölig usw.

In Indien ist jede Heilpflanze nach diesen Eigenschaften und deren Wirkung auf den Körper klassifiziert.

Folgendes Beispiel soll dies veranschaulichen:

Eine Pflanze mit einer erwärmenden Eigenschaft wird nicht bei einer Pitta-Konstitution, Pitta-Erkrankung oder bei Erkrankungen des Blutes verabreicht, denn Pitta hat selbst die Eigenschaft heiß. Hingegen eignet sich eine erwärmende Pflanze gut zur Behandlung von Kapha-, oder Vata-Erkrankungen sowie von Erkrankungen des Muskel-, Fett-, und Knochengewebes. Vata und Kapha haben die Eigenschaft kalt.

Heilpflanzen werden in folgenden Medien verabreicht:

- Dekokt
- medizinisches Ghee
- medizinisches Öl
- medizinischer Honig
- trockene Pulver
- feine Pulver
- fermentierte (alkoholische) Präparate usw.

### Doshas Viriated



Plasma → Blut → Fleisch → Fett → Knochen → Knochenmark → Immunsystem



### Doshas Reduced

Die Auswahl des Mediums richtet sich nach der Eigenschaft der Erkrankung. Beispielsweise wird bei einer Kapha-Erkrankung eine erwärmende Pflanze in Pulverform und die gleiche Pflanze bei Vata-Erkrankungen in Ölform verabreicht. Bei einer Kapha-Erkrankung, welche die Eigenschaften ölig und kühl hat, ist es wirksamer eine erwärmende Pflanze in einer trockenen Pulverform zu geben. Vata hingegen ist kühl und trocken. Folglich wirkt die gleiche Pflanze in einem öligen Medium besser.

Die Theorie der Eigenschaften folgt bei der Behandlung von Krankheiten der oben aufgezeigten Logik.

Grundlagen des Ayurveda sind die Feststellung der richtigen Heilpflanze oder Heilpflanzenkombination anhand ihrer Eigenschaften und die Auswahl des geeigneten Mediums.

Es gibt unzählige Möglichkeiten die Eigenschaften der Heilpflanzen miteinander zu kombinieren. Gleichermaßen gibt es unendlich viele Erkrankungsformen und ebenso viele Heilpflanzenkombinationen und deren Verabreichungsformen.

Die Besonderheit des Ayurveda und der Unterschied zur Pflanzenheilkunde liegt darin, dass zum einen Heilpflanzen gefunden werden sollen, die gegensätzliche Eigenschaften zur Erkrankung haben und zum anderen soll das richtige Medium ausgewählt werden. Folglich hängt die Auswahl der Heilpflanzen nicht von ihrer spezifischen Wirkung ab. Gleichsam widerspricht es dem ayurvedischen Prinzip, Kräuter in einer Pillenform zu verabreichen, da das Prinzip der Medienwahl nicht berücksichtigt würde.

## 5. Der ayurvedische Behandlungsablauf

In der ayurvedischen Behandlung werden die Giftstoffe aus den tiefen Geweben wieder zurück zum Verdauungstrakt geleitet. Begleitend zur Behandlung wird eine diätetische Ernährung durchgeführt, die verhindert dass während der Behandlungsdauer neue Giftstoffe produziert werden. Die ayurvedische Behandlung besteht aus drei Phasen, wie Abbildung 1 veranschaulicht:

	<b>erste Phase</b> (Entgiftung: Amahara)	<b>zweite Phase</b> (Reinigung: Puvakarma + Pancakarma)	<b>dritte Phase</b> (Stärkung des Immunsystems: Rasayana)
<b>Dauer</b>	7, 14, 21 oder 28 Tage	7, 14, 21 oder 28 Tage (bei chronischen Verläufen auch länger)	ca. 1 Jahr oder bis zur nächsten Pancakarma Behandlung
<b>Behandlung</b>	Einnahme von entgiftenden Kräuterpräparaten (z.B. Kashaya, Arishtam, Churnam)	-- Therapieformen aus Kerala wie z.B. Massagen mit medizinischen Ölen oder Kräuterpulver; Schwitzen -- die	Einnahme von Immunsystem stärkenden Kräuterzubereitungen zur Vorbeugung von weiteren Erkrankungen und Anwendung von reinigenden Tagesritualen

		individuelle Pancakarma Behandlung	(z.B. Hygiene, Ölmassagen)
<b>Ernährung</b>	Diät zur Reduzierung des gestörten Doshas	Diät zur Reduzierung des gestörten Doshas	Diät zur Reduzierung des gestörten Doshas

Der Behandlungsablauf richtet sich nach dem Krankheitsbild. Je nachdem welches Gewebe betroffen ist, werden unterschiedliche Behandlungsformen und Kräuterzubereitungen verwendet, wie folgende Beispiele zeigen:

### „Ama hara“

Ablauf der Kerala Ayurveda Behandlung für Erkrankungen des Plasma-, Muskel-, Fettgewebes (**Kapha**):

- 21 Tage entgiftende Dekokte (Zusammenstellung verschiedener Kräuter gemäß der jeweiligen Erkrankung; hier: erhitzende Pflanzen)
- 21 Tage Kräuterpulver Massage (Udwartana); Kräutersäckchen Anwendung (Pinda Sweda); trockenes Schwitzen
- 1 Tag therapeutisches Erbrechen oder Abführen
- Einnahme von speziellen Immunsystem fördernden Kräuterzubereitungen (Rasayana)
- Diätetische Ernährung gemäß der Krankheit (Kapha reduzierend)

### „Daha hara“

Ablauf der Kerala Ayurveda Behandlung für Erkrankungen des Blutgewebes (**Pitta**):

- 21 Tage entgiftende Dekokte (Zusammenstellung verschiedener Kräuter gemäß der jeweiligen Erkrankung; hier: kühlende Pflanzen )
- 21 Tage kühlende und beruhigende Massagen (Takradhara, Kayaseka (pizhichil))
- 1 Tag therapeutisches Abführen
- Einnahme von speziellen Immunsystem fördernden Kräuterzubereitungen (Rasayana)
- Diätetische Ernährung gemäß der Krankheit (Pitta reduzierend)

### „Sula hara“

Ablauf der Kerala Ayurveda Behandlung für Erkrankungen des Knochengewebes (**Vata**)

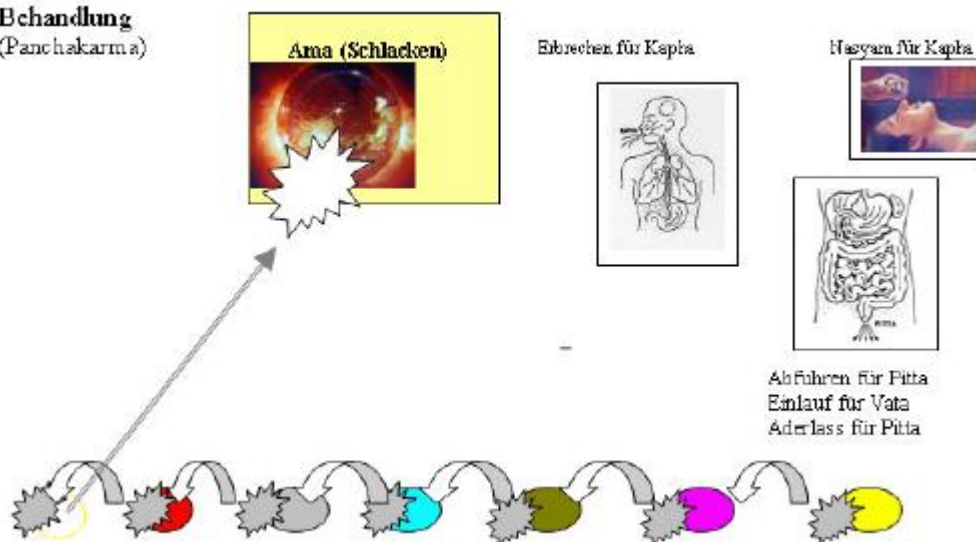
- 21 Tage entgiftende Dekokte (Zusammenstellung verschiedener Kräuter gemäß der jeweiligen Erkrankung; hier: nährnde Pflanzen)
- 21 Tage ayurvedische Ganzkörper-Ölmassagen (Abyhanga) und Kopf-Ölguss (Dhara)
- 3 Tage therapeutischer Einlauf (2mal Öleinlauf n. dem Essen; 1mal Kräutereinlauf v. dem Essen)
- Einnahme von speziellen Immunsystem fördernden Kräuterezubereitungen (Rasayana)
- Diätetische Ernährung gemäß der Krankheit (Vata reduzierend)

**Purva Karma**

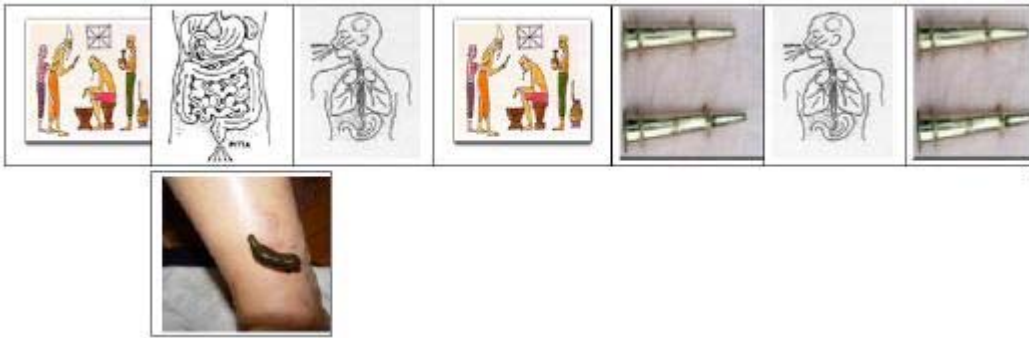


Plasma → Blut → Fleisch → Fett → Knochen → Knochenmark → Immunsystem

**Behandlung**  
(Panchakarma)



Pancha Karma



Dieser Artikel kommt von Ayurveda - Portal - Aktuelles Wissen zu Ayurveda und Gesundheit  
<http://www.ayurveda-portal.de>

Die URL für diesen Artikel ist:  
<http://www.ayurveda-portal.de/modules.php?name=News&file=article&sid=439>