



Örtförslag för yangnivåerna i de 6 qi

Här nedan följer förslag på örtmedicin du kan använda vid obalans i de tre yttligare yangmeridianparen, av de 6 qi.

Se vidare i dokument [SRU-KY-Teori.2-Introduktion av de 6 qi och fokus på de 3 första yangmeridianparen](#) samt det fördjupande dokumentet [SRU-KY-Teori-10.2-Introduktion av de 6 qi och fokus på de 3 första yangmeridianparen](#)

Perspektivet kring de 6 nivåerna visar hur DJUPT en obalans existerar i kroppen: **Tai Yang**, **Yang Ming** och **Shao Yang**

Tai Yang

UB - Blåsa
SI - Tunntarm

Yang Ming

ST - Mage
LI - Tjocktarm

Shao Yang

GB - Gallblåsa
TH - Trippelvärmare

Observera: Om du läser om de 6 nivåerna i akupunkturböcker kommer du i vissa finna en annan ordning som INTE VISAR DJUPET på obalans, utan ordningen ur ett ANATOMISKT LÄGE dvs från laterala till mediala sidan. För dig som kinesolog är det mycket viktigt att förstå djupet på obalans, eftersom du vill kunna sätta in rätt örtmedicin/näring för olika stadier av sjukdom eller andra symptom.



Har du appen vi rekommenderat eller boken "A manual of acupuncture" av "Deadman" finner du de 6 nivåerna under "12 cutaneous regions".

I den kinesiska anatomiska grundställningen – se min LOGA© - ser man logiken till den alternativa sorteringen i vissa akupunkturböcker (ordningen blir alternativt Tai Yang, Shao Yang och Yang Ming – de två sista skiftar plats mot det ni lär er nu).

Örtförslagen är helt baserade på klinisk observation av Sabine Rosén. Vi utgår från de symptom de 6 nivåerna anger enligt österländskt tänkande/TCM, och växlar sedan perspektiv till ett västerländskt symptomtänk.

Förslagen bygger också på accepterad forskning, och texten nedan är inkopierad från Mic Mc Mullens bok ÖRTMEDICIN, där referenser finns.

Vi har försökt rekommendera örter som finns tillgängliga i Sverige.





Den första försvarslinjen **Tai Yang** är i början av en attack. Relaterade organ är urinblåsa och tunntarm.

Ur ett österländskt perspektiv vill vi cirkulera vid ytan för att se till att porerna hålls öppna så att vi kan svetta, och mjukgöra den spänning som är första symptom, se material från Jan.

Echinacea

Egenskaper

Immunstimulerande - stimulerar fagocytosis, ökar rörlighet & cellandning hos vita blodkroppar Tumörhämmande, mjältstimulerande Allergihämmande

Hyaluronidashämmande Utvärtes sårläkande

Virus-, bakterie-, svamp- & parasitinfektion Infektion i övre luftvägar; astma, allergi, förkylning, stämbandsinflammation, halsinfektion, öroninfektion Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar pga bakterieinfektion Hudinfektion som t.ex. bölder (invärtes & utvärtes)

Ingefära

Zingiber officinalis Ingefära Ginger

Egenskaper

Väderfördelande, förebygger illamående Stimulerar perifer blodcirkulation , svett drivande Stimulerar blodcirkulation i matsmältningsorgan Förebygger kräkning (efter operation & cancerbehandling) Inflammationshämmande (↓ PGE-2), kramplösande Hämmar blodplättssamling Sänker högt kolesterol

Medicinsk användning

Illamående, sjösjuka, svindel, yrsel Svag matsmältning med gasbildning, hicka Trögflytande blod pga blodplättssamling Nedsatt blodcirkulation, fryser, kalla händer & fötter Högt kolesterol Minskar smärta & stelhet vid reumatiska sjukdomar Förkylning, influensa, hosta, feber Allmän trötthet, ingen livslust, förtvining av sexualorgan

Fläder

Sambucus nigra Fläder Elder

Egenskaper

Slemökande expektorant Hostdämpande Katarrhämmande Svett drivande (varmt te) Urindrivande (kallt) Leverskyddande



Medicinsk användning

Influensa, förkylning, feber Bihåleinflammation Kronisk näskatarr

Astragalus

Astragalus membranaceus Kinaveddel, Astragalus Astragalus

Egenskaper

Adaptogen (stärker kroppens anpassningsförmåga) Immunstärkande (ökar interferon) Ökar aptit i samband med cancerbehandling Blodsockerreglerande

Sänker högt blodtryck Ökar spermierörligheten

Medicinsk användning

Virus-, bakterie-, svamp-, & parasitinfektion Infektion i övre luftvägar, njurinfektion Mental & fysisk trötthet – akut & kronisk Högt blodtryck

Rosmarin

Rosmarinus officinalis Rosmarin Rosmary

Egenskaper

Växtedel: Blad

Motverkar migrän & huvudvärk Antidepressiv, lugnande, kramplösande Galldrivande, väderfördelande Hjärttonikum (käravidgande) Inflammationshämmande (↓ komplement & antioxidant) Svett drivande Stimulerar menstruation Bakteriehämmande Utvärtes: Smärtstillande

Parasit- & bakteriehämmande (olja)

Selleri

Apium graveolens Selleri Celery

Egenskaper

Inflammationshämmande Urindrivande Lugnande & kramplösande Blodtryckssänkande Väderfördelande Stimulerar livmoder

Medicinsk användning



Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar inkl. gikt Urinvägsproblem Svag matsmältning Högt blodtryck

Persilja

Petroselinum crispum Persilja Parsley

Egenskaper

Urindrivande Kramplösande Väderfördelande Antiseptisk Inflammationshämmande – antihistamin
Lugnande

Medicinsk användning

Urinvägsbesvär, t.ex. njursten, urinvägsinfektion Smärtsam urinering Svag matsmältning Trög eller
ingen menstruation

Mjölon

Arctostaphylos uva ursi Mjölon Uva Ursi, Bearberry

Egenskaper

Växtedel: Blad

Urinvägsantiseptisk (bakteriernas β -glukosidas omvandlar arbutin till bakteriedödande
hydrokinon) Urindrivande Sammandragande, blodstillande

Bakterie- & svamphämmande (inkl Candida albicans)

Medicinsk användning

Urinvägsinfektion (akut & kronisk) Smärtsam urinering, blod i urinen Sängvätning Diarré, dysenteri,
tarmdysbios Riklig menstruation

Vaginala flytningar

Läkemalva

Althea officinalis Läkemalva Marshmallow

Egenskaper

Lindrar irriterade slemhinnor Slemökande expektorant Urindrivande Lenande i urinvägar



Lindrar sår & brännskador Utvärtes förstärker effekten av steroidbaserad salva, t.ex. kortisonsalva

Medicinsk användning

Irritation & inflammation i mag-tarmkanalen Torrhosta, rökhosta Akut & kronisk infektion & inflammation i urinvägar Spänning över njurar & nedre rygg Utvärtes: Sår, bölder, brännskador, bensår

Ringblomma

Calendula officinalis Ringblomma Marigold

Egenskaper

Stimulerar sårhäkning (invärtes & utvärtes) Bittermedel Inflammationshämmande, kramplösande Virus-, bakterie- & svamphämmande Immun-, lymf- & mjältstimulerande Blodstillande

Medicinsk användning

Förstörda & inflammerade lymfkörtlar Magsår & trasiga slemhinnor i tarmen
Gallblåseinflammation Virus-, bakterie- & svampinfektion Hemorrojder, åderbräck; även med infektion
Skärsår, blåmärken, såriga bröstvårtor, blöjeksem Hudproblem (användes invärtes och utvärtes)
Utvärtes användning liknande Arnica

Rosenrot

Rhodiola rosea, Sedum roseum Rosenrot Arctic Root

Egenskaper

Adaptogen Hjärnstimulant Kärlsammandragande & blodstillande Ökar prestationsförmågan hos idrottare

Medicinsk användning

Trötthet Stress – både fysisk & mental Nedsatt vitalitet med svag hjärnfunktion Hemorrojder

Lakrits

Glycyrrhiza glabra Lakrits Licorice



Egenskaper

Adaptogen, ökar ACTH, glukö- & mineralkortikoider Blodsockerreglerande, ökar glukoslagring i lever
Ökar slem i magsäck & slemökande expektorant Immunstärkande (ökar interferon)

Virus-, bakterie- & svamphämmande Inflammationshämmande (↓ PGE-2), kramplösande
Leverskyddande Prostatabesvär

Medicinsk användning

Binjuretonikum, regenerativ vid/efter kortisonbehandling Sötbegär Mental & fysisk trötthet – akut &
kronisk Magkatarr, magsår

Nedsatt immunförsvar inkl. virus-, bakterie- & svampinfektion Rethosta, bronkit

Den andra nivån **Yang Ming är vår andra försvarslinje i en utifrånkommande attack (alternativt uppkommen efter att ha "akutiserat" ett mer djupt kroniskt liggande problem). Relaterade organ är mage och tjocktarm.**

Pepparmynta

Menthae piperitae Pepparmynta Peppermint

Egenskaper

Kramplösande i ofrivillig muskulatur i matsmältningskanalen
Väderfördelande Galldrivande Svettdrivande

Medicinsk användning

Svag matsmältning, spec. vid gallbesvär Kramp & gaser i samband med matsmältning Feber, spec. när patientens känner sig varm Olja invärtes: Inflammatoriska tarmbesvär Inhalation av olja: Katarr i andningsorgan Olja utvärtes, direkt eller i salva: muskel- & nervvärk

Andrographis

Andrographis paniculata Kariyat Chiretta, King of Bitters

Egenskaper

Immunstärkande Leverskyddande, galldrivande Inflammationshämmande (ACTH-ökande) Hämmar blodplättssamling Bittermedel Mjältstimulerande, parasithämmande



Medicinsk användning

Virus-, bakterie-, svamp- och parasitinfektion Förkylning och halsinfektion Tarminfektion med diarré eller dysenteri, spec. E. coli Leverinfektion och skada

Inflammation, spec. vid blodplättssamling Nedsatt matsmältning

Pao Dárco

Tabebuia spp., Tabebuia impetiginosa, Tabebuia avellanedae Pau D'arco Lapacho (Engelska, Spanska), Pau D'arco (portugisiska), Ipe Roxo, Taheebo (sydamerika)

Egenskaper Växtedel: Innerbark

Virus-, bakterie-, svamp- & parasithämmande Immunstärkande Mjältstimulerande Hämmar blodplättssamling

Tumörhämmande

Medicinsk användning

Bakterie-, svamp- & parasitinfektion i tarmen Virusinfektion & lymfstockning Nedsatt immunförsvar Feber, mjältbesvär

Dysenteri Trögflytande blod pga blodplättssamling Utvärtes: Svampinfektioner

Oregano

Finns i tablettform, koncentrat... Oil of oregano. Mkt bra tillsammans med andrographis.

Gentiana

Gentiana lutea Gullgentiana Gentian

Egenskaper

Bittermedel Ökar salivproduktion Bakterie-, svamp- & parasithämmande Galldrivande Tonikum

Medicinsk användning

Svag matsmältning Matallergi Anorexia Bakterie-, svamp- & parasitinfektion Illamående, kräkningar

Åksjuka Gallsmak i munnen



Gurkmeja

Curcuma longa Gurkmeja Turmeric, Curcumin

Egenskaper Växtedel: Rotstam & curcumin 20X konc Koloretikum, galldrivande, leverskyddande Bakteriehämmande, spec. mot salmonella Hämmar blodplättssamling, ökar fibrinolytisk aktivitet

Sänker högt kolesterol Sänker högt blodtryck, Ökar vikten av sexualorgan & rörligheten hos spermier
Curcumin: Inflammationshämmande (↓ PGE-2)

Minskar Fas-1-, ökar Fas-2-leveravgiftning Cancerhämmande, antioxidant Ref 2, sid 222

Medicinsk användning

Svag matsmältning, mat-, & salmonellaförgiftning Hepatit, lever- & gallbesvär Högt blodtryck Trögflytande blod pga blodplättssamling och/eller fibrin Outvecklade testiklar eller testikelatrofi, inaktiva spermier Curcumin: Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar

Vattenklöver

Menyanthes trifoliata Vattenklöver Bogbean, Buckbean, Marsh Trefoil

Egenskaper

Växtedel: Ört

Bittermedel Ökar salivutsöndring Gallmedel Urindrivande Inflammationshämmande (möjligen pga ökad bukspottkörtelproduktion av proteolytiska enzymer Bakterie-, svamp- & parasithämmande

Medicinsk användning

Svag matsmältning Munntorrhet Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar Bakterie-, svamp- & parasitinfektion Autoimmuna sjukdomar

Älggräs

Filipendula ulmaria Älggräs Meadowsweet

Egenskaper



Magsäcksregenererande Saltsyrareglerande Sammandragande Bakterihämmande

Urin- & svett drivande

Medicinsk användning

Magsår, magkatarr – akut & kronisk Saltsyraobalans med halsbränna, uppstötning, rapning Gallbesvär
– akut & kroniskt Skydda magsäck från biverkning från läkemedel Återställer magsäck efter
alkoholmissbruk Förkylning & feber (varmt te) Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar

Svart valnöt

Juglans nigra Svart Valnöt Black Walnut

Egenskaper

Svamp- & parasithämmande Sammandragande Utvärtes: Parasiter & insekter

Medicinsk användning

Parasitinfektion Svampöverväxt Diarré

Kanadensisk gulrot

Hydrastis canadensis Blodstill, Hydrastisrot Golden Seal Root

Egenskaper

Slemhinnetonikum, blodstillande Stimulerar glatt muskulatur Bakterie-, svamp- & amöbahämmande
Bittermedel, galldrivande, koloretikum Diarréhämmande

Innehåller alkaloider som både höjer & sänker blodtryck

Medicinsk användning

Svag matsmältning Magsår Aneroxia Diarré

Växtedel: Rot

Bakterie-, svamp- & amöbainfektion, diarré Bihåleinflammation, snarkning, öroninflammation Riklig
menstruation Utvärtes: Hudproblem (som eksem), ögoninflammation, hemorrojder, sköra slemhinnor i
underlivet



Ashwagande Withania

Withania somnifera Withania Winter Cherry, Indian Ginseng, Asgand

Egenskaper

Växtedel: Rot

Adaptogen & tonikum Lugnande & rogivande Kramplösande i ofrivilliga muskler Sänker högt blodtryck Antinflammatorisk (↓ PGE-2) Leverskyddande – ökar Fas-1-leveravgiftning Immunmodulator, bakterie- & tumörhämmande

Medicinsk användning

Mental & fysisk trötthet – akut & kronisk Ängest, oro, spänning, rastlöshet Utmattat parasympatiskt nervsystem Sömnsvårigheter

Impotens pga energibrist Bronkit & astma Återhämtning från sjukdom – operation osv.

Senilitet Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar Nedsatt immunförsvar

Vår 3e nivå är **Shao Yang, lilla yang – Gallblåsa och trippelvärmare. Här vill vi mjukt cirkulera. Utmärkande är att symptomen växlar och ofta är kroniska.**

Bupleurum

Bupleurum falcatum Läkeharört Hare's Ear Root

Egenskaper

Inflammationshämmande (potenserar kortison, ↓ PGE-2) Binjurstärkande – genom ökning av ACTH Leverskyddande Njurskyddande

Immunstärkande Hämmar utveckling av magsår Hämmar blodplättssamling



Medicinsk användning

Växtedel: Rot

Akuta & kroniska leversjukdomar, leverskada Akuta infektioner, förkylning, spec. med feber Trögflytande blod pga blodplättssamling Kroniska inflammatoriska sjukdomar inkl. autoimmuna sjukdomar som har att göra med lever- & njurfunktion

Magsår Oregelbunden menstruation

Maskros

Taraxacum officinale Maskros Dandelion

Egenskaper

Växtedel: Rot & blad

Koloretikum Galldrivande Bittermedel Urindrivande Möjligen stenedbrytande (njur- & gallsten)
Tonikum för lever & njurar

Återställer hudens vitalitet Inflammatoriska led- & muskelsjukdomar

Medicinsk användning

Gallbesvär, gallsten, gulsot, hepatit Njurbesvär & tendens till njursten Svag matsmältning, spec. med förstoppning Led- & muskelinflammation

BOLDO

Peumus boldo Boldoträd Boldo Tree

Egenskaper

Kramplösande för gallan och tarmen, galldrivande Koloretikum Ökar Fas-1-leveravgiftning och antioxidant Urindrivande

Bakterie- & svamphämmande i matsmältningskanal och urinvägar Inflammationshämmande

Medicinsk användning

Gallblåsebesvär inkl. gallsten - försiktighet Dålig nedbrytning av fett Efter gallblåseoperation Urinvägsbesvär

Illamående Bakterie- & svampinfektion



Mariatistel och silymarin

Silybum marianum Mariatistel Milk Thistle OBS! Silymarin är ett koncentrat från Mariatistel och innehåller 70 % silibinin, silydianin & silykristin

Egenskaper

Mariatistel: Silymarin:

Växtedel: Frön

Galldrivande Bröstmjölkestimulerande Galldrivande Leverskyddande, stimulerar återuppbyggnad av leverceller Antioxidant, ökar intracellulärt glutation & superoxid dismutas Inflammations- & allergihämmande (↓ histamin) Blodplättshämmande

Medicinsk användning

Mariatistel: Gallbesvär inkl. gulsot Silymarin: Akuta & kroniska leversjukdomar, gallbesvär

Nedsatt leveravgiftning Allergi, spec. vid antioxidantbrist Trögflytande blod pga blodplättssamling

Mattlummer

Lycopus virginicus, Lycopus europaeus Mattlummer Bugle Weed

Egenskaper Växtedel: Ört

Lugnande Hormonhämmande – hämmar prolaktin, binder sköldkörtelstimulerande antikroppar, hämmar möjligen sköldkörtelstimulerande hormon (TSH)

Medicinsk användning

Överkativ sköldkörtel Basedowe's sjukdom Förstorad sköldkörtel utan funktionstörning Obalans i autonoma nervsystemet Spänning & ömhet över bröst, spec. före menstruation