

Franziska und der Birnensaft

Die 30 Jahre alte Patientin kommt in der 36. Schwangerschaftswoche zu mir. Sie ist am Vormittag müde, in der Nacht hellwach. Normalerweise hat sie eine gute Temperaturadaptation, momentan ist ihr nur heiß. So heiß, dass sie jeden Tag eine Familienpackung Eis isst.

Das Kind liegt in Steißlage und die chinesische Therapie zur Wendung - Moxa auf den Punkt Blase 67 - wurde schon begonnen.

Ich empfehle statt Eis zur Kühlung Birnensaft oder Birnenkompott.

Am Termin kommt das Kind mit dem Kopf voran und ohne Schwierigkeiten auf die Welt.

Viele Frauen haben in der Schwangerschaft ein verändertes Temperaturempfinden. Manche, die normalerweise frieren, fühlen sich in der Schwangerschaft wunderbar, weil sie endlich einmal normal temperiert sind. Andere - wie Franziska - kommen um vor Hitze.

Der chinesische Therapeut fragt nach diesen Dingen – ob der Patient sich warm oder kalt fühlt. Das spielt eine große Rolle für Diagnose und Therapie. Kräuter, die verschrieben werden, sind in der Lage zu kühlen oder zu wärmen. Aber auch viele Nahrungsmittel können das. So kühlen etwa Gurke und Joghurt und Tsatsiki, an einem heißen Sommertag genossen, macht Sinn, ebenso kühlende Melone. Aber nicht ideal sind diese Nahrungsmittel in unseren Breiten im Winter. Eis ist logischerweise extrem kühlend.

Franziska verspürt das Verlangen nach Kühlung, aber so viel Eis bringt sehr viel Kälte in den Bauch und in die Mitte, dass das Kind sozusagen mit dem Kopf nicht in diese Kälte eintauchen will.

Birnensaft kühlt viel sanfter - nicht nur in der Schwangerschaft. Es ist ein tolles Hausmittel um nach einem Infekt Resthitze auszuleiten und Yin zu nähren sagen die Chinesen.

Dazu mehr in der nächsten Ausgabe des Feuilletons – über das Nähren von Yin.