

TCM-behandlingen af hovedpine

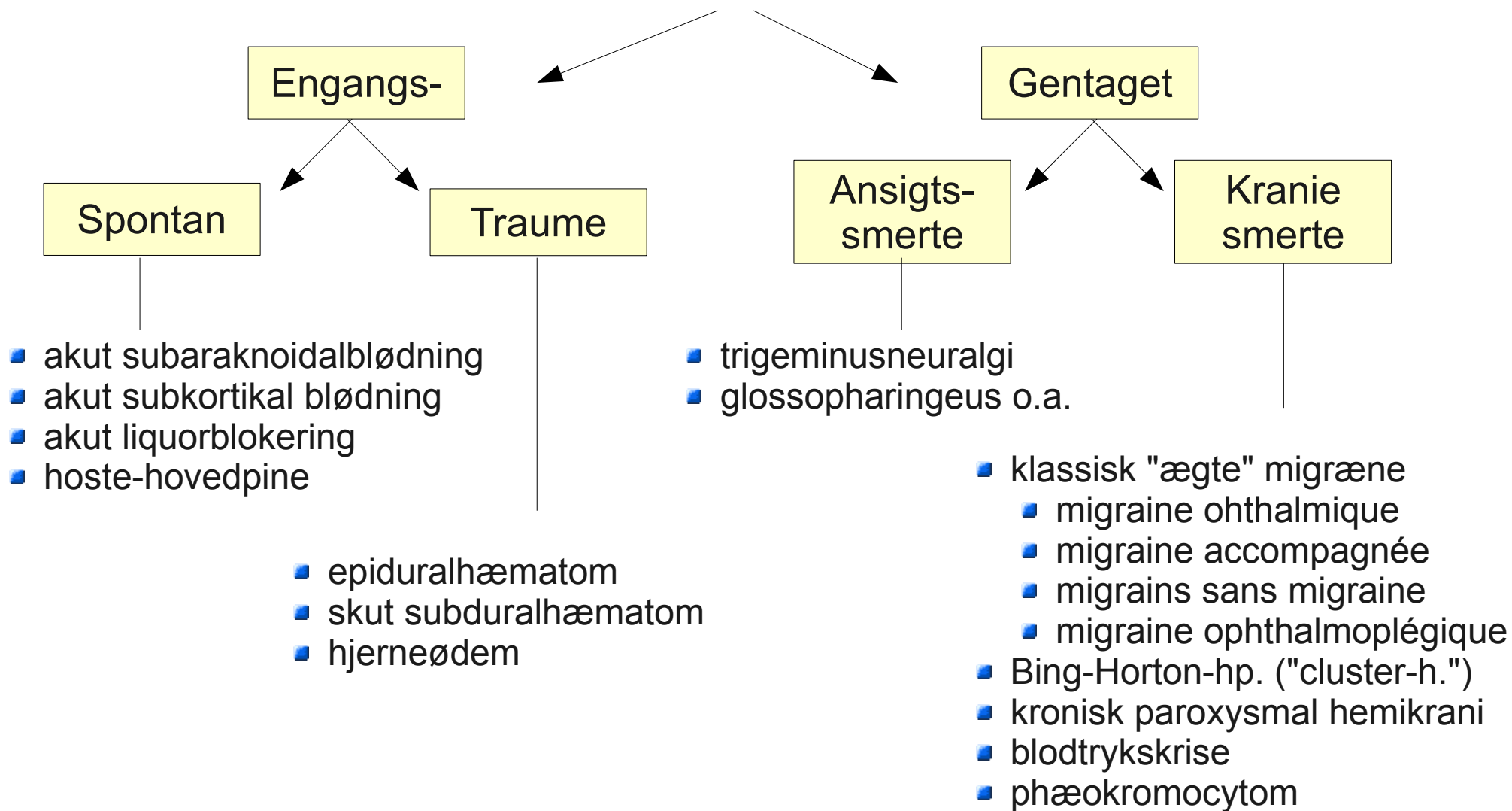


Eckhard Bick

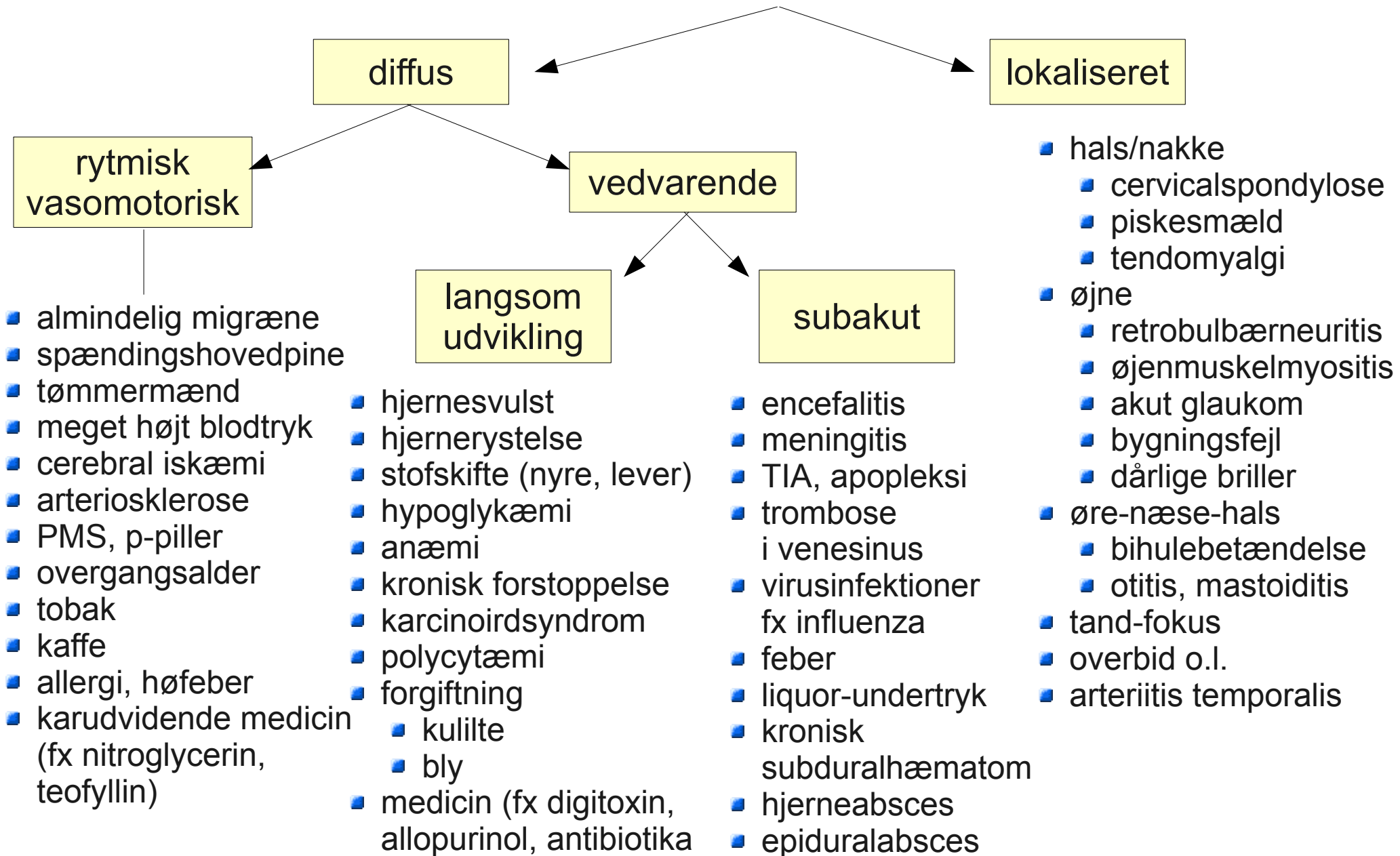
Akupunkturskolen i Århus

info@**akututor**.dk

Hovedpine - Akut



Hovedpine - Kronisk



Akupunktur & hovedpine: principper

- ret effektiv for de fleste hovedpinetyper
fx stress, menstruation, forkølelse
- pas på med evt. baggrundslidelse (fx højt blodtryk)
 - årsagssygdommen skal behandles samtidigt
 - bliver hovedpinen værre på trods af behandlingen, skal alvorlige diagnoser udelukkes (svulster, infektioner, blødninger)
- hovedet er stedet hvor alle yang-meridianer mødes, plus Le-meridian (Du20)
--> yangmeridianer & Lever til diagnose & terapi
- udløsende faktorer (ben & biao):
 - **ydre vind** (kold eller varm)
 - **indre Le-vind**
 - direkte med **Le-yang-varme** / Lever-ild
 - indirekte med ubalanceret Le-yang ved **N-xu**
 - indirekte med rodløs xu-vind ved **Le-xue-xu**
 - **spændt jin (muskler & sener):** muskulær og nakke-hovedpine
 - **spændt shen (shen-zhi):** stress etc.
 - **stagnationer:** PMS, M-stagnation, fugt-ophobning
 - **toksiner (toksisk hede):** alkohol, medicin-bivirkning, tungmetaller

Øst eller Vest?

- en TCM-diagnose er en genial måde at "forklare" migræne på
- moderen af alle hovedpinediagnoser: **Le/G-shi** (vind, varme, zhi, shaoyang)

Symptom

énsidige smerter, tinding

vasomotorisk fejlregulering:
karsammentrækning -> karudvidelse

øjensymptomer, orbitasmerter,
lysfølsomhed, visuel aura

irritabilitet, stress, humørsvingninger

PMS, brystspændinger
menstruationssynkrone sm.

kvalme, opkast, evt. mavepine

migraine accompagnée: halvsidige
følelsesforstyrrelser, halvsidige

fokale krampeanfald

Forklaring

G / shaoyang skaber halvsidige symptomer

den glatte karmuskulatur hører under Leveren

Leverens sanseorgan

Leverens psykiske konstitution

Livmoderen som Lever-organ (shi-funktioner)

M-ni og M-stagnation fordi Le "invaderer" den
midterste trevarmer (T2) og trykker på M/MP

Le-vind-slag - lignende symptomer

indre-vind - epilepsi-lignende

Generelle punkter

- **akut hovedpine**
 - stærkt akutryk på G41
 - sedering af Co4 (endorfin-analgesi)
- **kølede:**
 - M43 (smerter) & M44 (kølede)
 - H9 fingerspidsstik (akut migræne) "mikroblødning"
- **shen / sedativ**
 - H7
 - evt. blodkar & puls: Lu9

Terapi efter lokalisering

	<i>meridian</i>	<i>årsag</i>	<i>lokal</i>	<i>distal</i>
baghovedet	B, Du (Taiyang, Du)	kold vind <i>evt. kronisk:</i> N-yin-xu	B10 G20 (vind) Du15	B62 (Yangqiao) Ty3-Ω (Du, nakkevind) B60-∂, Lu7-∞
ansigt, pande	M/Co (Yangming)	M-varme M-xu fugt-slim	M8 (vind, migræne) Du23 (shen-varme) G14, Ex1 (Yintang)	M44-≈ (kølende) Co4-√
parietal	Ty/B, G/SJ (Taiyang, Shaoyang)	Le-vind Le-yang	Du20 (udleder yang) B7, Du19	B67-∅ SJ3-Ω (migræne) Ty3-Ω-Du
énsidig, temporal- parietal	G/SJ (Shaoyang)	Le-vind Le-yang	G8, M8 Ex2 (Taiyang)	G41-Ω (Le-shi) SJ5-∞ (Yangwei)
isse	Le (yue-yin)	Le-xue-xu <i>evt. Le-vind</i>	Du20 (Le-forbindelse) Du19, B7 (Le-xue-xu)	Le3-≠√-zhi
orbital, bag øjnene	Le (yue-yin)	Le-xue-xu <i>evt. Le-vind</i>	B2 (øje-xue-yu), SJ23	G37-∞ (øjesmerte)
generaliseret		<i>akut:</i> ydre vind <i>evt. kronisk:</i> N-jing-xu	Ex2 (Taiyang), Du15 N6-yinchiao	Co4-√ (forside) SJ5-∞ (tinding) G19 (jing-xu, nakke)

Terapi efter smertetype

	syndrom	punkter
dunkende, trækkende	Le-vind	Le3-☿√, G41 -Ω
sprængende, irriterabel	Le-yang/ild	Le2-♁,
sprængende, feber	ydre varm vind	Co11-☿
stikkende, borende	Le-xue-yu (kronisk)	Le3-☿√ & Co4-√ (bevæger xue)
mørk, vag	qi-xu, xue-xu	<i>qi</i> : M36-☿, MP6, <i>xue</i> : B20, Le8, H5
tung, “bånd”, svimmel	fugt, slim	M8, M40-∞, Du20 (klart yang op)
tom	N-xu	N3, <i>yang</i> : B23, <i>yin</i> : Ren4, <i>jing</i> : G19
stiv nakke-hovedpine	kold vind	Lu7-∞, Ty3-Ω

Terapi efter udløser - Ydre faktorer

Forkølelse, influenza og hovedet fuld af snot

	kold vind i Taiyang	varm vind	vind-fugt
symptomer	hp. med forkølelsessymptomer og stiv nakke, u/ sved, kuldefølsom	influenza-symptomer, spændt, "fuld" hp., feber og sved	mangel på klart yang i hovedet --> tungt hoved, tung hp.
tunge/puls	forsvarspuls	hurtig forsvarspuls	hvid-fugtig tunge-bel. blød overfladisk puls
aku-terapi	lokal nakke: B10, Du16 distal nakke-vind: Ty6, Lu7 biao: Co4	Co11 (varm ydre vind) Du14 (køler varm vind)	lokal: M8 distal: M43 MP9 (fugt)
urteterapi	jing fang biao tang Expel Wind-Cold jing fang bai du san Dispel Invasion	san ju yin yin quiao jie du pian Initial Defense	qing huo zheng shi t. huo xiang zheng qi t. Early Comfort

Terapi efter udløser - Indre faktorer: Lever-shi

Migræne & PMS

	Lever-yang-varme med indre vind	Le-qi-zhi
symptomer	<p><i>varme</i>: voldsomme borende eller dunkende smerter, "hovedet sprænges"</p> <p><i>vind</i>: stærk, trækkende hovedpine bitter smag i munden, kvalme, svimmelhed, kvælende fornemmelse i brystet, smerter under ribbensbuen,</p> <p><i>vind</i>: spændinger, forhøjet blodtryk <i>varme</i>: glødende varmt hoved, rødt ansigt, røde øjne</p>	<p>énsidig hovedpine, i tindingen eller omkring øjnene, ikke dunkende, vandrende smerter</p> <p><i>shi-stagnation</i>: evt. tryk under ribbensbuen evt. PMS-relation værre ved psykisk belastning evt. -> M-stagnation</p>
tunge/puls	røde el. spændte tungerande, evt. tyk gullig / klistrende belægning, strenget & hurtig puls	dyb og strengangtig
aku-terapi	Le2 (sønp. / køler) G40, G34 G4, G5 (lokal varmeudledning)	Le3 (dynamiserer) Le13 (lokal dynam.) G8 & G14 (lokal indre vind)
urteterapi	<i>varme</i> : long dan xie gan tang, Drain Fire <i>vind</i> : ling jiao gou teng tang, Antelope Horn and Uncaria Soup	xiao yao san Relaxed Wanderer

Terapi efter udløser - Indre faktorer: Lever-xu *træt og udtørret*

	Le/N-yin-xu, jing-xu, sui-hai-xu (manglende modvægt til Le-yang)	Le-xue-xu (manglende næring til Le-væv) --> falsk vind
symptomer	dump hovedpine trætte øjne, "mørk" øjenflimren svimmelhed, øresusen	vedvarende borende hovedpine lysfølsom, blegt ansigt, tørre øjne evt. tør irriteret hud, tørt hår, stiv
tunge/puls	rød tunger, evt. afskallet fin, svag, evt. hurtig puls	lys/bleg tør tunge fin, svag puls
aku-terapi	<i>Le-yin:</i> MP6 & Le3 <i>Le-yin-yang:</i> Le2 <i>ved Le-vind:</i> G20, Du16, G41	<i>Le-xue:</i> MP6 & B18-20, Le8 Ren4 H5 (H-xue)
urteterapi	zuo gui wan Nourish the Root	si wu tang + Lever-urter Bend Bamboo ba zhen tang Women's Precious

Terapi efter udløser - Indre faktorer: andre

har forresten også ondt i mave eller underliv ...

	fugt-slim	M-varme	Xue-yu
symptomer	trykkende hovedpine med ørhed kvalme, trykken i brystet	pandehovedpine (Yangming) akut sygdom: sved, tørst kronisk alkohol/fejlnæring: mavepine, hård mave M-ni ved overspisning: dårlig ånde, surt opstød	kronisk stikkende, borende, stedkonstant evt. abdominal eller menstruations-sm.
tunge/puls	klistrende belægning fedtet, glat, rullende	gullig/brunlig tungebelægning fedtet/glat let hurtig puls	blålig-purpur spændt, hård puls
terapi	M40 (special) MP9 (fugt) Ren12 (influent) & B20 (MP-shu)	M44 (køler distalt) Co4 (ansigts-distal og akut) M-ni og mavedpine: Ren10-12, distal KS6 lokal: Ex1, M8, Du23	<i>bevæge xue:</i> Le3 & Co4 (de 4 porte), B18 <i>lokal yu:</i> B2 (øje), Ex6 (isse), B10 (nakke) MP10 (xue-hav)

Desuden:

- N-qi-xu: hovedpine ved kronisk stress, langsom process, vedvarende, smerter bedre ved varme og tryk; træt, appetitløs, hjertebanken, søvnproblemer, xu-svimmelhed, bleg tunge, svag puls: N3, B23, N7, Ren4, B17, G12-13

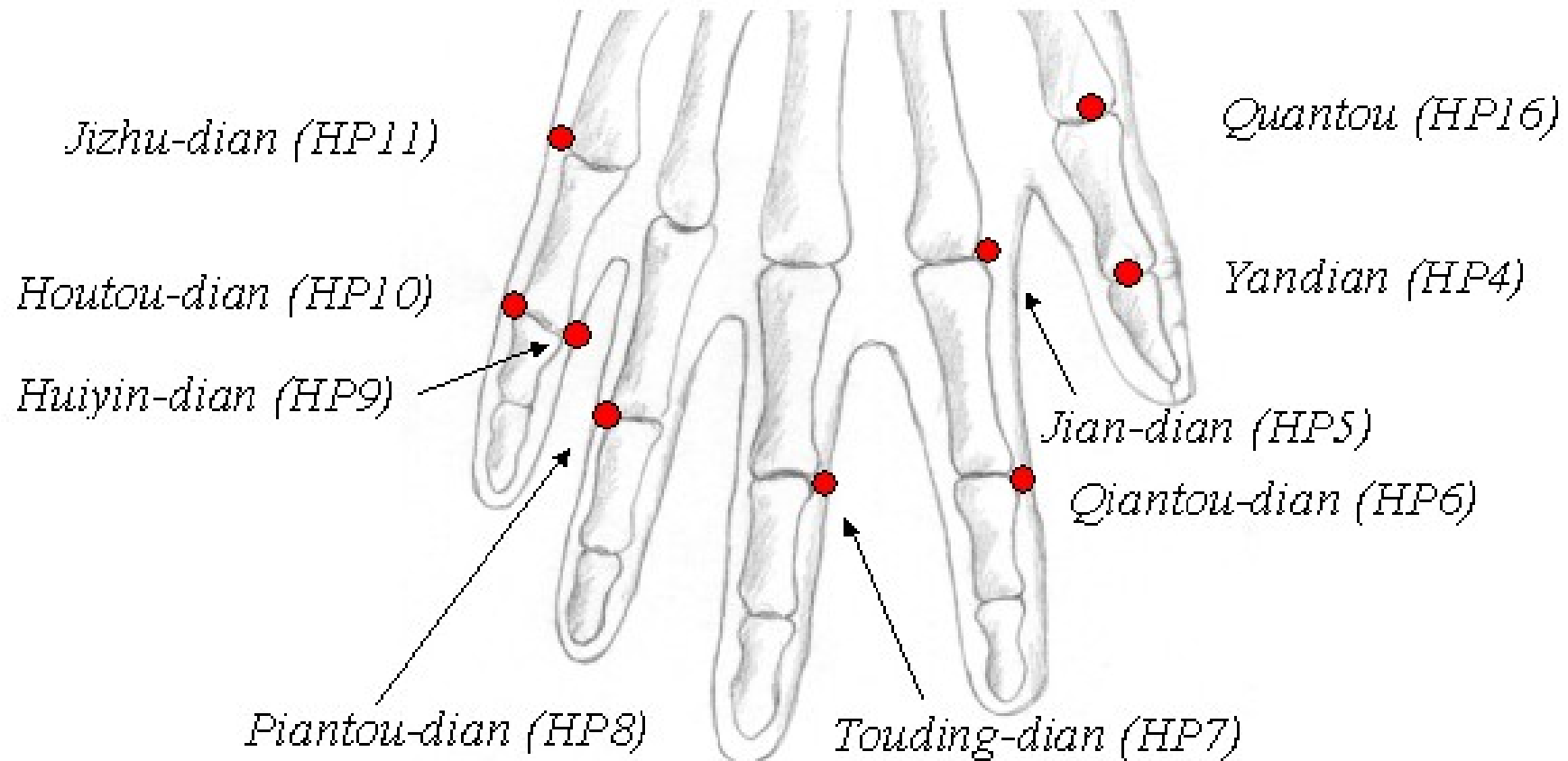
Bing-Horton Hovedpine (Cluster Headache)

anfaldsvis varm indre vind i yang-meridianer

- *Symptomer:*
 - Voldsom migrænelignende hovedpine "på klokkeslættet" i 10 minutter til 1 time, flere dage i træk, i en periode, derefter symptomfri periode på ofte uger eller måneder
 - énsidig lokalisering (tinding, øje, pande, øre, overkæbe)
 - værre ved at ligge ned
 - smerten ledsages af ansigtsrødme, tåreflåd og hævede næseslimhinder på samme side
 - kan udløses af alkohol eller histamin (karudvidelse).
- *Terapi:*
 - *hoved-vind:* G14, G20, M8, *hoved-yang:* Ex2 (sederendee)
 - *distal:* Le3, G37, G39 (yang-kryds), Co4 (smerter)
 - *organur:* G41, Le1, Lu8, SJ6 alt efter tidspunkt
 - *rytme:* Lu9, B42 (psykisk, Po)

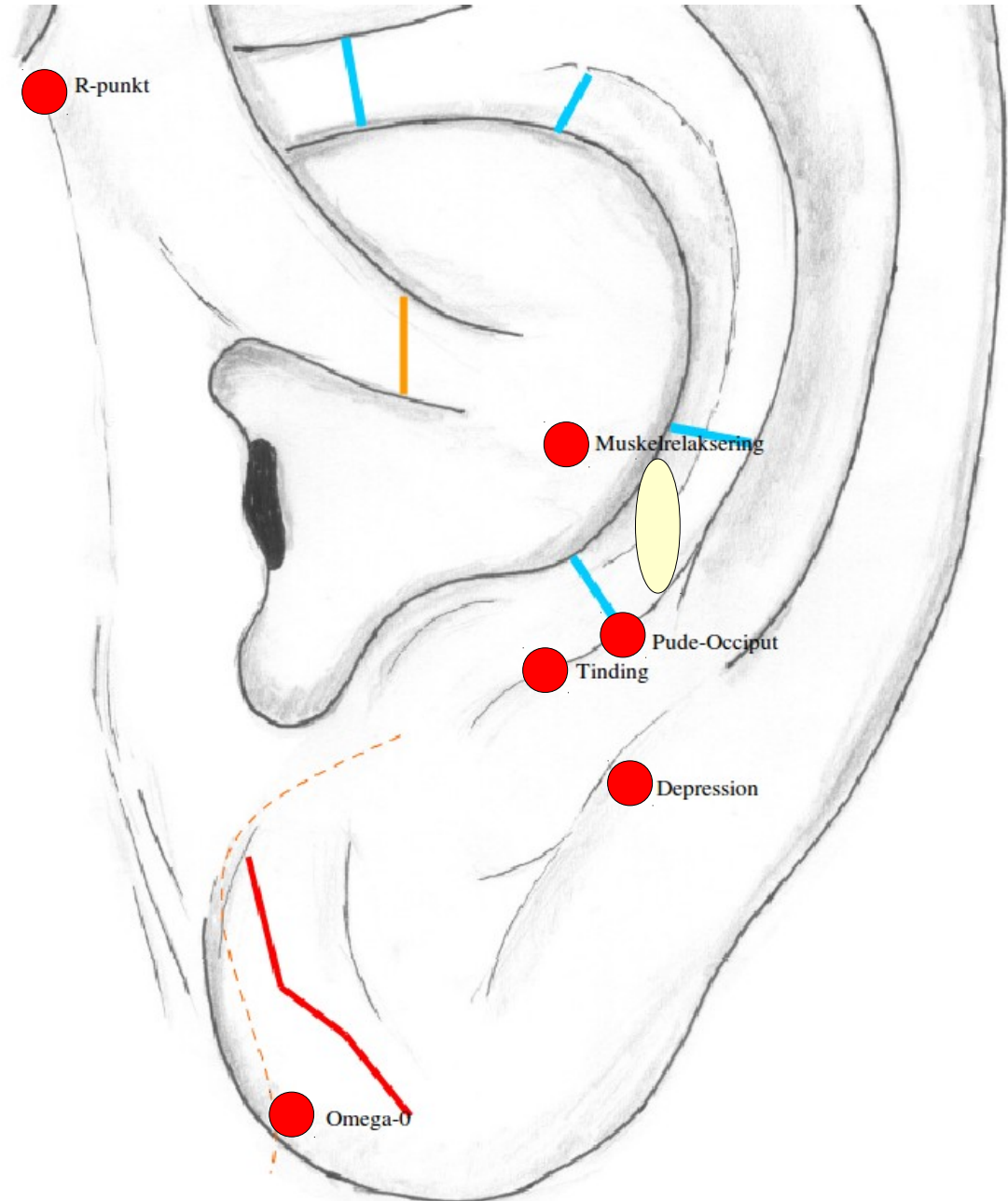
Håndakupunktur

- HP6 Pande-hovedpine
- HP7 Isse-hovedpine
- HP8 Migræne
- HP10 Nakke-hovedpine



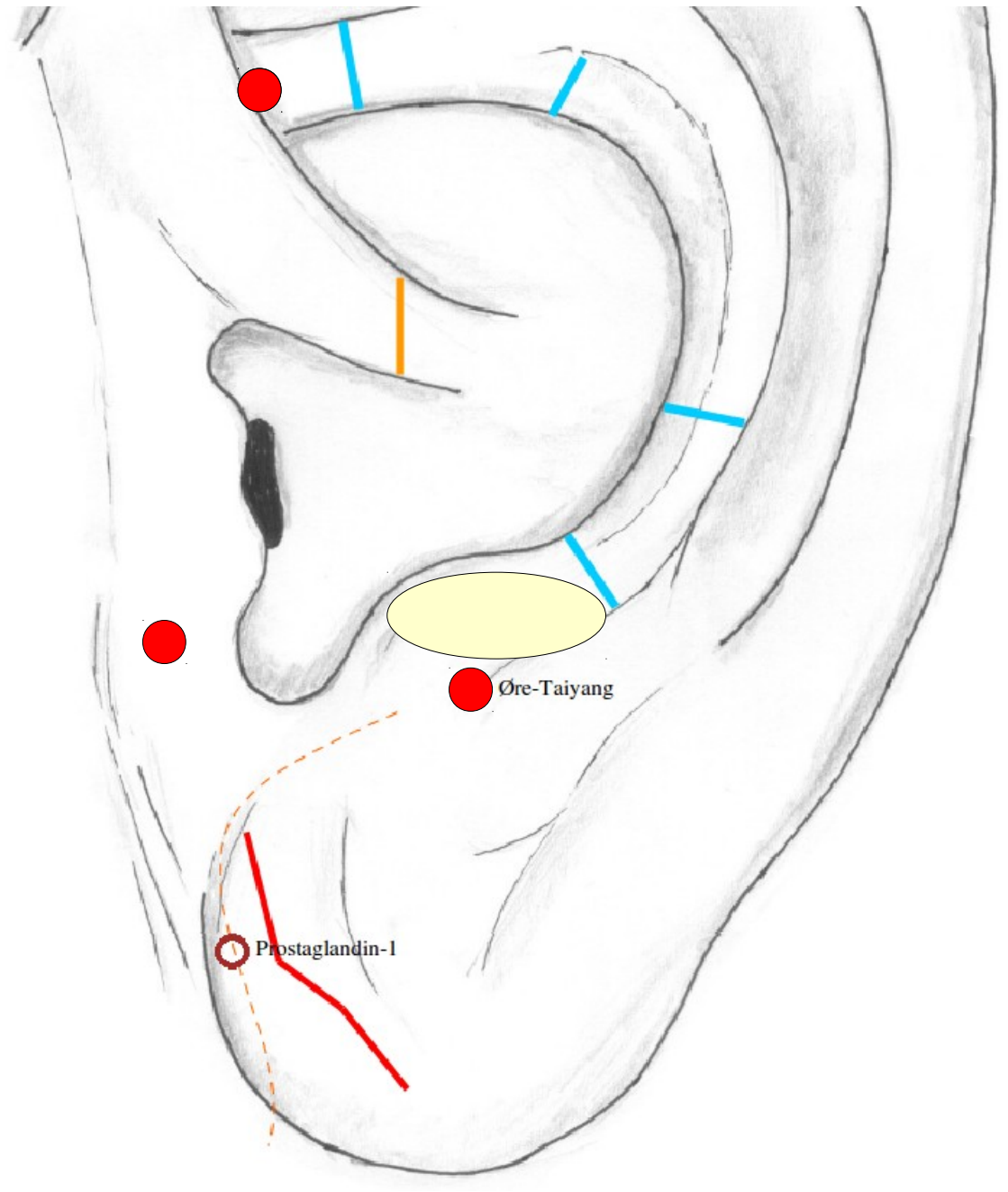
Øreakupunktur - spændingshovedpine

- Pude-occiput
- Tinding (zone!)
- Pande (zone!)
- Cervikalsegmenter for & --> evt. skulder/arm
- Muskelrelaksering (Jin)
- *psykogen:*
afspændingspunkter son
 - Shenmen
 - Sedation-G2
 - Omega-0
 - R-punkt



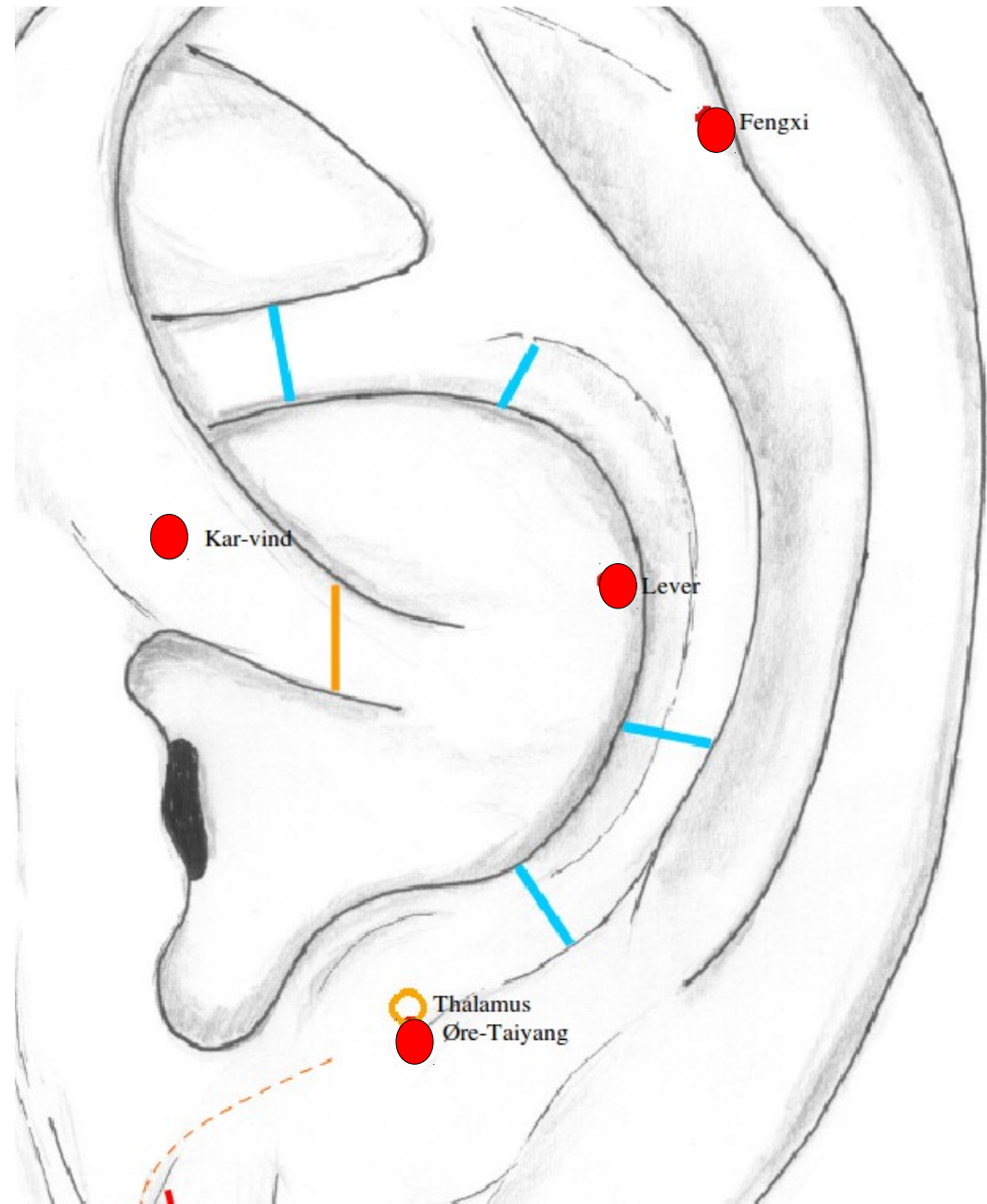
Øreakupunktur - vasomotorisk hovedpine

- Taiyang ("Ex2")
- Lokalpunkter Antitragus
- Sympaticus
- Prostaglandin-1
- Sedation-G2



Øreakupunktur - Bing-Horton

- Fengxi
- Kar-vind
- Lever, evt. Lunge
- Taiyang ("Ex2")
- Thalamus



Migræne - urtemedicin

- vigtigste enkelturt: **chuan xiong** 14 (ligusticum)
- klassisk standardreceptur: **chuan xiong san** (*Ligusticum-pulver*)
Ju Jianwei et. al. (JTCM 9/95, via JCM 1/96) opnåede en 90% bedringsrate over 30 dage ved at variere netop denne receptur ud fra følgende diagnoseskema:
- v/ **indre vind i shaoyang**
+ **xiao chai hu tang**
(Lille bupleurum-afkog, **Minor Bupleurum**TM)
- v/ **opadslående Le-ild**
+ **long dan xie gan tang**
(Le-sederende ensian-afkog, **Drain Fire**TM)
- v/ **Le-qi-zhi**
+ **chai hu shu gan san**
(Le-lindrende bupleurum-afkog, **Break into a Smile**TM)

Hovedpine - fokusurter

	urter:	
fælles basisterapi	chuan xiong 14 (ligusticum) dang gui 14-20 (angelica)	
terapi efter køn	kvinder: bai shao 20-21-2b (hvid pæonrod) xiang fu 13 (cyperrod)	mænd: fang feng 1a (ledebouriella) bai zhi 1a-8 (dahurisk angelik)
bilateral smerte	chai hu 1b (bupleurum), huang qin 2d (scutellaria)	
isse-hovedpine	gao ben 1a (ligusticum-rod)	
pande-hovedpine	bai zhi 1a-8 (dahurisk angelik)	
tindinge-/øjnehule-hp.	mere chuan xiong 14 (ligusticum)	
nakke-hovedpine	qiang huo 1a-8 (notopterygium), ge gen 1b (pueraria)	
bihule-hovedpine	xin yi hua 1a (rød magnolie), xi xin 1a [	
tandpine-hovedpine, tics	chan tui 1b (sangcikade-ham)	

Yu Zhimin et. al. (JTCM 9/95, via JCM 1/96), inspireret af Zhou Chaofan, rapporterer en effektivitetsrate på 80%

Akututor - interaktiv diagnose og terapi

Trin 1 - Journal

Symptomer og medicinske diagnoser (komma-separeret liste)

Symptomer:

Tungelegeme:

normal
bleg
rød
hvid
blålig-purpur

Tungebelægning:

normal
gullig
hvid
brunlig bagerst
tyk

Puls:

normal
hurtig
langsom
overfladisk
dyb

Konstitution: (almen, psyke) træ ild jord metal vand

Meridian: stærke sm., rød, spændt, hyper- ↑: Lu Co M MP H Ty B N KS SJ G Le
vage smerter, svag, kold, hypo- ↓: Lu Co M MP H Ty B N KS SJ G Le

Alder: **Køn:** mand kvinde gravid

Risikofaktorer og social:

Det er ikke nødvendigt at udfylde *alle* søgekriterier, det vigtigste er symptomfeltet, alt andet er optionelt! Det er bedre slet ikke at udfylde felterne end at opgive informationer du er usikker på (fx tunge eller puls).

Meridianoplysningerne sigter på *lokaliseringen* af især overfladiske symptomer, ikke på mulige diagnoser i egentlig forstand.

Tryk på *Diagnose*-knappen, når du er klar!

[disclaimer](#)

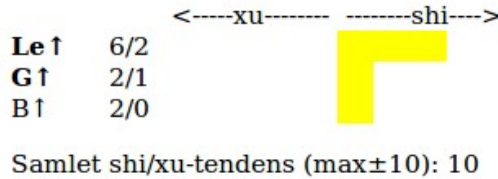
Symptomer (standardiseret):

hovedpine, migræne, G-meridian-shi, Le-meridian-shi

Mulige TCM-diagnoser:

- vind (110.27)
- indre vind (95.59)
- Le-ild slår opad (91.78)
- kold vind (72.35)
- Le-qi-zhi (55.95)
- varm vind (53.92)

5-element-balancen:



Hvis du mener at kunne godkende én eller flere af diagnoserne, kan du sætte kryds ved dem, og gå videre til terapiforslag.

Vis terapiforslag

Alternativt, for at checke diagnoserne yderligere, kan du oplyse om nogle af følgende symptomer gør sig gældende:

- lukket biao, spændinger, epilepsi, muskelkramper, forsvarspuls, røde øjne, influenza, svimmelhed, smerter, PMS, hypertoni, trykken, nakkehold, bitter smag, halsbetændelse, facialisparese, paræstesier, forkølelse, reflux, tinnitus, apopleksi, dysmenorrø, overfladisk puls, hvidligt opspyt, kuldeaversion, smerter under ribbensbuen, irritabilitet, feber, hævede øjne, kulderystelser,

Hvis der er klare tungetegn, er disse ligeledes meget vigtige for diagnosen:

- røde tungerande, blegrød tunge, gul belægning, brun belægning, følelsesløs tunge, hvid belægning, rød tunge, blålig-purpur tunge, gul fedtet belægning, glinsende tunge, hævet tunge, rød tungespids, fedtet belægning, afskallet tunge, klistrende belægning, bleg tunge,

Check symptomerne

Jf. evt. følgende eksempler. Husk at det enkelte billede kan rumme mange tegn, der kan forekomme i alle mulige kombinationer, der ikke nødvendigvis forekommer sammen i din case. Eksemplet skal således kun hjælpe dig med afkrydsningen af eet tegn ad gangen - det der anført under billedet.

blegrød tunge
fx:



gul belægning
fx:



brun belægning
fx:



hvid belægning
fx:



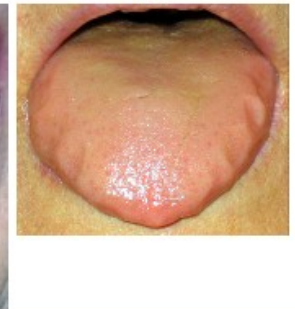
rød tunge
fx:



blålig-purpur tunge
fx:



gul fedtet belægning
fx:



AkuTutor: Trin 3 - Terapi

Kropsakupunktur (Maksimalpunkter)

- **Ex2** (28.01)
(Tàiyáng)
- **G41** (22.32)
- **M8** (22.15)
(Tóuwéi)
- **G20** (17.07)
(Fēngchí)
- **G40-√** (14.52)
(Qiūxū)

Enkelturter

- **jú huā** 1b (36.11)
(krysantemum-blomst)
- **gou teng** 12 (28.99)
(uncaria)
- **chái hú** 1b-13 (28.31)
(hareørerod)
- **tian ma** (28.25)
- **bái sháo** 2b-20 (27.52)
(hvid pæonrod)

Syndromer

TCM:

vind: G20, Du16, Co4
indre vind: Le3, G20, Du8
Le-ild slår opad: Le2, Ganyang, Ex2
kold vind: Co4, Lu7, Ex2
Le-qi-zhi: Le3, Le13, G34
varm vind: Co11, Co4, Ty1

Gyldne nåle / energiløse:

Symptomatisk

- *hovedpine*: Ex2, G20, M8, Cephalgi, Varme
- *migræne*: Ex2, G8, M8, Uterus-TF, Øre-Taiyang

Øreakupunktur (Maksimalpunkter)

- **Cephalgi** (30.42)
- **Uterus-TF** (25.67)
- **Øre-Taiyang** (15.9)
- **Fengxi** (15.57)
- **Kar-vind** (11.41)

Vis planche

Recepturer

- **lóng dān xiè gān tāng** 2d, kold (101.625)
(Le-sederende ensian-afkog)
~ Drain Fire
~ Quell Fire
- **chái hú shū gān sǎn** 4-13, kølig (33.465)
(Le-lindrende bupleurum-afkog)
~ Break into a smile
- **xiāo yáo wán** 4-13-Le, let varm (25.785)
(Roaming-pulver)
~ Relaxed Wanderer
~ Free and Easy Wanderer, Freeing the Moon
- **bàn xià bái zhú tiān má tāng** 16a, varm (19.89)
(Pinellia-Atractylodes-Gastrodia-afkog)
~ Clear Yang
- **chuān xiōng chá tiáo sǎn** 1a, varm (18.48)
(Ligusticum tepulver)

Kostemner

- **hvidvin** Ω4
- **søore** ≈2
- **grøn te** ∂4
- **tykmælk** Ω3
- **hvedeøl** Ω4

Urtemedicin - Le-varme

long dan xie gan tang 2d (Le-lindrende ensian-afkog)

Drain Fire, Quell Fire

- køler fugtig varme i Le-meridianen, opadslående Le-ild evt m/ H-ild
- hård dunkende migræneagtig hovedpine
- vrede
- rødt ansigt
- røde øjne
- tør afføring
- shi-tinnitus
- drømmesøvn
- rød tunge evt. med gul fedtet belægning
- strenget hurtig puls
- bitter smag
- tørst



navn		smag	temp.	Le/G	H/Ty	MP/M	Lu/Co	N/B	syndromer
long dan cao	Gentiana scabra R	x	kold	* *					fugtig varme
huang qin	Scutellaria baicalensis R	x	kold	* *	* *		* *		varme/qi-shi, T1 xue-varme, shaoyang
zhi zi -> 2b	Gardenia jasminoides F	x	kold	* *	# #	*	*		T123-varme xue-varme
che qian zi	Plantago S	x	kold	*	*		*	*	fugtig varme N-xu, slim
ze xie	Alisma plantago-aquatica J Alisma orientalis	0	kold					* *	fugt fugtig varme
mu tong (木通)	Akebia, Aristolochia D	x	kold, tør+		* *		*	*	fugtig varme
dang gui -> 14	Angelica sinensis R dang gui wei = rodspidser dang gui tou = rodhovedet	x x	varm	*	*	*			xue-xu xue-yu
sheng di huang -> 21	Rehmannia glutinosa R (gan-tørret, sheng/xian-frisk)	x	kold	*	* *	*		*	Le/xue-varme hede->yin-xu
chai hu	Bupleurum R	x x	neutral- kølig	* *	# #				biao <-> Li Le/G-shi/xu
gan cao	Glycyrrhiza uralensis R (rå)	x	neutral	* *	* *	*	*	* *	qi-xu
yuan zhi	Polygala tenuifolia Rc	x x	varm		*		*	*	slim -> shen N <-> H
tian ma	Gastrodia elata J (orkidéart)	x	lun	*					Le-varme/vind, vind-fugt-bi
ju hua	Chrysanthemum morifolium L	x x	kølig+			*	*		vind-hede, øjne
gou teng	Uncaria rhynchophylla TN = Nauclea rhynchophylla	x	kølig+	*	#				Le-yang/ild/vind
lian xin lian zi xin	Nelumbo nucifera S (Plumula)	x	kold		* #				shen-hede jing/xue-tab

Urtemedicin - Le-qi-zhi

chai hu shu gan san 4-13 (Le-lindrende bupleurum-afkog)

Break Into a Smile



- udpræget Le-zhi med nogen varme og sekundær MPM-xu
- hovedpine med spændingsfornemmelser
- irritabilitet, trykken under ribbenskurvaturen
- evt. shaoyang-symptomer
- evt. PMS / uregelmæssig menstruation
- evt. rød tungerand med antydning af tandmærker
- strenget puls især venstre guan, blødere i højre guan

navn		smag		temp.	Le/G		H/Ty		MP/M		Lu/Co		N/B	syndromer
chai hu	Bupleurum R	x	x	neutral-kølig	*	*	#	#						biao <-> Li Le/G-shi/xu
bai shao -> 20-21	Paeonia lactiflora R	x	x	kølig						*				yin/xue-xu Le-yang-shi
gan cao	Glycyrrhiza uralensis R (rå)		x	neutral	*	*	*	*	*	*	*	*	*	qi-xu
zhi ke	Citrus aurantium F (moden)	x	x	kølig					*	*				T2-vind-fugt -> T2-qi-zhi
chuan xiong	Ligusticum Wallichii R Ligusticum sinense		x	varm	*	*	#							xue-yu, vind-fugt kulde-bi
xiang fu	Cyperus rotundus JRk	x	x	neutral A	*			#						Le-zhi
chen pi	Citrus reticulata Fc (moden)	x	x	varm-A					*	*	*			M-ni fugt, slim

Break Into a Smile tilføjer *dan shen* [salvie] til at bevæge blod og berolig *shen, yan hu suo* [corydalis] som smerteurt og *suan zao ren* [jujuba-frø] som psykosomatisk Hun-rodfeaster

Urtemedicin - Le->MP

xiao yao wan 4-13, **Relaxed Wanderer**, **Freeing the Moon**



- løsner Le-zhi, styrker MP, harmoniserer Le-MP, nærer xu
- tindingehovedpine eller hovedpine bag øjnene
- "svimmel" hovedpine, svimmelt syn, evt. T2-trykken, kvalme, tarmrumlen
- irritabilitet, værre v/ stress, depression m/ shen-zhi (knudret shen)
- PMS, underlivsbetændelse, brystømhed, kvalme
- blandet Le/MP tunge, fx orange m/ tandmærker

navn		smag		temp.	Le/G		H/Ty		MP/M		Lu/Co		N/B	syndromer
chai hu	Bupleurum R	x	x	neutral-kølig	*	*	#	#						biao <-> Li Le/G-shi/xu
bo he	Mentha arvensis BLT Mentha piperita		x	kølig-A	*						*			varm vind, Le-shi
bai zhu	Atractylodes macrocephala Rk	x	x	varm					*	*				MP-qi-xu T3-fugt
fu ling = bai fu ling	Poria cocos M (sclerotium)		0	neutral			*	*	*	*	*		*	fugt, MP-xu slim-stagnation
dang gui -> 14	Angelica sinensis R dang gui wei = rodspidser dang gui tou = rodhovedet		x	varm	*		*		*					xue-xu xue-yu
bai shao -> 20-21	Paeonia lactiflora R	x	x	kølig						*				yin/xue-xu Le-yang-shi
sheng jiang -> 1a	Zingiber off. recens R			varm++					*	*				kold vind, M-ni kold slim
gan cao	Glycyrrhiza uralensis R (rå)		x	neutral	*	*	*	*	*	*	*	*	*	qi-xu

Relaxed Wanderer tilføjer migrænemidlet *chuan xiong* [*ligusticum*] og det psykisk beroligende vindremedie *tian ma* [*gastrodia-orkidé*]. **Freeing the Moon** fokuserer på sekundær Le-zhi ved Le-xue-xu: *he shou wu* [*polygonum*] og *gou qi zi* [*lycium-bær*] (øjne)

Eckhard Bick

Akupunkturskolen i Århus

www.akututor.dk

