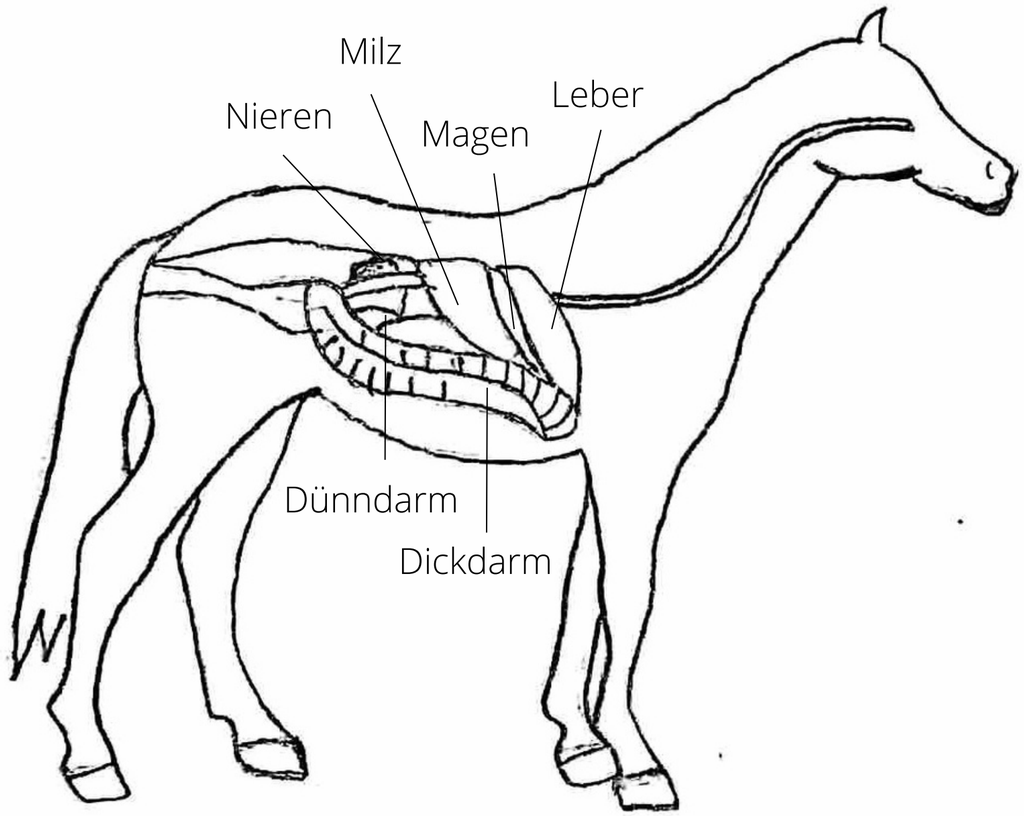


Verdauungs- und Ausscheidungsorgane: Zusammenhänge und Unterstützung

Herzlich Willkommen

Was mir am Herzen liegt:

- Ursachenforschung statt Symptombekämpfung
- ganzheitliche Betrachtung
- innere und äußere Balance
- fundiertes Wissen

Was Dich erwartet...

Die Ausscheidungsorgane

- **Darm:** Ausscheidung von unbrauchbaren Futterresten
- **Niere:** Ausscheidung bzw. Weiterleitung der unbrauchbaren, flüssigen Abfallstoffe zur Blase
- **Lunge:** Ausscheidung von Kohlendioxid und anderen Gasen

An Verdauung und Ausscheidung beteiligt:

- Leber
- Pankreas
- Milz

Die sekundären Entgiftungsorgane

- Haut und Hufe

1. Der Kopfdarm

Zum Kopfdarm gehören:

- die Mundhöhle
- die Zunge
- die Speicheldrüsen
- der Rachen
- die Zähne

Wie funktioniert die Verdauung?

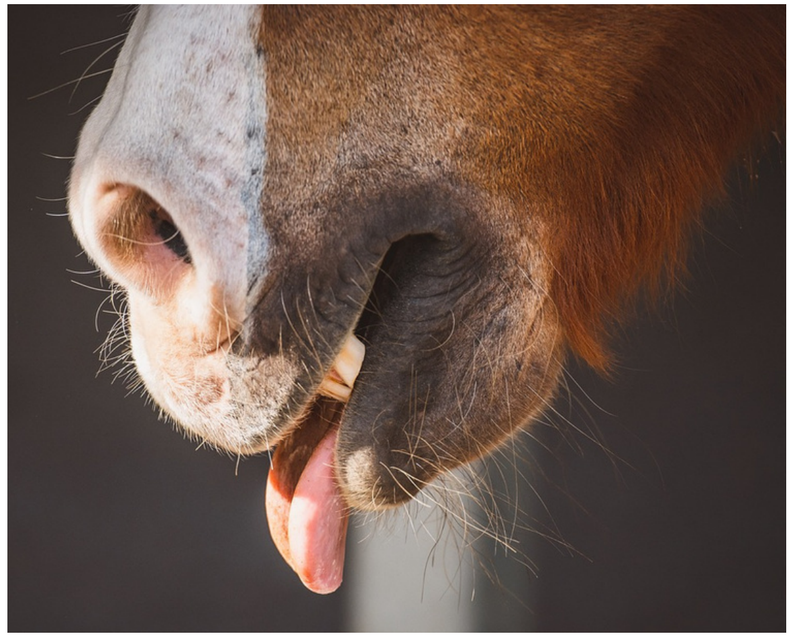
Die Zähne in der TCM

- werden dem Element Wasser zugeordnet
- zum Element Wasser gehört der Funktionskreis der Nieren
- Zahnprobleme aller Art können auf ein Ungleichgewicht im Element Wasser hindeuten

Wie funktioniert die Verdauung?

Die Aufgaben des Speichels

- macht den Futterbrei „schlüpfrig“ -
- puffert die Magensäure, da er basisch ist
- enthält Antikörper, die Bakterienwachstum hemmen und vorhandene Bakterien zerstören



Speichel aus Sicht der TCM

- gehört zu den Körperflüssigkeiten (jin Ye)
- bei geringem Speichelfluss: Körpersäfte nähren

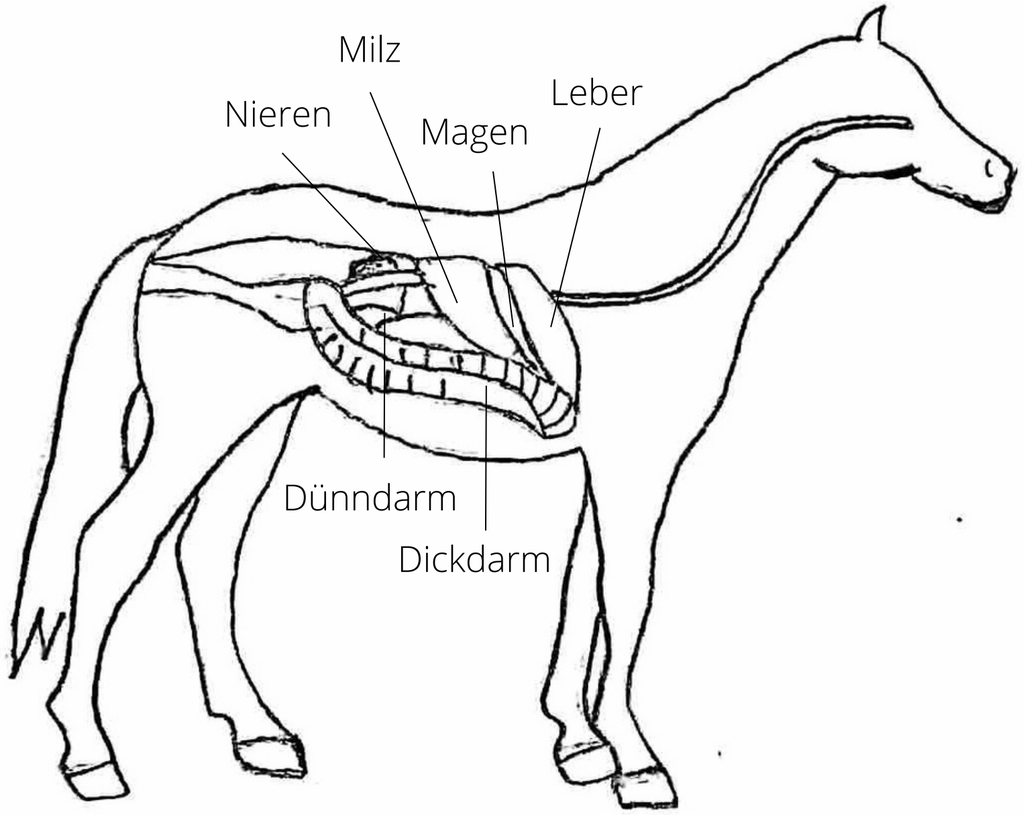
→

- Flüssigkeitszufuhr erhöhen, z.B. in dem man das Heu nass füttert
- Kompott aus Birnen befeuchtet, wenn das Pferd weitere Trockenheitssymptome zeigt

Wie funktioniert die Verdauung?

Die Speiseröhre

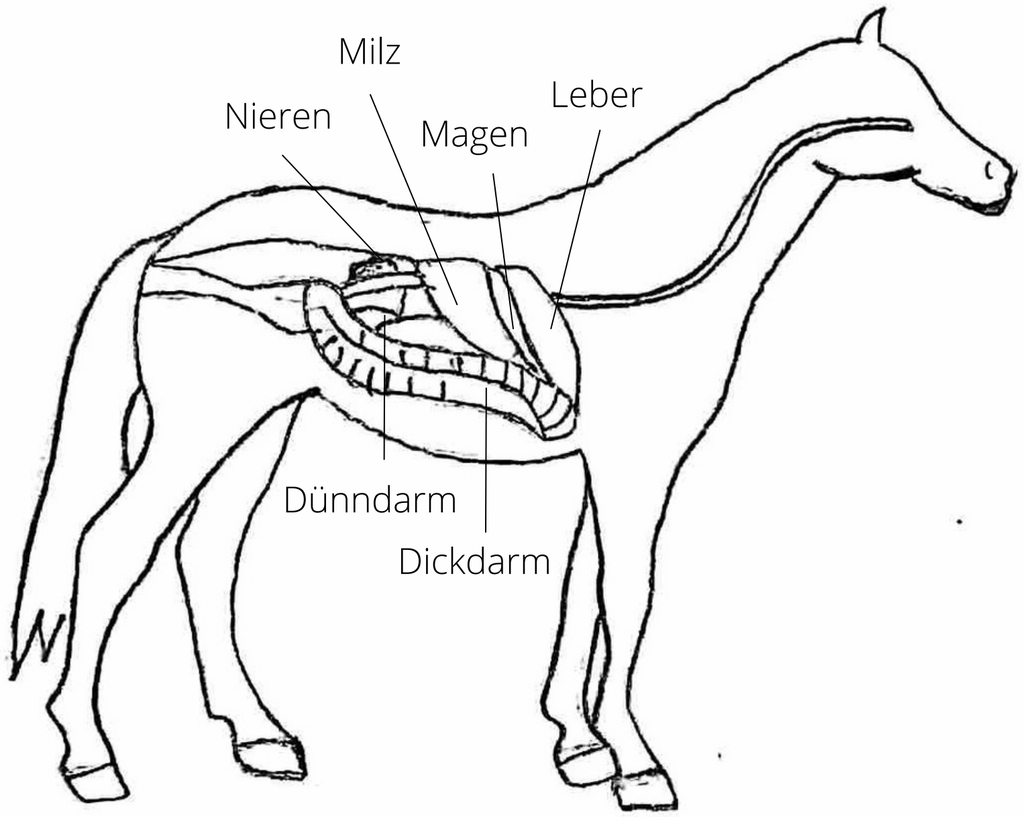
- sehr eng, ca. 1,5 cm Durchmesser
- mehrere Engpässe:
    - Übergang Maulhöhle/Speiseröhre
    - Brusthöhle Höhe 1. Rippe
    - Durchgang Zwerchfell



Wie funktioniert die Verdauung?

Der Magen

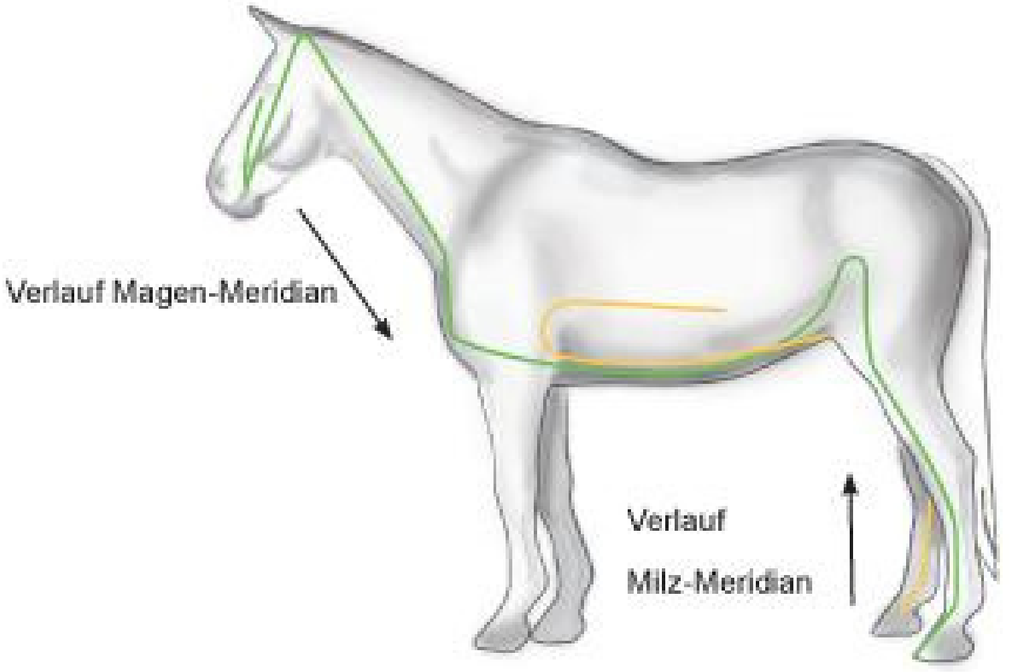
- besteht aus zwei Bereichen
- **drüsenloser Bereich:** Umbau von leicht verfügbaren Kohlehydraten, Proteinen und Fetten zu kurzkettigen Fettsäuren und Ammoniak
- **drüsenhaltiger Bereich:** Vermischung vor Futterbrei und Magensaft
- 12-14 l Fassungsvermögen



Wie funktioniert die Verdauung?

Der Magen aus Sicht der TCM

- Zusammenhang zwischen Magen- und Knieproblemen, da der Magenmeridian über das Knie verläuft
- Partnerorgan des Magens: Milz



Die Funktionskreise von Milz und Magen unterstützen:

Engelwurz/Angelikawurzel

- unterstützt die Funktionskreise von Lunge, Milz und Magen
- unterstützt bei chronischen Erkrankungen
- bei Blähungen und Magenschleimhautentzündungen
- bei Lungen-Erkrankungen
- positive Wirkung auf die Psyche: bei Panikattacken und Ängsten, bei Pferden, die scheinbar viel Last auf ihren Schultern spüren
- wirft alles aus, was nicht benötigt wird, z.B. auch Schleim
- unterstützt den inneren Frieden
- als Urtinktur (3-5 Tropfen täglich)

Die Funktionskreise von Milz und Magen unterstützen:

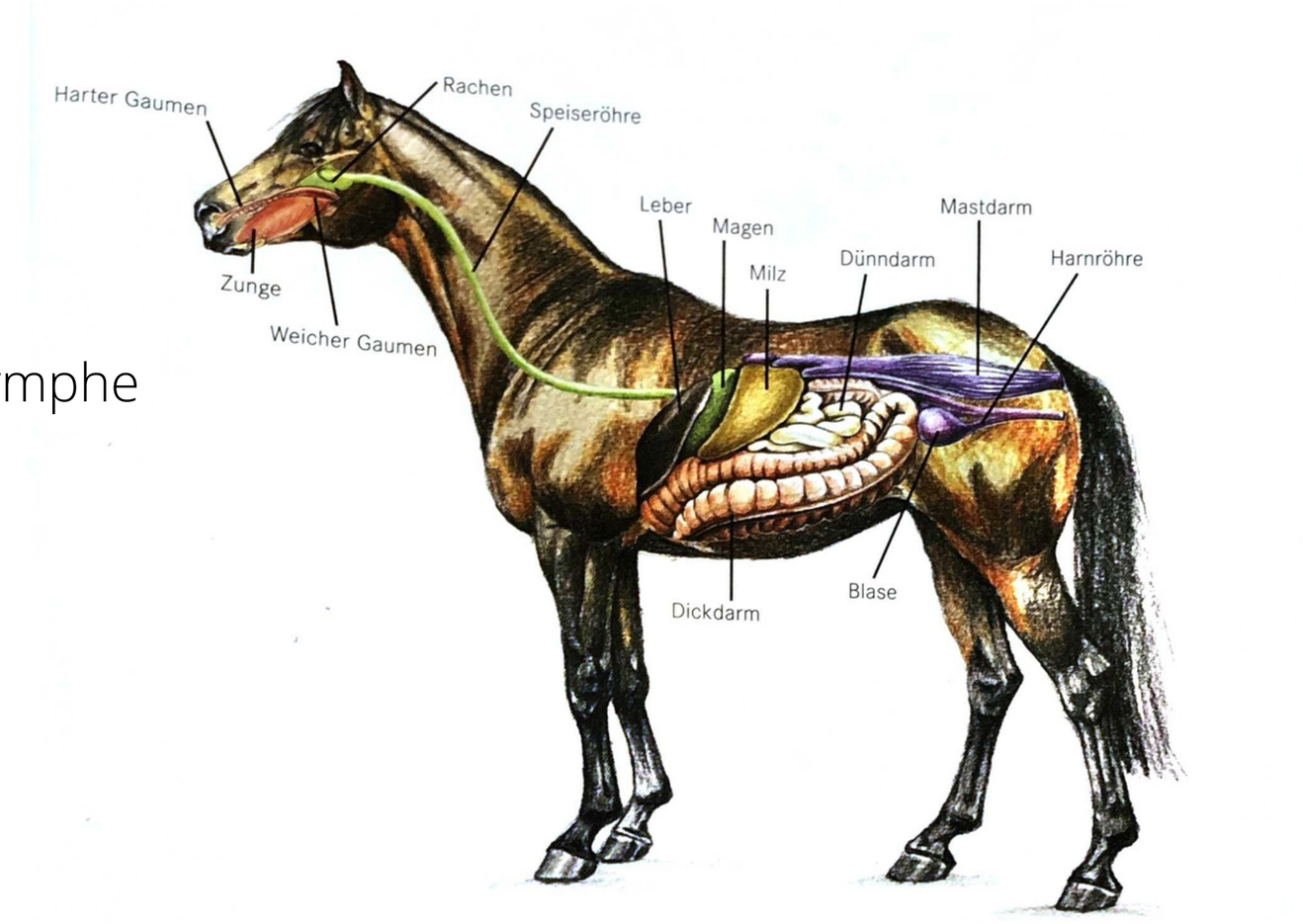
Wegwarte

- stärkt die Funktionskreise von Milz und Magen
- regt die Verdauung an
- reguliert den Appetit
- wirkt entschleimend
- senkt den Blutzucker
- unterstützt die Leber, da sie auch die Gallenproduktion anregt
- kann bei Magengeschwüren und Magenschleimhautentzündung unterstützen
- unterbricht das Grübeln, was bei einer geschwächten Milz typisch ist
- ca. 15 g täglich

Wie funktioniert die Verdauung?

Der Dünndarm

- enthält Zotten und Krypten
- Zotten geben Nährstoffe an Blut und Lymphe weiter
- Krypten geben Verdauungsenzyme ab



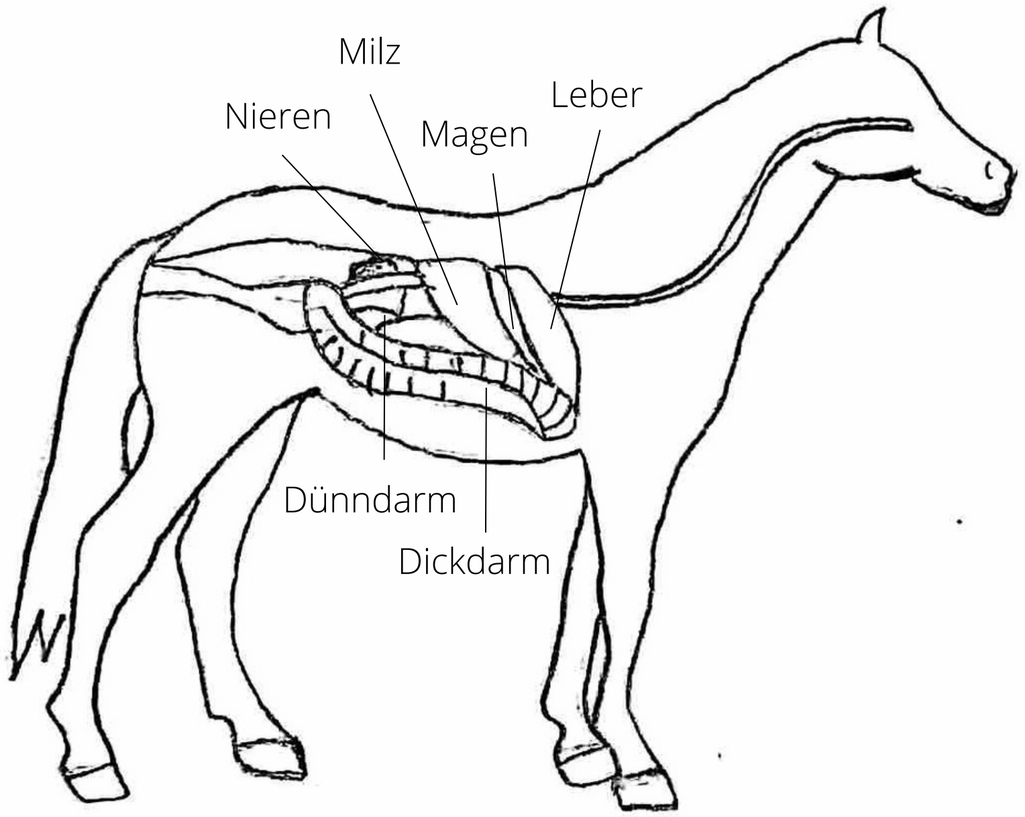
aus dem Buch: Die Anatomie des Pferdes, Dr. Christina Fritz, Cadmos Verlag

Wie funktioniert die Verdauung?

Der Dünndarm

Besteht aus folgenden Bereichen:

- Zwölffingerdarm: Enzyme und Gallensaft werden zum Futterbrei gemischt
- Leerdarm
- Hüftdarm



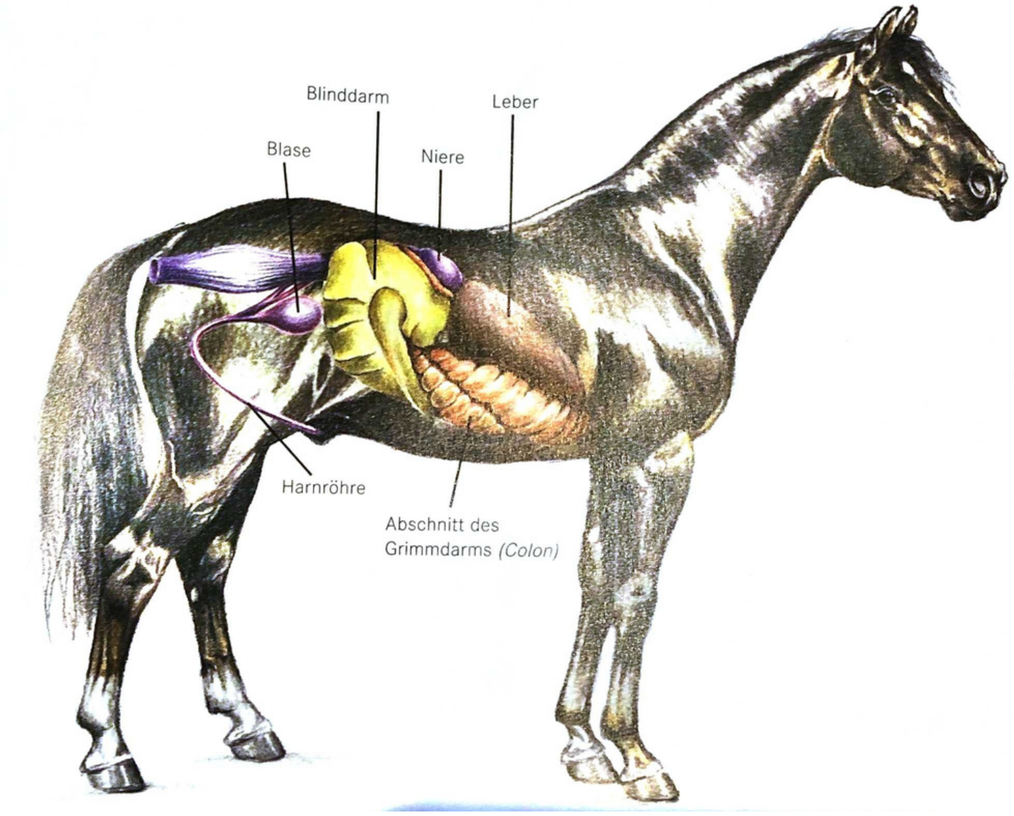
Wie funktioniert die Verdauung?

Der Dickdarm

1. **Blinddarm (Caecum)**
- mikrobielle Verdauung
- vorhandene Bakterien liefern dem Pferd B- und K-Vitamine sowie Aminosäuren

2. **Grimmdarm (Colon)**
- bildet mit Blinddarm zusammen die "Gärkammer" des Pferdekörpers

3. **Mastdarm (Rectum)**
- Bildung von Pferdeäppeln



aus dem Buch: Die Anatomie des Pferdes, Dr. Christina Fritz, Cadmos Verlag

Was die Pferdeäppel über die Darmgesundheit aussagen

- **Faserlänge:** zu lange Halme können ein Zeichen dafür sein, dass das Raufutter nicht korrekt zerkaut werden kann
- **Geruch:** säuerlicher Geruch kann eine Verschiebung der Darmflora anzeigen
- **Farbe:** normal grün-braun, dunkel: evtl. zu wenig Feuchtigkeit, hellbraun-gelblich: zu viel Stroh/Getreide
- **Konsistenz:** weich: Darm kann Flüssigkeit nicht resorbieren, hart: Flüssigkeitszufuhr gering,

Was die Pferdeäppel über die Darmgesundheit aussagen

Die Pferdeäpfel aus Sicht der TCM:

- **trockener Kot:** Zeichen für einen Säfte- oder Blutmangel
- **weicher Kot:** Zeichen für Feuchtigkeit im Körper
- **Verstopfung:** Säfte- oder Blut-Mangel, Thema des Dickdarms, "Loslassen"

Möglichkeiten der Unterstützung:

- Kompott als therapeutisches Mittel, nicht als Futtermittel!
- rote Beeren bauen Blut auf
- Rote Beete baut Blut auf

Exkurs: Blut- und Säftemangel in der TCM

- Blutmangel: nicht zu verwechseln mit einer Anämie der Schulmedizin
- schlechte Durchblutung
- trockene Haut, blasse Zunge, trockenes Fell
- Unruhe, Rastlosigkeit, Schlafprobleme
- Säftemangel: Trockenheitssymptome wie spärlicher Urinabsatz, trockener Kot, trockene Haut und trockene Schleimhäute

Oregano - Heilkraut für den Darm

- stärkt die Funktionskreise von Lunge, Magen, Milz und Herz
- thermisch warm
- unterstützt bei Pilz-Belastungen in den Atemwegen oder dem Darm
- schafft somit die Verbindung zwischen den chinesischen Partnerorganen Dickdarm und Lunge
- fördert die Verdauung
- wirkt antiseptisch und keimtötend
- bewegt und reguliert das Qi
- beruhigt den Geist

Den pH-Wert im Pferdekot testen

Ihr benötigt:

- pH-Teststreifen
- einen möglichst frischen Pferdehaufen
- eine Plastiktüte (Brotbeutel)

Anleitung:

- Pferdeäpfel mit Hilfe der Tüte aus der Mitte des Haufens entnehmen
- in der Tüte ordentlich durchkneten, damit sich die Flüssigkeit absetzt
- in diese Flüssigkeit den Messstreifen tauchen

- **Wert 6 oder höher:** normal
- **Wert unter 6:** der Kot ist zu sauer, es kann eine Verschiebung der Darmflora vorliegen

Analyse der Darmflora

Bildquelle: Amazon

Die Leber

- primäres Entgiftungsorgan
- Darmanhangdrüse
- Lage: zur rechten Körperseite geneigt, direkt am Zwerchfell

Exkurs: Woran erkenne ich ein verspanntes Zwerchfell?

- Pferde mit Atemwegserkrankungen oder trageschwache Pferde neigen zu einem verspannten Zwerchfell
- Husten beim Antraben

Bischofskraut:

- krampflösend (wirkt auch auf das Zwerchfell)
- verbessert die Durchblutung
- galletreibend
- täglich ca. 5 g (Samen)

Die Leber

Aufgaben:

- sortiert brauchbare und unbrauchbare Stoffe aus der Blutbahn
- speichert die Vitamine A, D, E & K sowie Eisen, Zink, Kupfer und Mangan
- speichert Blut und Fett
- ist an der Energiegewinnung beteiligt: speichert Glukose in Form von Glykogen
- produziert Gallensaft und gibt ihn an den Zwölffingerdarm weiter
- produziert Cholesterin und Proteine

DIe Leber ist an der Immunabwehr beteiligt. Sie filtert Keime, die aus dem Verdauungstrakt geliefert wurden. Pferde mit einer überlasteten Leber können also sehr infektanfällig sein. In diesem Fall sollte zunächst die Leber behandelt werden. Wird lediglich das Immunsystem unterstützt, ist die Ursache des Problems nicht behoben.

Die Fettverdauung des Pferdes

- Pferde sind Dauerfresser, keine Portionsesser
- kleine Mengen Gallensaft werden kontinuierlich von der Leber an den Darm abgegeben
- kleine Mengen Fett, wie z.B. im Heu oder aus einer kleinen Menge Ölsaaten, können gut verdaut werden
- große Mengen Fett belasten die Leber

Die Leber und der Darm

- über den Darm gelangen Stoffe ins Blut
- sowohl brauchbare als auch unbrauchbare Stoffe
- Schadstoffe können im Darm durch Gesteinsmehle abgebunden werden
- somit wird ein Eintritt in die Blutlaufbahn verhindert und die Leber entlastet

Hat das Pferd etwas Giftiges zu sich genommen, kann es sinnvoll sein, die Darmwand "abzudichten". Dies geschieht z.B. durch die Gabe gerbstoffhaltiger Kräuter wie Brombeerblätter oder Eichenrinde.
Aber **Achtung:** Durch das "Verschließen" der Darmwand wird die Aufnahme von guten Substanzen ebenfalls verhindert!

Die Leber-ganzheitlich betrachtet und unterstützt

Die Leber aus Sicht der TCM

- öffnet sich in den Augen
- Horn, Muskeln und Sehnen als zugehörige Körpergewebe
- Emotion: Wut

Mariendistel

- stärkt die Funktionskreise von Leber, Gallenblase, Milz und Magen
- blutreinigend und stoffwechselanregend
- bewegt und stärkt das Qi
- wirkt krampflösend auf Gallengänge
- regt die Neubildung von Leberzellen an
- Dosierung: 30 g Samen

Die Nieren aus Sicht der TCM

- öffnet sich in den Ohren
- Knochen, Zähne, Langhaar
- Emotion: Angst

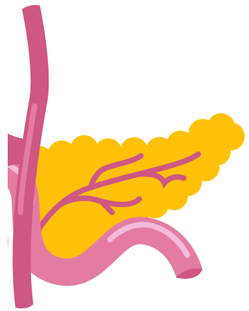
Schwarzer Sesam

- stärkt die Funktionskreise von Leber und Niere
- nährt die Essenz und das Blut
- befeuchtet den Darm
- Dosierung: ca. 30 g täglich

Himbeeren

- stärkt die Funktionskreise von Leber, Niere und Milz
- entgiftend und blutreinigend
- stärkt Blut und Qi
- baut Säfte auf

Die Bauchspeicheldrüse



Lage

- liegt unterhalb der Nieren
- linker Lappen: mit Magen verwachsen
- rechter Lappen: liegt in Schlingen des Zwölffingerdarms

Die Bauchspeicheldrüse besteht aus mehreren Teilen.

Exokriner Anteil

- produziert Verdauungssäfte und gibt sie an den Darm ab
- notwendig für die Verdauung von Proteinen, Fetten und Kohlehydraten

Endokriner Anteil

- Hormondrüse: produziert u.a. Insulin und Glukagon (dienen der Regulation des Blutzuckerspiegels)

Insulin sorgt dafür, dass die Leber mehr Zucker aus dem Blut filtert und zwischenlagert.

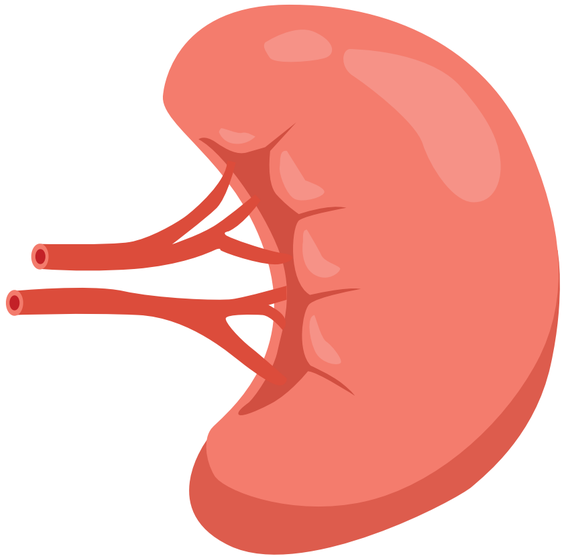
⟷

Glukagon sorgt dafür, dass die Leber Zucker freisetzt und der Blutzucker somit ansteigt.

Artischocke

- stärkt die Funktionskreise von Leber, Gallenblase, Magen und Milz
- thermisch kühl
- reguliert den Fettstoffwechsel
- senkt den Blutzucker
- fördert die Gallenproduktion
- schützt die Leber
- reguliert den Appetit
- allgemein nährend und aufbauend
- bei Ikterus, Bindehautentzündungen
- bewegt und reguliert das Qi. Wut-bei Leber-Typen

Die Nieren



Die Nieren sind stark durchblutet. Sie arbeiten dadurch in Abhängigkeit vom Blutdruck.

Lage

- rechts und links der Lendenwirbeläule
- rechte Niere: Anteile mit Blinddarm verwachsen, eher herzförmig
- linke Niere: Über Milz-Nieren-Band mit Milz verbunden, eher bohnenförmig

Aufgaben

- scheidet harnpflichtige Substanzen aus, wie z.B. Kreatinin, Harnstoff und Ammoniak
- regelt Wasser- und Elektrolytehaushalt
- produziert Hormone

Exkurs: Den Kreislauf unterstützen

Weissdorn

- unterstützt die Funktionskreise von Herz, Milz, Magen und Leber
- Früchte: leicht warm, Blüten und Blätter: kühlend
- schenkt Vertrauen und nimmt Druck, bei depressiven Verstimmungen
- stärkt das Herz-Qi
- unterstützt bei Durchfall (Blüten und Blätter) und Ödemen
- stärkt das Yin
- Dosierung: ca. 15 g Blätter und Blüten

Die Nieren

Verlauf

- Leber schickt Abfallstoffe über Blut zur Niere
- Blutgefäße verzweigen sich innerhalb der Niere und enden in Kapillarkugeln
- Flüssigkeit, die herausgepresst wird: Primärharn
- Primäharn wird von der Niere weiter ver- und bearbeitet
- Harn gelangt von den Nieren in den Harnleiter und von da in die Blase
- über die Harnröhre wird der Urin ausgeschieden

Ab dem Nierenbecken befinden sich Schleimdrüsen. Aus diesem Grund ist der Urin des Pferdes eher trüb und etwas "zäh".

Nieren-Problemen durch richtige Fütterung vorbeugen:

- Auf den richtigen Protein-Energie-Quotienten im Futter achten: Dieser beträgt im Optimalfall 5:1
- ca. 3 g Rohprotein pro kg Körpergewicht
- Auf den Calcium-Gehalt in der Gesamtration achten: Ein langfristiger Calcium-Überschuss wird in den Nieren gespeichert

Goldrute

- stärkt die Funktionskreise von Niere, Blase, Lunge und Leber
- thermisch: kühl
- wird zur Durchspülung der Nieren angewendet
- steigert die Drüsensekretion in Harnleiter und Nieren
- wirkt zusammenziehend
- hemmt Durchfall
- leitet Nässe aus: bei Ödemen oder nässenden Ekzemen
- kühlt das Blut: bei eiternden Wunden

Brennnessel

- stärkt die Funktionskreise von Blase, Lunge, Niere, Leber und Milz
- stärkt das Qi der Niere sowie das Abwehr-Qi
- blutreinigend, harntreibend und entzündungshemmend
- regt den Stoffwechsel an
- unterstützt bei erhöhten Blutzuckerwerten
- leitet Hitze, Nässe und Giftstoffe aus

Haut - "Hilfsniere"

- sondert Schadstoffe über Schweiß- und Talgdrüsen ab
- schützt vor schädlichen Substanzen von Außen
- unterstützt das Immunsystem: Wei-Qi zirkuliert direkt unter der Haut, Zellen können Antigene erkennen und vernichten

Schwitzen ist gesund und unterstützt die Ausscheidung von Schadstoffen.

Die Milz

Kosmologische Sequenz

- spielt in der TCM eine größere Rolle als in der westlichen Medizin
- **Lage**: linke Bauchwand
- **Verbindungen:** zum Magen durch Band und Bindegewebe, zur Niere durch Milz-Nieren-Band
- **besteht aus:** roter Pulpa und weißer Pulpa

Rote Pulpa

- baut veraltete Erythrozyten, Thrombozyten und Zellfragmente ab
- leitet Blutfarbstoff Hämoglobin an Leber weiter
- speichert Eisen, Kupfer, Erythrozyten und Thrombozyten

Weiße Pulpa

- lymphatisches Gewebe
- speichert Lymphozyten
- unterstützt bei Immunabwehr

Die Milz in der TCM

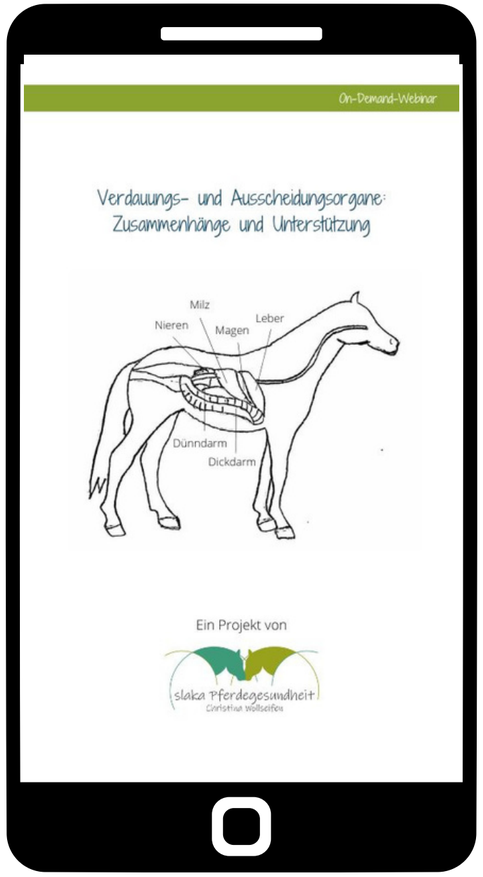
Die Aufgaben der Milz in der TCM

- **beherrscht Transport und Umwandlung:** Verdauung
- **kontrolliert das Aufsteigen des Qi:** Milz-Qi hat eine aufsteigende Richtung, Milz schickt Qi an die Lunge und klare Flüssigkeiten nach oben: Ödeme im unteren Körperbereich zeigen an, dass die Milz dieser Aufgabe nicht nachkommen kann
- **hält Blut in Gefäßen und Organe an ihrem Platz**
- **herrscht über Fleisch, Muskeln und Bindegewebe:** bei einer starken Milz ist der Körper kräftig und das Gewebe klar

Milz & Nieren

- arbeiten bei der Umwandlung und dem Transport von Flüssigkeiten eng zusammen
- bei Problemen mit Flüssigkeiten: sowohl Milz als auch Nieren unterstützen

Vielen Dank!



Eine Zusammenfassung der Inhalte findet ihr im Mini-Workbook!