# Bao He Wan

- Nahrungsstagnation lösen
  - Funktion
    - löst Nahrungsstagnation
    - harmonisiert den Magen
  - Symptome
    - fokussiertes Spannungs- und Völlegefühl im Thorax
    - abdominelle Schwellung mit gelegentlichen Schmerzen
    - übelriechendes, saures Aufstoßen
    - Übelkeit
    - Erbrechen
    - evt. Durchfall
    - Abneigung gegen Nahrung
    - Zunge
      - Zungenbelag: gelb, schmierig
    - Puls
      - schlüpfrig
  - Kräuter
    - Shan Zha
      - 9-15g
      - Nahrungsstagnation nach Fleisch, fettiger Nahrung
    - Shen Qu
      - 9-12g
      - Stagnation bei Alkohol und Nahrungsmittel
    - Lai Fu Zi
      - 6-9g
      - reduziert Schleimanhäufung durch Getreide
      - lässt das Qi absteigen
    - Chen Pi
      - 6-9g
      - fördert den Qi-Fluß und löst Stagnation
      - harmonisiert den Magen
      - stoppt Übelkeit und Erbrechen
    - Ban Xia
      - 9-12g
      - fördert den Qi-Fluß und löst Stagnation
      - harmonisiert den Magen
      - stoppt Übelkeit und Erbrechen
    - Fu Ling
      - 9-12g
      - stärkt die Milz
      - transformiert Nässe
      - harmonisiert den mittleren Erwärmer
      - stoppt Durchfall
    - Lian Qiao
      - 30g
      - bei leichter Hitze
- Kontraindikation
  - Leere des Milz-Qi