

# Kochanleitung für Chinesische Arzneimittel



Von Ihrem Apotheker erhalten Sie ein Päckchen mit einer Mischung von chinesischen Roharzneien, die aus Pflanzen und Mineralien bestehen.

Ein Päckchen enthält in der Regel die Dosis für 4 Tage. Bei einem Rezept für 2x4 Tage erhalten Sie also 2 Päckchen für je 4 Tage.

Das 2. Päckchen bereiten Sie bitte nach 4 Tagen frisch zu.

## I. Die übliche Zubereitung von Dekokten ( Abkochung von Arzneimitteln )

Schritt 1: Kräutermischung mit ca. 500 ml kaltem Wasser bedecken und ca. **1 Stunde einweichen** lassen

Schritt 2: Kräutermischung bei kleiner Flamme **8 Minuten köcheln** lassen. Damit werden flüchtige Wirkstoffe gewonnen, die sonst leicht verdampfen würden.

Schritt 3: Flüssigkeit abseihen und im Behälter sammeln = es entsteht **Arznei-Sud I**

Schritt 4: Kräutermischung wieder zurück in den Topf und erneut mit 500 – 750 ml kaltem Wasser aufgießen.  
Jetzt alles ca. **30 Minuten leicht köcheln** lassen.

Schritt 5: erneut Flüssigkeit abseihen = es entsteht **Arznei-Sud II**

Schritt 6: **Sud I und Sud II zusammen gießen** und in eine ausgekochte und fest verschließbare Flasche füllen.

**Das ist Ihr Dekokt.**

Bitte bewahren Sie es im Kühlschrank auf (Haltbarkeit mindestens 4 Tage)

Es spielt keine Rolle, wie viel Flüssigkeit nach dem Kochen heraus kommt.

Der Einfachheit halber empfiehlt es sich aber, das Gemisch aus Sud I und Sud II mit heißem Wasser auf eine Gesamtmenge von 1 Liter aufzufüllen.

Auf dem Päckchen ist jeweils die Menge angegeben, für wie viele Tage die Arznei reicht.

Das sind in der Regel 4 Tage = 1x4 Tage

Nun ermitteln Sie die Tagesdosis, indem Sie die gesamte Dekoktmenge durch die Anzahl der angegebenen Tage teilen.

Beispiel: Päckchen-Angabe: 1x4 Tage: Gesamtmenge des Dekokts sind 1000 ml  
1000 ml geteilt durch 4 Tage sind 250 ml = Tagesdosis

## II. Einnahme

Die Tagesdosis wird mit ca. der doppelten Menge kochenden Wassers verdünnt ( 250 ml Dekokt + 500 ml heißes Wasser ) und in eine Thermoskanne gefüllt.

Nun wird das Dekokt in kleinen Schlucken über den Tag verteilt getrunken. Ist dies nicht möglich, so kann es auch auf 3 Portionen auf den Tag verteilt eingenommen werden.

**Das Dekokt sollte immer möglichst heiß getrunken werden, nie „kühlschrank-kalt“!**

Auch sollte es nicht nüchtern oder nach 18:00 Uhr eingenommen werden.

Bei **Kindern** reicht es aus, für den Kochvorgang des Dekoktes weniger Wasser zu benutzen, da die Kräutermenge entsprechend geringer gehalten ist. Bei der Einnahme gilt es heraus zu finden, wie viel Wasser notwendig ist, damit das Dekokt-Konzentrat nicht zu intensiv schmeckt und gleichzeitig die Kinder nicht von der Gesamttrinkmenge überfordert sind.

### **III. Abweichungen vom üblichen Verfahren**

Einige Arzneidrogen müssen länger als ½ Stunde, kürzer oder gar nicht gekocht werden.  
Die Beutel sind entsprechend gekennzeichnet:

#### **„1 Stunde bzw. 20 Minuten vorkochen“**

(z.B. Concr. silicea, Ostrea concha, Draconis, Meretricis Co.)

Den Beutelinhalt zum Vorkochen in einen Topf mit Wasser geben (die Kräuter sollten locker im Wasser liegen) und eine Stunde bzw. 20 Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit den 2. Beutel (enthält die restlichen Kräuter) in etwas kaltem Wasser vorweichen.

Nach der Vorkochung geben Sie die eingeweichten Kräuter in den heißen Topf dazu, kochen sie dann weitere 8 Minuten und fahren fort wie oben bei Schritt 4.

#### **„3 Minuten separat kochen“**

(z.B. Rhiz. Rhei)

Beutelinhalt separat in etwas Wasser 3 Minuten lang kochen, abseihen und zum Schluss zu Sud I+II dazu geben.

#### **„infus“**

(z.B. Menthae Herba, Lonicera Flos)

Direkt nach der Abkochung geben Sie den fertigen Sud auf die Blätter, lassen alles 10 Minuten ziehen und seihen dann ab.

#### **„nachträglich“**

(z.B. Cortex Cinnamomi, Natrium sulfuricum, Scolopendra (pulverisiert))

Beutelinhalt direkt in den noch heißen, fertigen Dekokt (Sud I+II) einrühren und darin belassen.

Bei Fragen oder Problemen, was die Zubereitung der Chinesischen Arzneimittel betrifft,  
oder wenn Ihnen das Dekokt ungenießbar erscheint,  
rufen Sie mich bitte unter Tel.: 09131-502570 an.

# Kochanleitung für Chinesische Arzneimittel



Von Ihrem Apotheker erhalten Sie ein Päckchen mit einer Mischung von chinesischen Roharzneien, die aus Pflanzen und Mineralien bestehen.

Ein Päckchen enthält in der Regel die Dosis für 4 Tage. Bei einem Rezept für 2x4 Tage erhalten Sie also 2 Päckchen für je 4 Tage.

Das 2. Päckchen bereiten Sie bitte nach 4 Tagen frisch zu.

## I. Die übliche Zubereitung von Dekokten ( Abkochung von Arzneimitteln )

Schritt 1: Kräutermischung mit ca. 500 ml kaltem Wasser bedecken und ca. **1 Stunde einweichen** lassen

Schritt 2: Kräutermischung bei kleiner Flamme **8 Minuten köcheln** lassen. Damit werden flüchtige Wirkstoffe gewonnen, die sonst leicht verdampfen würden.

Schritt 3: Flüssigkeit abseihen und im Behälter sammeln = es entsteht **Arznei-Sud I**

Schritt 4: Kräutermischung wieder zurück in den Topf und erneut mit 500 – 750 ml kaltem Wasser aufgießen.  
Jetzt alles ca. **30 Minuten leicht köcheln** lassen.

Schritt 5: erneut Flüssigkeit abseihen = es entsteht **Arznei-Sud II**

Schritt 6: **Sud I und Sud II zusammen gießen** und in eine ausgekochte und fest verschließbare Flasche füllen.

**Das ist Ihr Dekokt.**

Bitte bewahren Sie es im Kühlschrank auf (Haltbarkeit mindestens 4 Tage)

Es spielt keine Rolle, wie viel Flüssigkeit nach dem Kochen heraus kommt.

Der Einfachheit halber empfiehlt es sich aber, das Gemisch aus Sud I und Sud II mit heißem Wasser auf eine Gesamtmenge von 1 Liter aufzufüllen.

Auf dem Päckchen ist jeweils die Menge angegeben, für wie viele Tage die Arznei reicht.

Das sind in der Regel 4 Tage = 1x4 Tage

Nun ermitteln Sie die Tagesdosis, indem Sie die gesamte Dekoktmenge durch die Anzahl der angegebenen Tage teilen.

Beispiel: Päckchen-Angabe: 1x4 Tage: Gesamtmenge des Dekokts sind 1000 ml  
1000 ml geteilt durch 4 Tage sind 250 ml = Tagesdosis

## II. Einnahme

Die Tagesdosis wird mit ca. der doppelten Menge kochenden Wassers verdünnt ( 250 ml Dekokt + 500 ml heißes Wasser ) und in eine Thermoskanne gefüllt.

Nun wird das Dekokt in kleinen Schlucken über den Tag verteilt getrunken. Ist dies nicht möglich, so kann es auch auf 3 Portionen auf den Tag verteilt eingenommen werden.

**Das Dekokt sollte immer möglichst heiß getrunken werden, nie „kühlschrank-kalt“!**

Auch sollte es nicht nüchtern oder nach 18:00 Uhr eingenommen werden.

Bei **Kindern** reicht es aus, für den Kochvorgang des Dekoktes weniger Wasser zu benutzen, da die Kräutermenge entsprechend geringer gehalten ist. Bei der Einnahme gilt es heraus zu finden, wie viel Wasser notwendig ist, damit das Dekokt-Konzentrat nicht zu intensiv schmeckt und gleichzeitig die Kinder nicht von der Gesamttrinkmenge überfordert sind.

### **III. Abweichungen vom üblichen Verfahren**

Einige Arzneidrogen müssen länger als ½ Stunde, kürzer oder gar nicht gekocht werden.  
Die Beutel sind entsprechend gekennzeichnet:

#### **„1 Stunde bzw. 20 Minuten vorkochen“**

(z.B. Concr. silicea, Ostrea concha, Draconis, Meretricis Co.)

Den Beutelinhalt zum Vorkochen in einen Topf mit Wasser geben (die Kräuter sollten locker im Wasser liegen) und eine Stunde bzw. 20 Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit den 2. Beutel (enthält die restlichen Kräuter) in etwas kaltem Wasser vorweichen.

Nach der Vorkochung geben Sie die eingeweichten Kräuter in den heißen Topf dazu, kochen sie dann weitere 8 Minuten und fahren fort wie oben bei Schritt 4.

#### **„3 Minuten separat kochen“**

(z.B. Rhiz. Rhei)

Beutelinhalt separat in etwas Wasser 3 Minuten lang kochen, abseihen und zum Schluss zu Sud I+II dazu geben.

#### **„infus“**

(z.B. Menthae Herba, Lonicera Flos)

Direkt nach der Abkochung geben Sie den fertigen Sud auf die Blätter, lassen alles 10 Minuten ziehen und seihen dann ab.

#### **„nachträglich“**

(z.B. Cortex Cinnamomi, Natrium sulfuricum, Scolopendra (pulverisiert))

Beutelinhalt direkt in den noch heißen, fertigen Dekokt (Sud I+II) einrühren und darin belassen.

Bei Fragen oder Problemen, was die Zubereitung der Chinesischen Arzneimittel betrifft,  
oder wenn Ihnen das Dekokt ungenießbar erscheint,  
rufen Sie mich bitte unter Tel.: 09131-502570 an.