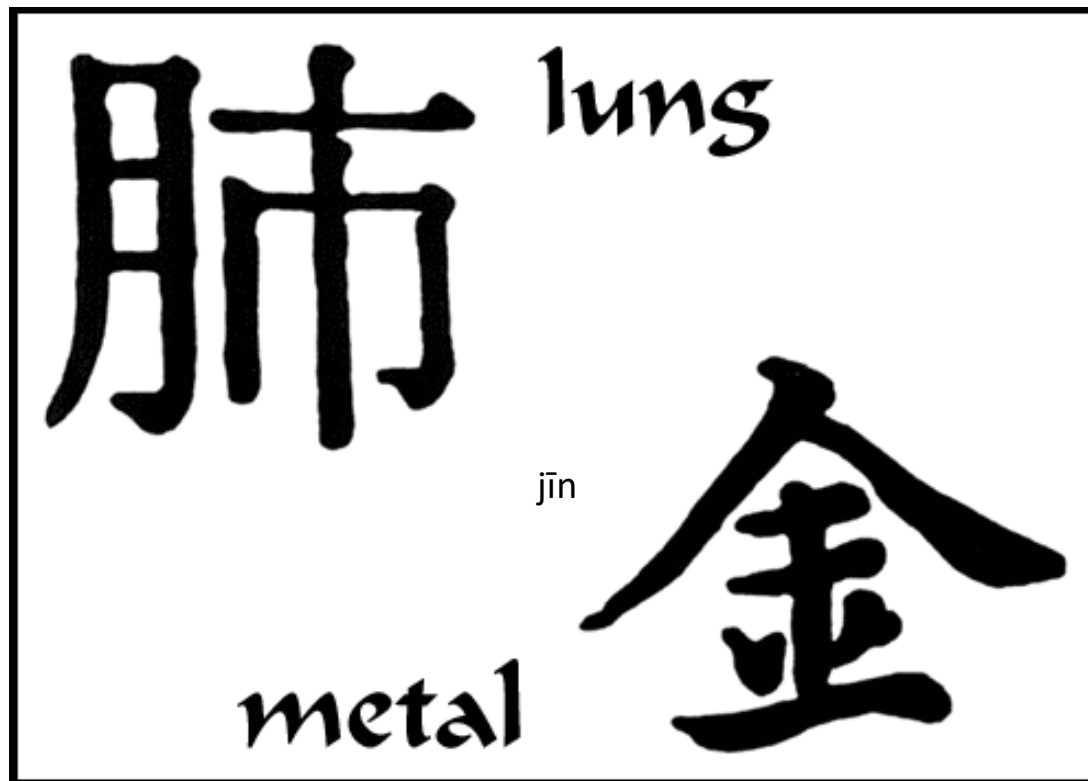


*Xiàochuǎn* 哮喘  
(Astma)

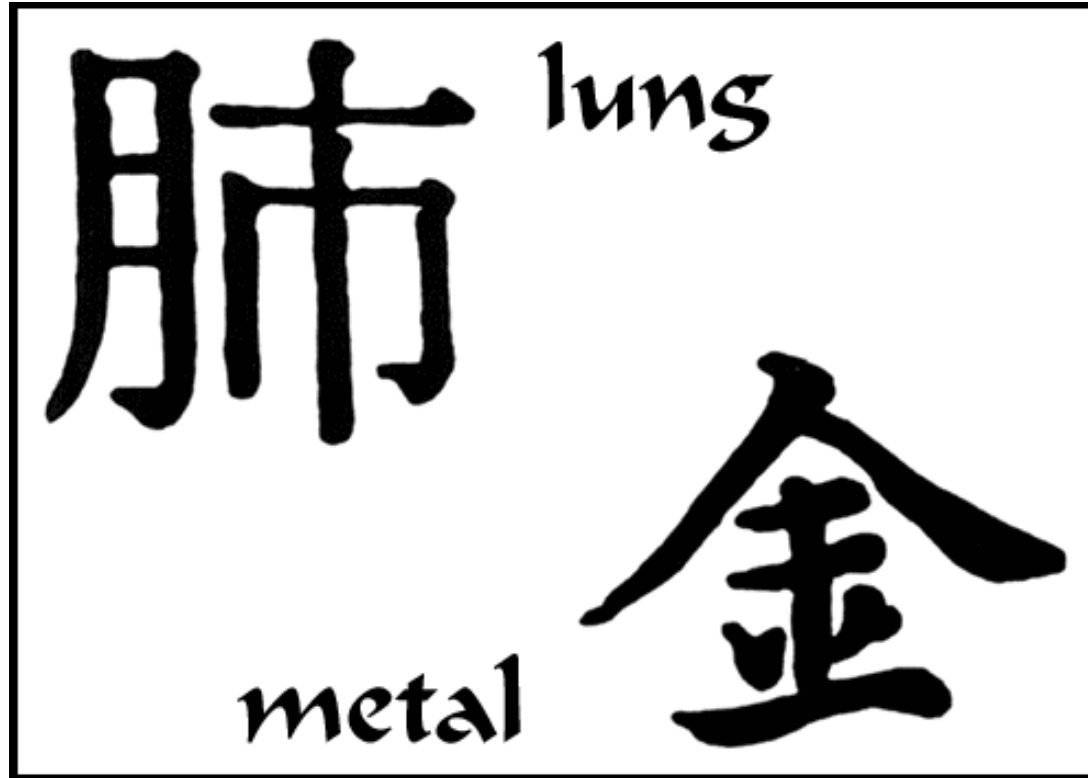
Hoste og  
vejrtrækningsproblemer

---





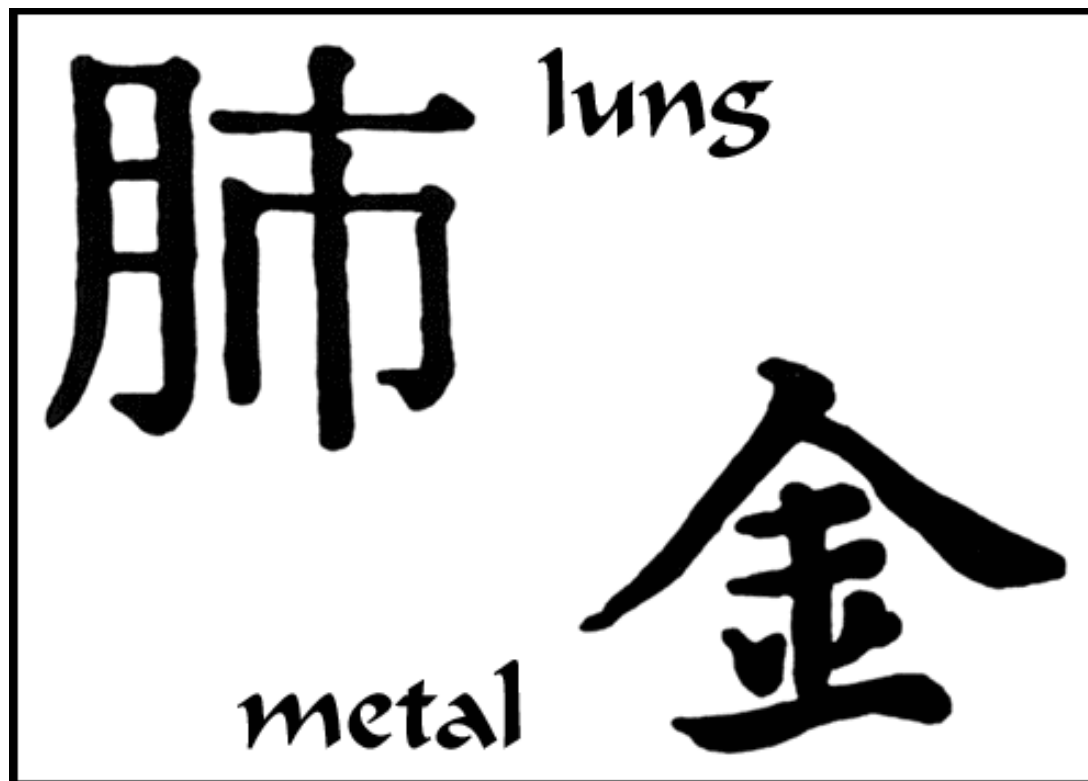
Fèi  
Består af 2 tegn



Fèi

Består af 2 tegn

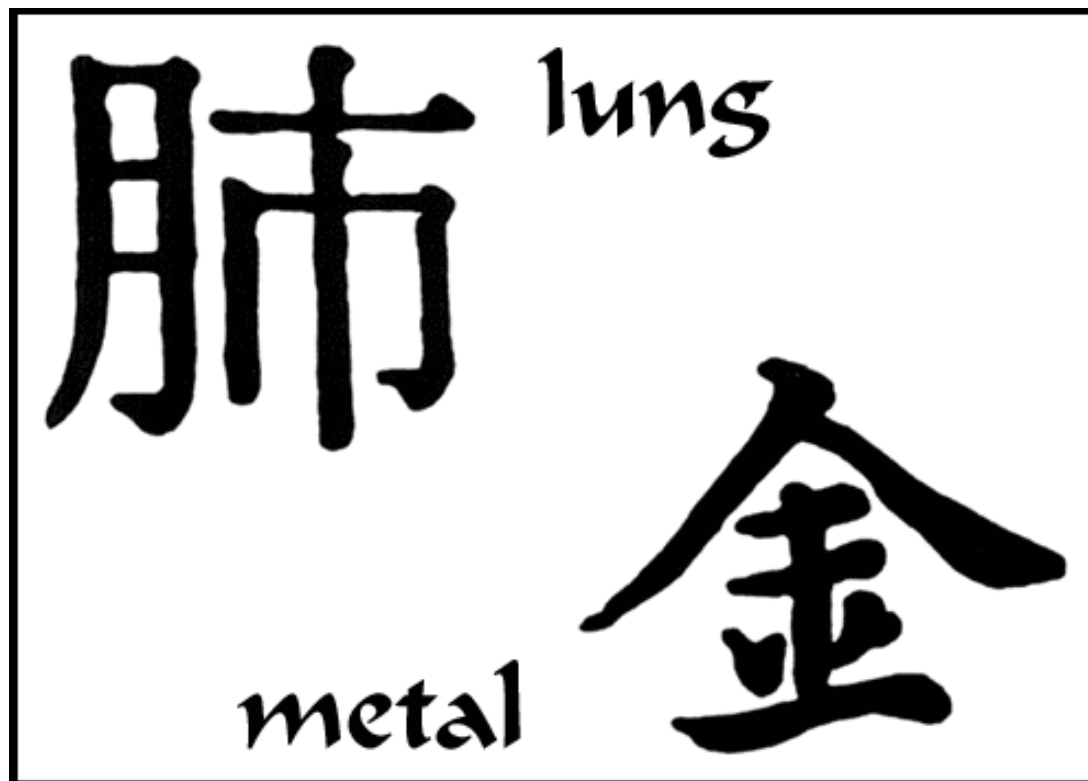
- 1) En kødkrog med kød på der viser at det

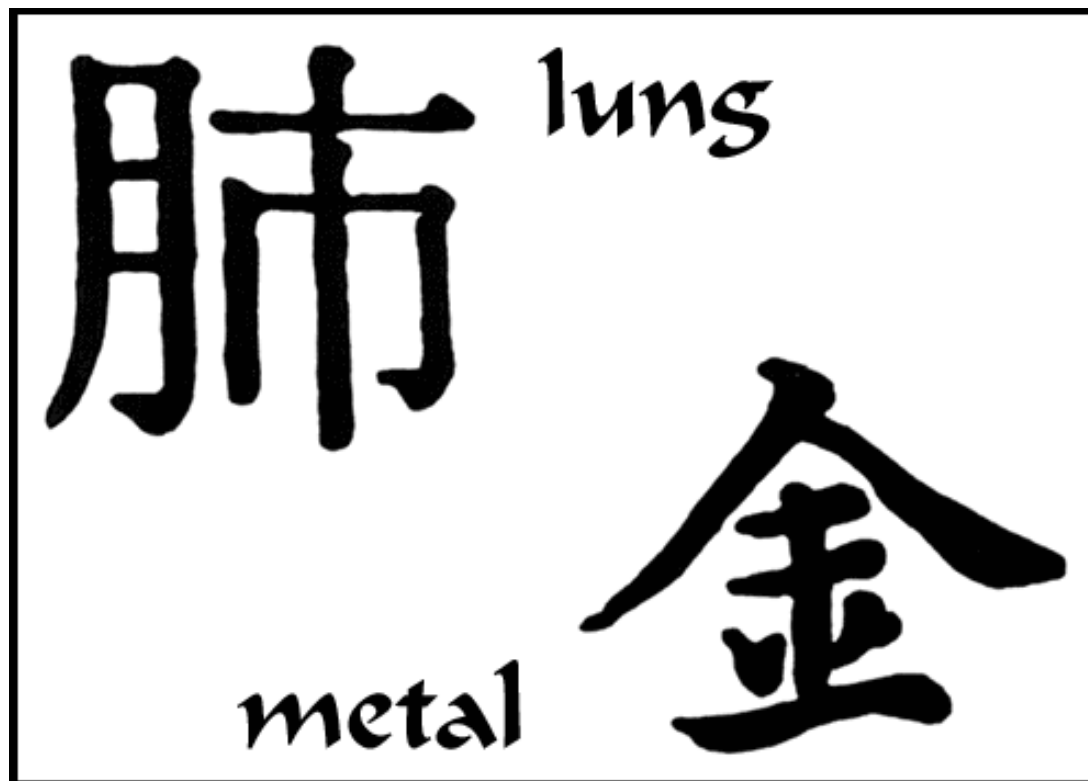


Fèi

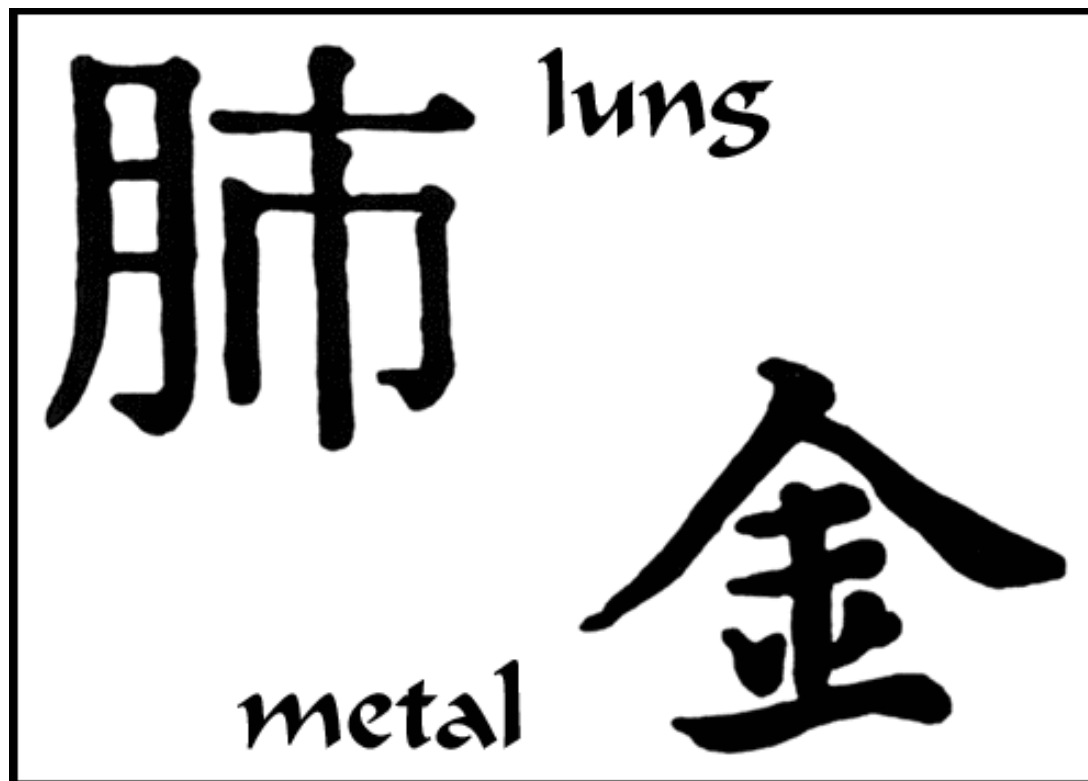
Består af 2 tegn

- 1) En kødkrog med kød på der viser at det er et fysisk organ
- 2) En "bundplante" med stort rodnet

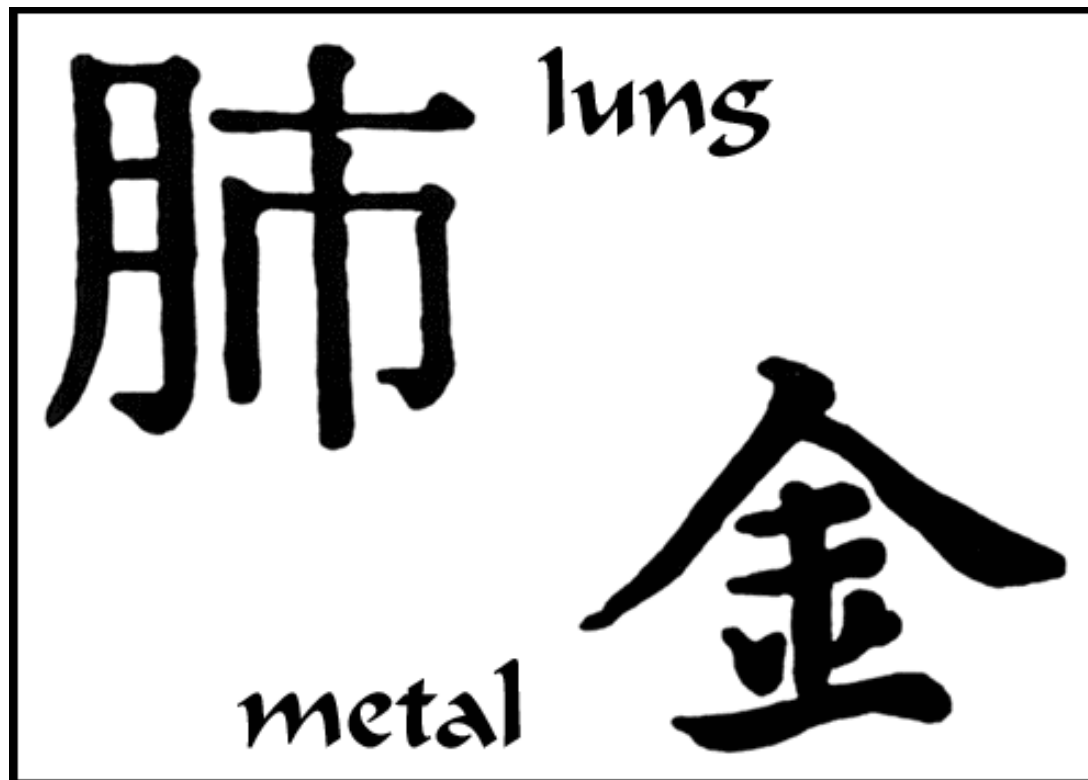




Jīn  
Består af 3 tegn

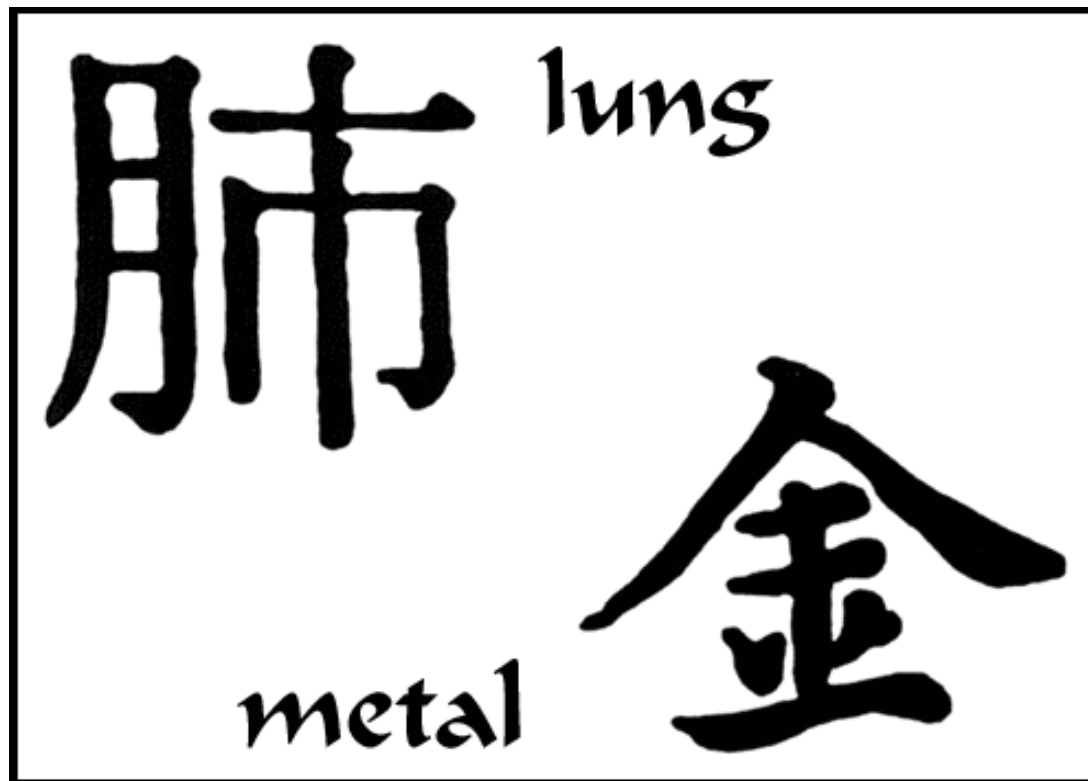


Jīn  
Består af 3 tegn  
1) muldjord



Jīn  
Består af 3 tegn  
1) muldjord  
2) Guldklumper





Jīn  
Består af 3 tegn  
1) muldjord  
2) Guldklumper  
3) Under tag/dybt nede  
i jorden

Lungen er det øverste og yderste organ, og det *zang* organ der er mest i kontakt med det ydre.

Både direkte og gennem *Cou Li*

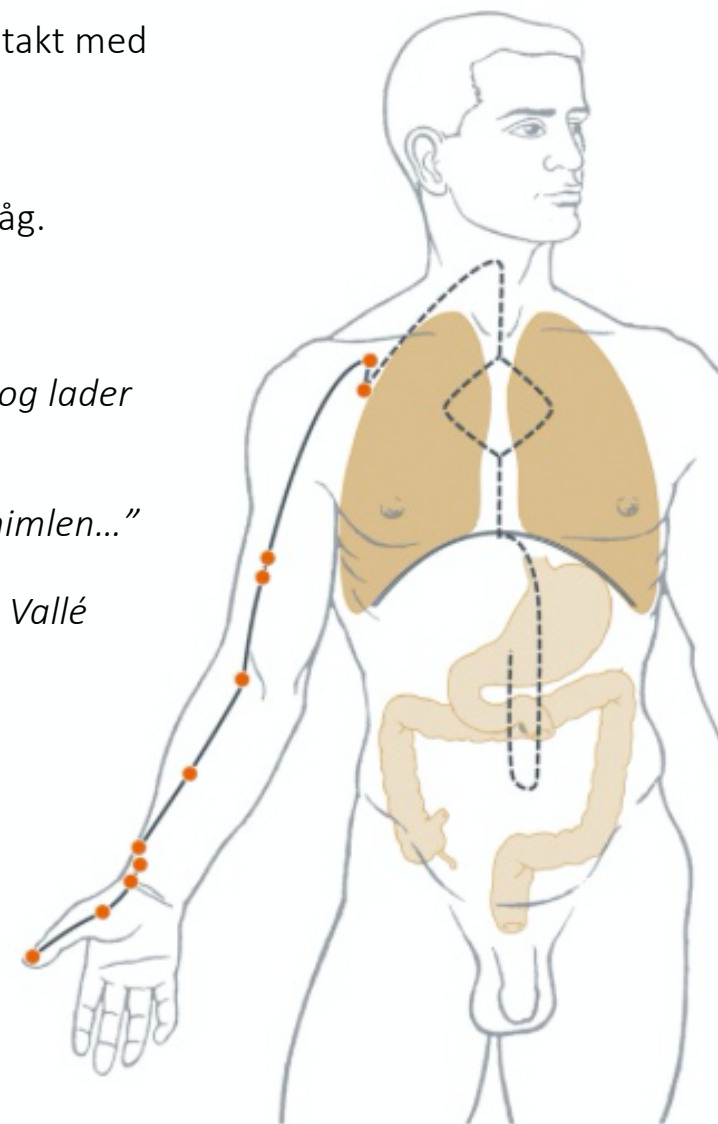
Lungen beskrives som et delikat organ og omtales ofte som det øvre låg.

Samtidigt er den i tæt kontakt med hjertet, kejseren!

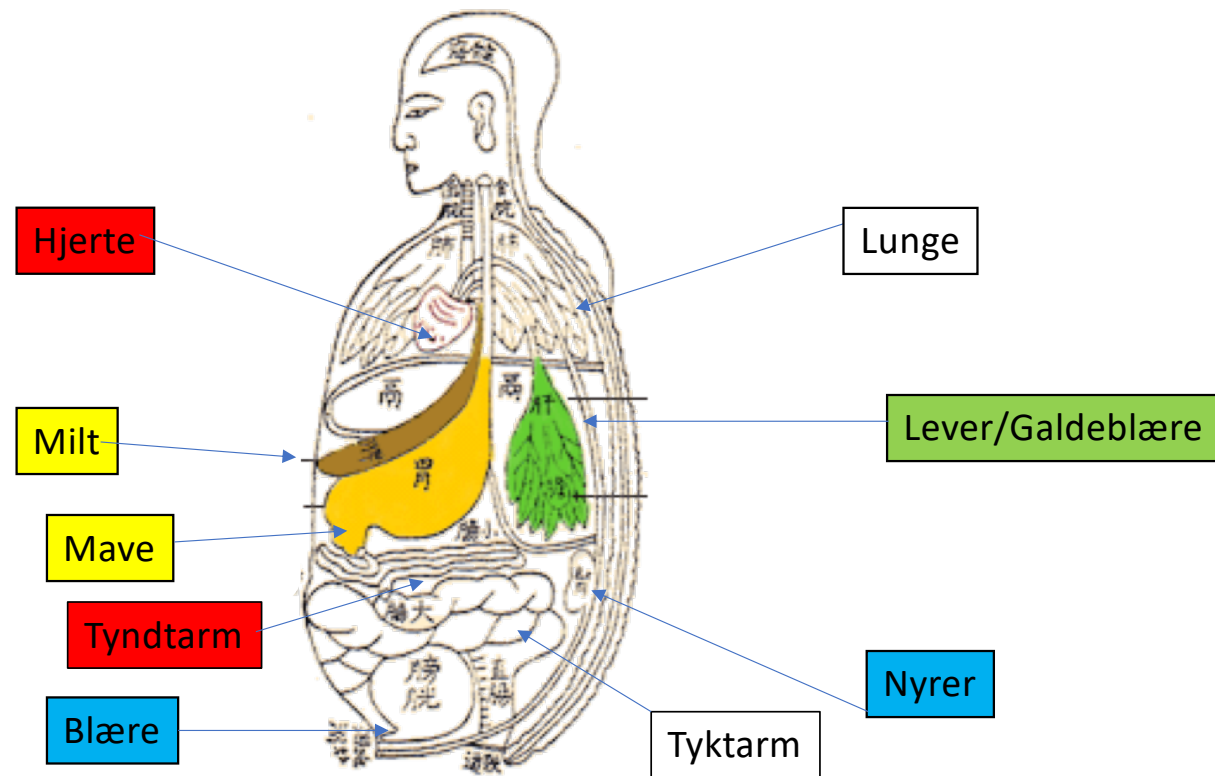
*"Kejseren er for fornem til at tage sig af jordiske problemer han bestemmer og lader sine ministre om at udføre og oversætte sine ordre!"*

*"Lungerne er det zang organ der er tættest på hjertet, det modtager qi fra himlen..."*  
her kan det betyde både qi fra luften og qi fra hjertet.

*Elisabeth Rochat de la Vallé*



# Zang fu organerne



København & Aarhus Akupunkturskole 2020

# Lungens funktioner

- **1. Styrer *Qi* og respiration**
- **2. Styrer meridianer og blodkar (de 100 kar)**
- **3. Kontrollerer spredning og decendens**
- **4. Regulerer væskepassagerne**
- 5. Kontrollerer hud og *Cou li*
- 6. Manifesterer sig i kropshår
- 7. Åbner op til næsen, styrer lugtesansen og næsens slimhinder
- 8. Styrer stemmen
- 9. Er bolig for sjælen *Po*

# Når Lungen kommer i ubalance

- Den kan overordnet være i underskud eller i overskud enten pga. af en direkte xu tilstand, en blokering eller en invasion
- En underskudstilstand kan vise sig som manglende evne til at regulerer / kontrollerer qi i enten i den rigtige retning eller i tilstrækkelig mængde.

# Hoste

*késou* 咳嗽

Opstår når Lunge qi's naturlige descendens bliver forstyrret og qi bliver rebelsk.

Der er to generelle mekanismer:

# Hoste

## *késou* 咳嗽

1. Lunge qi er for svag til at sende ned så lunge qi stiger op og giver en svag men irriterende konstant hosten.

Her er der enten qi eller Yin xu.

Et aspekt af en sund Lungfunktion er at sende qi og væsker ned til Nyrene for videre forarbejdning, når Lu qi er for svag til at tilpas vitale substanser ned...vil de simpelthen stige op....qi er en luftig og varm substans hvis normale natur er at stige op.

Yin xu kan skabe hoste ved at udtørre lunge væsker og generere xu varme, der (som varme gør) stiger opad og løfter Lu qi med op = hoste

# Hoste

## *késou* 咳嗽

2) Lunge qi blokeres det fører til at qi bliver rebelsk, her er qi (i begyndelsen) stærk nok og hosten vil være kraftigere.

### Shi tilstande

Lungen kan blokeres af ydre patogener som Vind, Kulde, tørhed eller Varme  
Det er her at begrebet "det delikate organ" har sin rod, da det er både vitalt for wei qi og samtidig det zang organ der oftest bliver angrebet af ydre patogener.

De ydre patogener kan enten trænge ind gennem næsen, eller gennem huden.

Eller Lungen kan  
blokeres af indre patogener .....



# Hoste

*késou* 咳嗽

Slim, Fugt, Varme, eller stagneret qi (som alle er shi tilstande)

Shi hoste kan både være akut og kronisk

Når det er forbundet med ydre patogener er det oftest akut, hvor indre genererede patogener som slim og fugt ofte er kronisk.

Indre patogener har ofte en bagvedliggende xu tilstand som Milt qi xu, Nyre eller Milt yang xu, derved bliver det et blandet syndrom med både xu og shi tilstande.

# Hoste – simpel diagnostisk oversigt

## Relevante spørgsmål

### Er hosten akut eller kronisk?

- Akut - *Shi* tilstand
- Kronisk - *Xu* tilstand

### Hvordan er lyden?

- Kraftig og larmende - *Shi* tilstand
- Svag og uden styrke - *Xu* tilstand
- Rallende - Slim/Fugt
- Gøende - Varme

### Hvor meget slim er der?

- Meget slim - Slim/Fugt
- Tør hoste - *Yin xu*, Varme, Tørhed

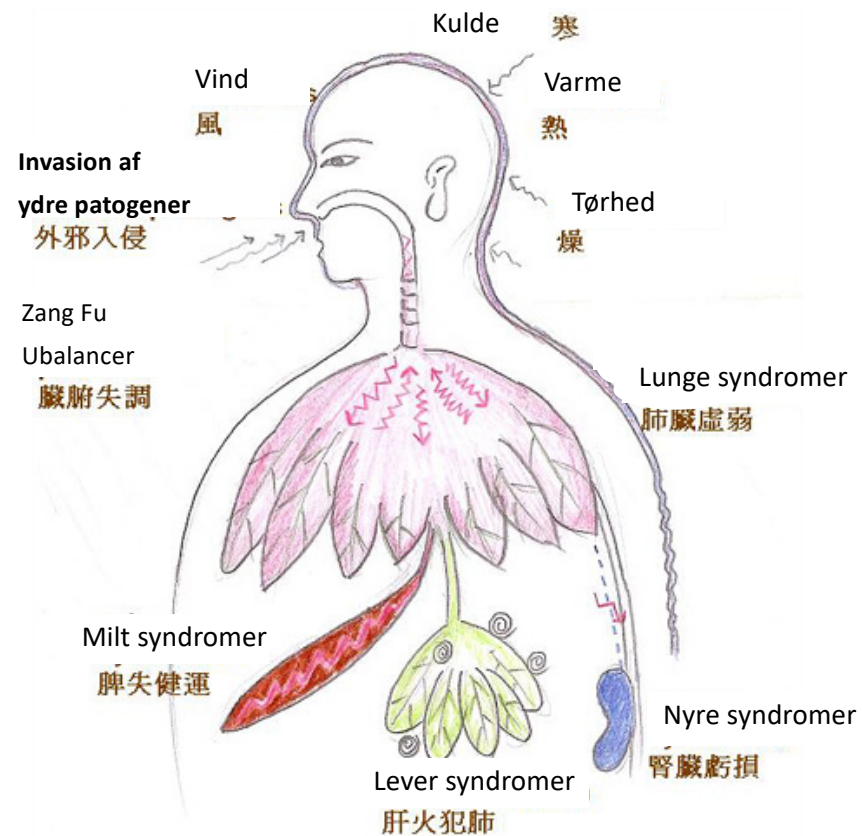
### Hvordan er slimen?

- Gullig eller grønlig - Slim-Varme
- Hvidlig eller gennemsigtig - Fugt-Slim
- Tynd og vandet - Kulde og Fugt
- Sej - *Shi* Varme, *yin xu* Varme
- Blod i slimen - Lunge Varme, *yin xu* Varme, eller Lever Il

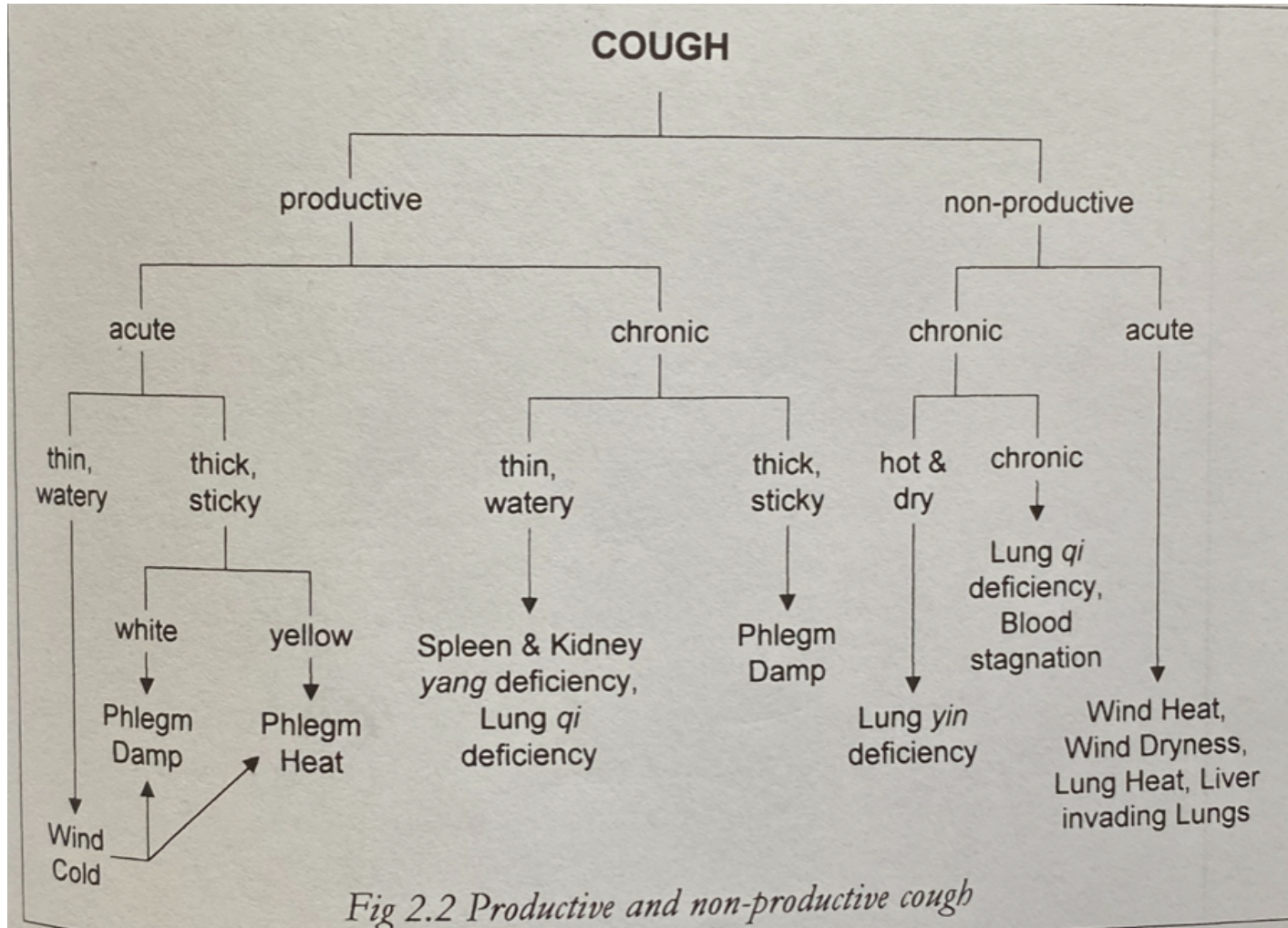
### Hvad gør hosten værre?

- Anstrengelse, at tale eller træthed - *Xu* tilstand
- Stress, irritation, vrede - Lever *qi* stagnation
- Værre om morgenen - Slim eller *qi* stagnation
- Værre om aftenen - *Yin xu*

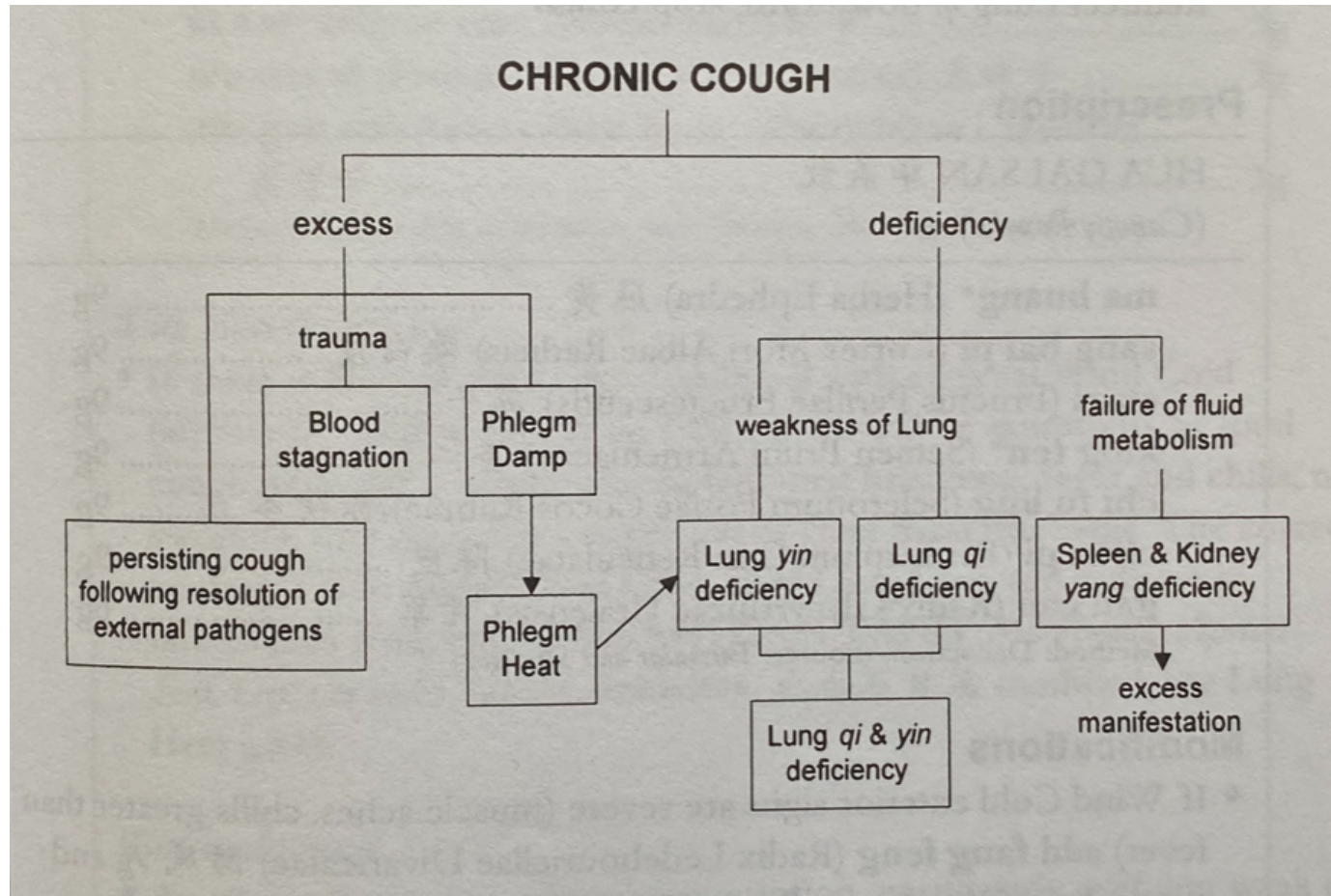
Ydre og indre ubalancer der kan føre til hoste & hvæsen



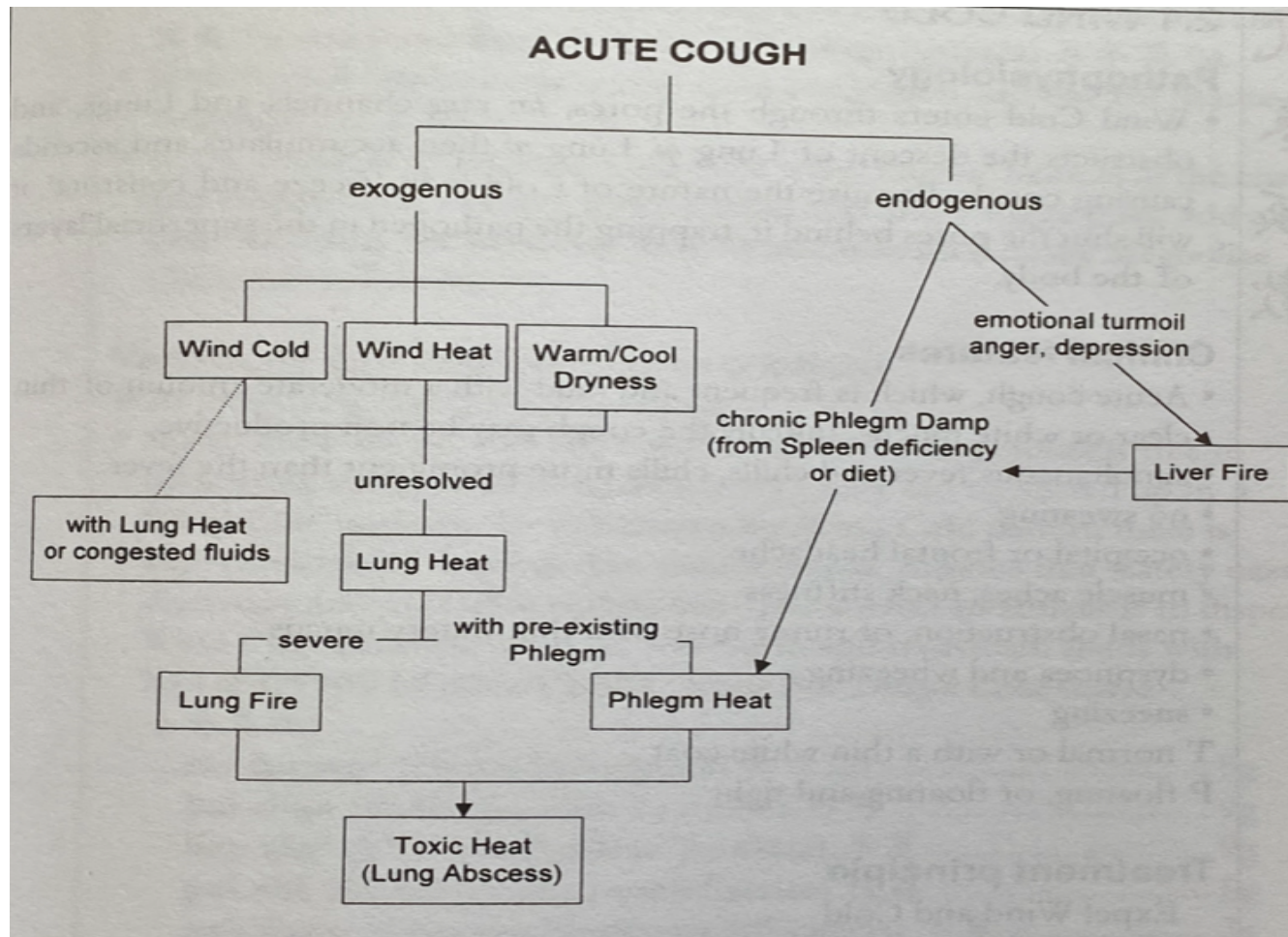
# Hoste



# Kronisk hoste



# Akut hoste



# Daoistisk Meditation

Her anvendes Ren & Du mai til vejrtrækning/udveksling af qi

- Næsen indånder,
- Den rene himmelske Qi indåndes gennem næsen gennem Du mai, til den 5. lændehvirvel og derefter sendes ind i nedre Dan tien dvs. det kontemplative eller visdom "nuet" baserede tyngdepunkt i kroppen.
- Den "urene qi" stiger op gennem Ren mai udåndes gennem munden.
- Én efter en indåndes de fem farver, tilhørende de fem yin (organer), hvor hver farve bliver transformeret, dvs.
- Vissen/livløs grøn (Lever, fastlåste følelser inden i os, øst) bliver lysegrøn (forår) ;
- Opblussende/uroelig eller matte røde farver, (Hjerte, uro,/arousel sydlige ild), bliver rolig nærende rød (kærlighed);
- kedelig beskidt hvid (Lunger, vest, metal, død) bliver lys hvid, "frelse".
- Bleg mat blå eller blåsort (Nyrer, nord, vand, negative eller triste følelser, mangel på "livslyst") bliver lys klar blå, farven kan måske ses/opleves som en beskyttende hinde rundt om hele kroppen.
- Grumset/uren gul, (negative vurderinger af andre og sig selv, Mave / Milt, centrum, jord) bliver lyst guld, helende, oplyst!



# Hvæsen/astma

*qìchuǎn* 气喘

- I kinesisk medicin og i klinisk sammenhæng beskriver vi astma som pibende eller hvæsende/besværet vejrtrækning.
- Og de er alle et udtryk for blokeret Lunge qi, der fører til en reduceret lunge kapacitet.
- Det kan vestligt set være enten en medfødt svaghed, allergi, betændelsestilstande, slim, eller ødelagt lungevæv pga. inhalering af uhensigtsmæssige substanser. Det anses også som en mulighed at der kan være psykiske reaktioner der fører til tilstanden.



# Hvæsen/astma

*qìchuǎn* 气喘

- Der er en kraftig stigning i antallet af mennesker med astma, vi ved ikke præcist hvad det er der gør dette, men luftforurening, anvendelse af mange kemikalier i fødevare, større anvendelse af stordrifts mælkeprodukter, hvor der i en ltr. kan være blandet mælk fra 10.000 køer.???
- Derudover er der mange børn der fødes af ældre (i 30'ne) forældre og derved har forringet Jing kvalitet.



<p>Kulde relateret Astma</p>	<p>Hvidt, klart eller skummende slim, kolde lemmer, blegt ansigt, anfald udløst af koldt vejr eller kolde fødevarer.</p>	<p>Kogt/varm mad, Valnød, mandel, solsikkefrø, molasse, oat, sorte bønner, hvidløg, ingefær, anis,</p>
<p>Varme relateret Astma</p>	<p>Hurtig, kraftig vejrtækning, rødt ansigt, ofte varmefølelse, gul slim, tør afføring, mørk urin.</p>	<p>Radise, bønnespirer, aprikos, Lime, citron, tofu, tang</p>
<p>Fugt relateret Astma</p>	<p>Store mængder slim, forværres meget ved at ligge ned, mund står ofte åben.</p>	<p>Kinaradise, citron, lime, honning, aduki bonner, alfalfa spirer,</p>
<p>Xu typer Astma</p>	<p>Kortåndet, forværres af let anstrengelse, Bleg svag, kan bedst sove med løftet hovedgærde.</p>	<p>Ris, Byg, bi pollen, sorte bønner, Valnød, figner, ginseng</p>

# Hvæsen/asthma/Hoste

- Jeg ser ofte store ændringer, ved at behandle grund ubalancen,
- Puls, tunge, abdominal diagnose samt meridian palpering.

Jeg bruger Wu xing sum grund behandlingssystem

- Jeg finder oftest Lu underskud og enten
  1. Lunge og Milt (Lu 9 + Mi 3)
  2. Lunge og Nyre (Ny 7 + Lu 5)
  3. hvis jeg ser på ko cyklus finder jeg oftest Le Shi, hvor jeg typisk træner Le 3 eller Le 5.
  4. Derefter ser jeg på symptombehandling

# Hvæsen/astma - Symptom behandling

- Typisk Lu 7 -, Co 4, 11 -
- Lu 1 +, ren 17 nedad, ren 22,
- OFTE Dingchuan, ren 22, Lu 6
- Måske dai mai hvis der er stagnation, som der ofte er
- Ofte ren mai for at åbne for den nedadgående bevægelse
- Bl 13, 18, 20, 23, alt efter diagnosen
- Du 20 nedad,

TAK FOR I DAG 😊

Kilder:

Nigel Ching, kunsten at diagnosticere

Nigel Ching akupunktur og sygdomsbehandling

Will Maclean & Jane Lyttleton:, clinical handbook of internal medicine

København & Aarhus Akupunkturskole 2020