

# Mach Dein Pferd winterfest

## ***Herbst :Transformation vom Yang zum Yin***

Die goldene Wärme des Yang im Herbst verändert sich langsam zum kühlen Yin des Spätherbstes und Winters. Für viele Pferdebesitzer unmerklich beginnt diese Phase schon im August, dh. die Nächte werden kühler, die Tage kürzer, das Tier spürt, was wir längst nicht mehr wahrnehmen. Es beginnt schon ab Mitte August ein Winterfell zu schieben, sein System auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten.

Die 3 Monate des Herbstes bedeuten im besonderen für das Pferd Energiereserven aufzubauen, um eben diesen Fellwechsel zu bewerkstelligen und die darauf folgende Kälteperiode gut und bei Kräften und gesund zu überstehen. Das System wird Schritt für Schritt heruntergefahren, es verlangsamt das Tempo des Stoffwechsels, die aktive Zeit, der Sommer, geht dem Ende zu. Haushalten ist angesagt. Wie der Mensch die Ernte einfährt, so sammelt die Natur Kraft und baut Energie Reserven auf.

Die Bewegung des Herbstes wird in der TCM als absteigend bezeichnet, das wird zum Beispiel an den nun reifenden Feldfrüchten ersichtlich. Die Wurzeln wachsen tief in den Boden, um dort die nötige Energie zu finden, die wir dann wiederum verkonsumieren, sei es als Kartoffel oder unsere Pferde als Zuckerrüben.

## **Jede Saison in der TCM weist eine Verbundenheit mit einem Organ im Meridian System auf.**

Herbst ist die Saison des Metalls; Lunge und Atmungssystem sind mit dem Element Metall assoziiert und sind besonders anfällig in dieser Zeit. Die Zahl der erkrankten Pferde nach heißen, trockenen Tagen des Sommers, nimmt in den kommenden nasskalten, nebeligen Nächten im nächsten Monat zu, Infekte, trockener Husten oder Verstärkung von bestehender (oft auch unerkannter) Symptomatik, zB Koliken, Dämpfigkeit uvm.

In der TCM spielen die 4 Jahreszeiten eine große Rolle, das wird ersichtlich im 2. Kapitel des Huáng Dì Nèi Jīng (eines der ältesten Standardwerke der chinesischen Medizin)

“In den 3 Monaten des Herbstes, alle Lebensformen der Erde reifen. In Herbst ist der Wind hart, kalt und stark, die Luft klar, beißend und strahlend; während dieser Periode sollte der Mensch früh zu Bett gehen, um sich vor der Kälte zu schützen, früh aufstehen, um sich an der Morgenfrische zu erfreuen, in der Seele friedvoll und stabil sein, um sich so vor dem heulen des Herbstes und dessen Stärke zu bewahren. Mit der eigenen Kraft Haushalten und den Geist vor Sorgen und Ungestüm schützen. In dieser Weise kann der Atem der Lunge bewahrt werden. “

## **In der Traditionellen Chinesischen Medizin beginnt die Prävention mit einer Schutzschicht um das Wei Qi oder Abwehr Energie genannt.**

Winter, aus Sicht der TCM, ist die Jahreszeit der Nieren und des Wassers. Mensch wie Tier sollten den Herbst nutzen, neue Energien aufzuladen und die Nieren zu wärmen.

Das Nieren Qi ist die Wurzel des Lebens, es ist die Basis aller Qi Energien eines Körpers. Verantwortlich für Geburt, Wachstum, Fruchtbarkeit, Knochenentwicklung und Langlebigkeit. Vergleichbar mit der Autobatterie. Wenn wir diese aufgeladen halten, also das Auto nicht für lange Zeit stehen lassen, kann es sofort starten, die Scheinwerfer anwerfen und alles andere im Auto funktioniert. Bleibt der Wagen jedoch über eine lange Zeit unbeachtet, entlädt sich die Batterie, das Auto hat Startschwierigkeiten, vielleicht rumpelt es nur kurz und startet gar nicht, die Scheinwerfer werden nicht leuchten und auch kein anderes Gerät im Auto funktionieren können. Zurück zum Körper, wenn er nicht versorgt wird, wenn die Zeit dazu ist, dann wird er spätestens in der dunklen Jahreszeit seine Probleme bekommen, sei es körperlicher Natur oder emotionaler.

*Wei Qi* ist des Körpers unmittelbare Verteidigung gegen alle möglichen externen Angriffe und Pathogene. Ein Pathogen mag bakterieller, viraler or toxischer Natur sein. In der Schulmedizin würde man *Wei Qi* als Immunsystem bezeichnen. Wenn das *Wei Qi* stark ist, wird jeder pathogenische Angreifer abgewiesen, wenn es schwach ist, erliegt es diesen Angriffen und Krankheiten sind die Folge.

## **Es gibt sehr viele chinesische Heilkräuter, die das Immunsystem stützen und auch den Abwehrschirm, das *Wei Qi*, bilden können.**

**Zwei dieser Kräuter möchte ich hier vorstellen:**

Das erste ist *Huang qi* (*Astragalus chinensis membranicus*), es ist wohl das Heilkraut mit der vielseitigsten Eigenschaften. Moderne Forschung hat verschiedene pharmakologische bemerkenswerte Eigenschaften identifiziert, die den historischen Einsatz bestätigen. *Huang qi* ist ein Immunstimulant, es steigert spezifische und nicht-spezifische Immunfähigkeit. *Huang qi* erhöht die Zahl der weißen Blutkörperchen und besitzt antibiotische Fähigkeiten gegen Streptokokkus und Staphylokokkus aureus. Klinische Studien wiesen die Wirkung in der Akutbehandlung und Prävention gegen Infekte und Erkältungskrankheiten nach. Zum anderen ist es ein Leber schützendes Heilkraut.

Als ideal für Pferde mit dem Cold-Back-Syndrom (Kalter Rücken) hat sich dieses Heilkraut in der Verbindung mit einem weiteren gezeigt, denn *Huangqi qi* wärmt und stützt den Nieren Meridian. Pferde, die unter diesem, der Schulmedizin unerklärlichen Syndrom leiden, generieren nicht genügend Wärme, sie haben bei geringer Bewegung immer einen kalten Rücken, sind zu Anfang recht steif und benötigen sehr lange, wohlbedachte Aufwärmphasen. Die "innere Heizung" funktioniert nicht richtig, schon in jüngerem Alter.

*Huang qi* ist ein Heilkraut ohne Nebenwirkungen (bei entsprechender Dosierung) für Pferde und sollte über einen Zeitraum von mehreren Monaten gefüttert werden, um seine ganze Wirkung entfalten zu können. Es hat einen leicht süßlichen Charakter.

Das 2. außerordentlich bemerkenswerte Heilkraut nennt sich *He shou wu* (*polygonum multiflorum*), d er Vielblütiger Knöterich aus China stammend, auch unter *Fo Ti* bekannt. Seine Übersetzung des Namens lautet "schwarzhaariger Herr He". Im traditionellen China wird es gegen frühes Ergrauen eingesetzt. Eine chinesische Legende erzählt, dass Herr He ein über sechzig Jahre alter Mann gewesen sei. Er nahm die Wurzel des Knöterichs in grossen Mengen ein und verjüngte derart, sodass er noch weitere Kinder zeugte und das stolze Alter von 132 erreichte. Es ist ein warmes, bitteres, adstringierendes und leicht-süßliches Heilkraut und findet sich in vielerlei Rezepturen meiner Praxis wieder. Es bezieht sich auf Herz, Niere und Leber Meridiane. *He shou wu* wird seit Jahrhunderten in der TCM als Tonikum eingesetzt. Die warme Natur des Heilkrautes hilft dem Körper immer gut versorgt zu sein, pathogenische Angriffe und die Kälte des Winters abzuwehren. Zusätzlich zu diesen Fähigkeiten ist es in der Lage den Cholesterin Spiegel zu reduzieren, rote Blutkörperchen zu generieren und es wirkt als antibakterielles Kraut.

*He shou wu* eignet sich insbesondere für das ältere Pferd, welches natürlicher Weise schon Schwierigkeiten hat, sein Körpergewicht und allg. Kondition während der kalten Jahreszeit zu halten. Es sollte jedoch nicht bei Pferden angewandt werden, die hyperglykämisch sind oder chronisch losen Stuhl aufweisen. Es wärmt und bewegt Blut, befeuchtet den Darm - ideal bei Pferden, die mangels an Bewegung zu Verstopfungskoliken neigen.

*He shou wu* kann unseren Pferden helfen, den Übergang zum Winter gut zu verkraften.

© Iris Brown, TCVMP September 2018

<https://pferde-tcm.eu> <https://headshaker.eu/>