

Andrea Zoller

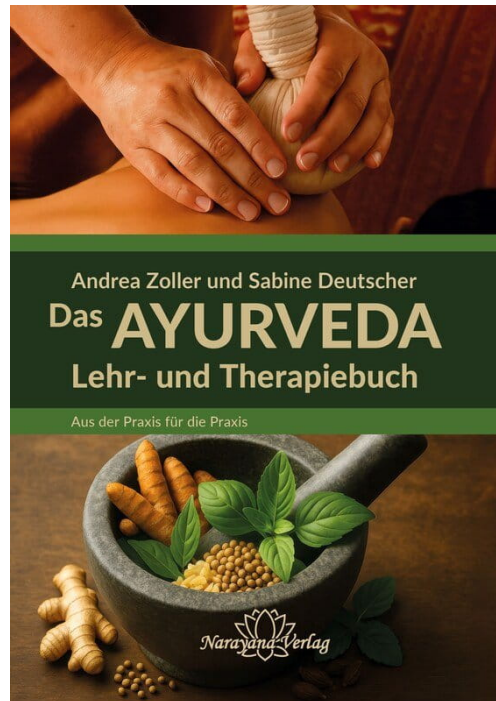
Das Ayurveda Lehr- und Therapiebuch

Leseprobe

[Das Ayurveda Lehr- und Therapiebuch](#)

von [Andrea Zoller](#)

Herausgeber: Narayana Verlag



Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

<https://www.narayana-verlag.de>

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhalt

TEIL 1: GRUNDLAGEN DES AYURVEDA

Sāṃkhya-Philosophie	18
Gesundheit	23
Dravyaguṇa, die Eigenschaften der Elemente	25
Die Doṣas und ihre Aufgaben	27
Die Charakterisierung der doṣas	30
Rasas, die sechs verschiedenen Geschmacksrichtungen	39
Vipāka, der Geschmack nach der Verdauung	48
Guṇas, die Eigenschaften	49
Vīrya, die Temperaturregulierung	54
Prabhāva – die spezifische Potenz	57
Weitere Grundlagen des Ayurveda	59
Dhātus, die sieben Körpergewebe	60
Srotas, die Körperkanäle	64
Ojas, die Lebenskraft	66
Āma, das »Unverdaute«	68
Agni, das Verdauungsfeuer	70
Malas, die Ausscheidungen	73
Dinacaryā, der Tagesablauf im Ayurveda	74
Ṛitucaryā – an die Jahreszeiten angepasste Verhaltensweisen	77
Rasāyana, Verjüngungsmittel (Lebenselixir)	87
Küchen- und Gewürzpflanzen für die Anwendung	90
Frische Küchenpflanzen	91
Gewürzpflanzen in der täglichen Küche	113
Rezepturen	148
Aspekte bei der Zubereitung von Heilpflanzen	149
Dravyaguṇa karma	152
Ghṛta/Ghritham – mediziniertes Ghee	153
Taila/Thailam – mediziniertes Öl	156
Cūrṇa/Churnam – Pulver	167
Ariṣṭa/Āsava – Arishtam/Asavam – fermentierte Kräutertränke	173
Leha/Leham – Fruchtmus	179
Kalka	182
Guggulu/Harze	184
Vaṭī, vaṭikā, guṭī und guṭikā – Pillen und Tabletten	189

Kvātha / Kashayam	191
Lavaṇa / Salze	194
Bhasma – medizinierte Asche	195
Hima – Kaltwasserauszug	196
Pānaka – Sirup	198
Svarasa – Pflanzensaft	200
Phāṇṭas – Warmwasserauszüge (Infusionen)	202
Flüssige Zubereitungsformen	203
Ayurvedische Therapie	206
Die sechs Grundformen der Pañcakarma-Therapie	207
Pañcakarma	217
Pañcakarma – die Ausleitungsverfahren	223
Unterstützende Heilpflanzen und Kräuterezubereitungen	240
Ayurvedische Manualtherapie	243
Ganzkörperanwendungen	244
Teilmassagen und lepa, das medizinierte Pflaster	251
Die Anwendungen am Kopf	255
Stempelmassage	263
Vastis	272
Behandlungen der Sinnesorgane	279
Dhūma – das therapeutische Rauchen	295

TEIL 2: KĀYA CIKITSĀ – DIE KÖRPERSYSTEME, DIAGNOSE UND THERAPIE

Svastha – Gesundheit, die im Selbst begründet ist	15
Vikrti vyadhi – die Entstehung von Krankheit	18
Der Krankheitsverlauf aus ayurvedischer Sicht	19
Tridoṣa, die drei »Verderber«	22
Āma	26
Malas – Störungen und Therapie	26
Pathologie der dhātus	28
Srotas, Blockaden in den Körperkanälen	40
Rasāyana-Therapie	45
Die Wirkung der Eigenschaften einer rasāyana-Therapie	46
Feinstoffliche Eigenschaften	46
Ojas unterstützende rasāyanas	47
Verschiedene Darreichungsformen der rasāyanas	48
Sinnesorgane – Rasāyana der fünf Sinnesorgane	50
Dhātus und srotas	51

Das Körpersystem	52
Das Abwehrsystem mit erhitzenen rasāyanas	54
Schmerzstillende Rasāyanas	54
Rasāyanas, die die srotas öffnen	55
Der Jahreszeit angepasste Heil- und Gewürzpflanzen	55
Zusammenfassung der Rasāyana-Heilpflanzen	56
Zusammenfassung der Rasāyana-Rezepturen	62
Die Körpersysteme	65
Das Nervensystem	66
Gesundheitsbild	67
Neurologische und psychosomatische Störungen des Nervensystems	68
Die Krankheitsbilder der tridoṣas und der großen guṇas	69
Angst – mano vibhrama	73
Burnout, PTBS und Nervenzusammenbruch – mānabhaṅga	76
Schlaflosigkeit – anidrā, nidrā nāśa	81
Depression – nirāśā	85
Gedächtnisschwäche, Vergesslichkeit und Demenz – smṛti bhraṁśa	87
ADHS/ADS – anekāgratā	90
Migräne und Kopfschmerzen – ardhāvabhedaka und śiro śūla	94
Schwindel – bhrama	99
Schlaganfall und Lähmungen – ardita/aṅgavikṛti und saṁstambha	101
Parkinson – kampa vāta	105
Multiple Sklerose – majja vaha roga	108
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS) – aṣṭhi majja vaha roga	110
Epilepsie – apasmāra, mṛgī	113
Gürtelrose – Herpes Zoster – āgneya visarpa	115
Schmerzen und Neuralgien – vedana und aṅgamarda	117
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für das Nervensystem ...	122
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für das Nervensystem	128
Die Sinnesorgane	132
Sinnesorgan Auge – akṣī	134
Erkrankungen der Augen – akṣi roga	135
Konjunktivitis – abhiṣyanda	137
Das müde und gereizte Auge – śrānta netra	139
Gerstenkorn – kumbhīkā	140
Verschiedene andere Beschwerden der Augen	141
Sinnesorgan Ohr – karṇa	142
Erkrankungen der Ohren – karṇa roga	143
Tinnitus – karṇanāda	145
Entzündung der Ohren – karṇa pāka	147
Schwerhörigkeit – bādhīrya	149

Störung des Gleichgewichts	150
Sinnesorgan Nase – nāśya	151
Erkrankungen der Nase – nāsā roga	152
Schnupfen/Rhinitis – pratiśyāya	154
Nasenbluten – nāsārakta pitta	156
Stirn- und Nebenhöhlenentzündung – kaphaja śīro roga	157
Heuschnupfen – parāgaja jvara	157
Anosmie/Verlust des Geruch- und Geschmackssinns – ajighratva	159
Sinnesorgan Mund – mukha	160
Erkrankungen im Mundbereich – mukha roga	161
Mundrhagaden	162
Heiserkeit – uddhvaṃsa	163
Schlechter Geschmack – dursvāda	163
Zahnschmerzen – kṛmidantaka, Zahnfleischentzündung – danta pradara, Zahnfleischblutung – raktasrava	164
Sinnesorgan Haut – tvac	165
Erkrankungen der Haut – tvacā roga	166
Chronische Hautkrankheiten – kuṣṭaghna und tvacā roga	168
Akne – sūkṣmagaṇḍa	170
Ekzem – vicarcikā	172
Neurodermitis	173
Psoriasis – ekakuṣṭha	174
Nesselsucht (Urtikaria und Allergien) – śītapitta	175
Abszess – vidradhi	177
Erysipel – udarda	178
Herpes – kakṣyā	178
Insektenstiche – kīṭa daṃśa	179
Juckreiz – kaṇḍū	180
Pigmentstörungen – vyaṅga	180
Pilzbefall der Nägel und der Haut – dadru kuṣṭha	181
Sonnenbrand	181
Leukoderma – kilāsa	182
Hyperhidrose – vermehrtes Schwitzen	182
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für die Sinnesorgane ...	184
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für die Sinnesorgane	191
Das Herz-Kreislauf-System	194
Gesundheitsbild des Körpersystems aus ayurvedischer Sicht	195
Krankheitsbild von durch doṣas verursachten Herzkrankheiten	197
Altersherz – die beginnende Herzinsuffizienz	200
Koronare Herzerkrankungen – dhamanī praticaya	206
Hypertonie – Bluthochdruck – raktālpapīḍā	209

Hypotonie – niedriger Blutdruck	214
Bradykardie – langsamer Herzschlag	217
Tachykardie, Herzrasen – hr̥drava	219
Herzrhythmusstörungen – Arrhythmie	221
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für das Herz-Kreislauf-System	222
Zusammenfassung aller Rezepturen des Herz-Kreislauf-Systems	227
Blut und Blutgefäße	230
Gesundheitsbild	231
Krankheitsbild von durch doṣas verursachten Blutkrankheiten	232
Anämie – pāṇḍu roga	234
Leukopenie	237
Hyperlipidämie	239
Nasenbluten – nāsārakta pitta	240
Krampfadern (Varikose) – śiraja granthi	241
Hämorrhoiden – arśas	243
Zusammenfassung der Heilpflanzen für Blutkrankheiten	248
Zusammenfassung der Rezepturen für Blutkrankheiten	250
Die Atemwege	255
Gesundheitsbild des Körpersystems aus ayurvedischer Sicht	256
Krankheitsbild allgemein, Störungen der doṣas	258
Erkältungskrankheiten und virale Infektionen – pīnasa	258
Schnupfen, Rhinitis – pratiśyāya	262
Heiserkeit und Halsschmerzen – adhruṣa	264
Husten und Bronchitis – kāśā	267
Der Reizhusten	268
Trockener Husten	270
Husten mit Wundheitsgefühl in der Brust	272
Pitta-Husten	273
Der dickflüssige und festsitzende Husten – Kapha-Husten I	275
Der rasselnde Kapha-Husten – Kapha-Husten II	276
Nervöser Husten – »hysterisch« psychogen	278
COPD (chronic obstructive pulmonary disease)	279
Pseudokrupp	280
Asthma – śvāsa / Bronchialasthma – tamaka śvāsa	281
Schluckauf – hikkā	284
Zusammenfassung der Heilpflanzen im Atmungssystem	286
Zusammenfassung der Rezepturen im Atmungssystem	290
Das Verdauungssystem	296
Gesundheitsbild	297
Krankheitsbild allgemein, Störungen der doṣas	300

Wirkung auf Mund, Speiseröhre und Magen – mukha (Teil 1)	300
Trockener Mund	301
Mundgeruch	302
Sodbrennen und Refluxösophagitis – ānāha	303
Der Magen und das Verdauungsfeuer	305
Gastritis – āmlapitta	306
Dyspepsie – agni māndya	309
Mittleres Verdauungssystem – grahaṇī (Teil 2)	312
Grahaṇī und grahaṇī roga	313
Blähungen – ādhmāna	317
Durchfall – atisāra	320
Nahrungsmittelunverträglichkeit, Intoleranz und Allergien	324
Unteres Verdauungssystem – antara (Teil 3)	327
Abdominale Schmerzen – śūla	328
Dreimonatskolik	331
Verstopfung und Darmträgheit – vibandha und agni māndya	333
Divertikel und Divertikulitis	336
Wurmbefall und Parasiten – kṛimi roga	338
Kolitiden	339
Colitis ulcerosa	339
Morbus Crohn	342
Appetitlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen	344
Auftreibung, gasförmiger Tumor – gulma	346
Leber-, Galle- und Pankreassystem	348
Leberleiden – yakṛd roga	351
Gallenleiden – Gallensteine	354
Bauchspeicheldrüse, Pankreas – kloman, Pankreatitis	356
Milz – plīhā	358
Zusammenfassung der Heilpflanzen des Verdauungssystems	359
Zusammenfassung der Rezepturen des Verdauungssystems	367
Das Stoffwechselsystem	370
Zöliakie – grahaṇī	372
Diabetes – prameha	375
Gicht – āḍhya vāta, vāta rakta	382
Rheumatoide Arthritis – āma vāta	385
Schilddrüsenkrankheiten	388
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen bei Stoffwechselerkrankungen	390
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen bei Stoffwechselerkrankungen	394

Nieren, Blase und Harnwege	397
Gesundheitsbild des Körpersystems	399
Blasenentzündung – vastikopa, vasti roga	403
Nierenbeckenentzündung, die akute Pyelonephritis – vṛkka roga	406
Nierensteine, Urolithiasis – aśmarī	408
Chronische Krankheiten der Harnorgane	411
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für die Harnorgane	412
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für die Harnorgane	414
Der Bewegungsapparat	416
Krankheitsbild allgemein, Störungen der doṣas	419
Erkrankungen und Schmerzen im Bewegungsapparat – āḍhyadaṇḍa	420
Frozen Shoulder/StEIFheit im Arm – avabāhuka, viśvācī	423
Ischialgie – grdhrasī	424
Hexenschuss/Lumbalsyndrom – kaṭi śūla	424
Steifigkeit – stambhaka	425
Bandscheibenvorfall/Prolaps	425
Osteoporose – asthi śoṣa	426
Morbus Bechterew	427
Fibromyalgie – vāta vyādhī	427
Arthrose – saṁdhi gata vāta	428
Zusammenfassung der Heilpflanzen und ihrer Wirkungen auf das Skelettsystem	432
Zusammenfassung der Rezepturen und Öle für das Skelettsystem	434
Das Abwehrsystem	437
Gesundheitsbild des Abwehrsystems	438
Stärkung des Immunsystems und der körpereigenen Abwehr	439
Fieber – jvara	441
Bakterielle Infektionserkrankungen	450
Auf die einzelnen Körperorgane wirkende Antiseptika	451
Fortpflanzungsorgane	454
Gesundheitsbild des Körpersystems aus ayurvedischer Sicht	455
Die Krankheitsbilder der tridoṣas	457
Das Menstruationssystem – ārtava vaha srotas	458
Dysmenorrhoe und Amenorrhoe – kaṣṭārtava	458
Menorrhagie, Metrorrhagie und Endometriose – pradara	461
Leukorrhoe, vaginaler Ausfluss – śveta pradara	464
Wechseljahre, Menopause – rajonivṛtti	466
Die Wirkung der doṣas	467
Verschiedene Formen von Beschwerden während der Wechseljahre	474
Sexualität und Fortpflanzung	475
Was tun bei Erektionsstörungen?	480

Ejakulationsverlangsamende Anwendung – śukra stambhana	481
Kinderwunsch	483
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für die Fortpflanzungsorgane	485
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für die Fortpflanzungsorgane	490
Schwangerschaft	493
Gesundheitsbild	494
Gesundheit in der Schwangerschaft	512
Beschwerden während der Schwangerschaft – garbhīṇī roga	513
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für die Schwangerschaft	526
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für die Schwangerschaft	526
Geburt, Wochenbett und Stillzeit	527
Die Tage vor der Geburt – janana	529
Eröffnungsphase	530
Übergangsphase – upasthita prasava	531
Pressphase und Geburt – prajayī syamana	531
Austreibungsphase der Plazenta – apara patana	531
Beschwerden und Komplikationen vor, während und nach der Geburt	533
Die nachgeburtliche Pflege der Mutter	535
Die nachgeburtliche Pflege des Säuglings	538
Rituale	540
Stillphase	542
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen für Geburt, Wochenbett und Stillzeit	545
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen für Geburt, Wochenbett und Stillzeit	549
Die Kindertypen	552
Die verschiedenen doṣa-Typen in der Kinderheilkunde	554
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen in der Pädiatrie	567
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen in der Pädiatrie	573
Ayurveda in der Geriatrie	576
Gesundheitsbild des alternden Gehirns aus ayurvedischer Sicht	577
Die Krankheitsbilder der tridoṣas und die Ursache für Erkrankungen im Alter	580
Neurologische Erkrankungen im Alter	581
Schluck- und Atemprobleme im Alter	583
Beschwerden im Skelettsystem	586

Beschwerden im Urogenitalbereich	588
Beschwerden im Verdauungssystem	589
Bewegung und geistige Beweglichkeit	591
Zusammenfassung der wichtigsten Heilpflanzen in der Geriatrie	594
Zusammenfassung der wichtigsten Rezepturen in der Geriatrie	596
Schwäche und Halt	599
Die Krankheitsbilder der tridoṣas	601
Ayurvedische Begleitung bei Krebserkrankungen und Chemotherapie ...	603
Stärkung der Nerven und des Gehirns	608
Stärkung des Gedächtnisses	609
Stärkung der Atmung	609
Stärkung des Herzens	610
Stärkung des Verdauungssystems	610
Stärkung der Niere und Harnwege	611
Stärkung der Geschlechtsorgane	611
Stärkung der Muttermilch	612
Stärkung der Gelenke und der Wirbelsäule	612
Stärkung des Immunsystems	613
Stärkung bei Stoffwechselerkrankungen	614
Stärkung bei zehrenden Erkrankungen, Kachexie	614
Zusammenfassung der Heilpflanzen bei Schwäche oder während der Krebstherapie	615
Zusammenfassung aller Rezepturen bei Schwäche oder während der Krebstherapie	617
Anhang	624
Referenz der Heilpflanzen	625
Referenz der Rezepturen	638
Samhitā / Kompendium	649
Bewährte Indikationen in der ayurvedischen Manualtherapie	654
Sanskrit-Glossar	658
Literaturnachweis	677
Bildnachweis	678
Stichwortverzeichnis	679

Sphere), 257 (Vans Design), 349 (Kazakova Maryia), 371 (gnanistock), 400 (medicalstocks), 417 oben (Guru Ji Creation), 417 unten (3dMedi Sphere), 455 unten (Nostagrams), 493 (PonomarenkoNataly), 494 (Rawpixel.com), 528 (AstroVed.com), 532 (unclenikola)

Thomas Brantchen: 398

Wikimedia: 65 (Wellcome Library / Shri

Swami Hansa Swaroop), 196 (National_Heart_Lung and Blood Institute (NIH)), 256 (Chronikhiles), 297 (The National Museum, New Delhi), 299 (BMK / Mariana Ruiz, Jmarchn), 438 oben (Rajasekharan Parameswaran), 455 oben (Tej Kumar Book Depo / Tulsiramayan), 600 (Iramuthusamy)

Zulfikar Ali: 40, 45, 72, 230, 255, 397, 497

Stichwortverzeichnis

Teil 1: blaue Ziffern, Teil 2: rote Ziffer, fett: Hauptseite, grau: Verweis

Abdominale Schmerzen **331**

Abfallprodukte siehe *mala*

Abführtherapie **218, 226, 43, 254**

Ablagerungen **5, 188, 218, 292, 293, 91, 163, 201, 205, 208–210, 212, 387, 412–414, 583, 584, 615**

Abmagerung **177, 210, 32, 602**

Abszess **168, 179**

Abwehrsystem **86, 56, 329, 441–444**

Aderlass **219, 232–233, 235–236, 240**

ADHS, ADS **70, 74, 92–93, 132, 570**

Adipositas **36, 46, 47, 62, 218**

Aggression **21, 73, 26, 133**

agni **72–74, 45–46, 299–300, 302–303, 307**, siehe auch Verdauungs- oder Gewebefeu

agni māndya **308, 311–314, 336–338, 362, 434**

Akne **168, 172–173, 543**

Allergie **168, 177–179, 327–330**, siehe auch Nesselsucht und Nahrungsmittelunverträglichkeit

Altersherz **202–208**, siehe auch Herzinsuffizienz

āma **69, 70–72, 28, 163, 602**

Amenorrhö **460, 462–465**

Amyotrophe Lateralsklerose **27, 71, 113–115**

Anämie **237**

Angina pectoris **199, 208–212**

Angst **20, 25, 70–72, 75**

Anorexie **27**

Anosmie siehe Geschmackssinn, Verlust des

Antiseptika, mit Wirkung auf die einzelnen Körperorgane **45–54, 57**

Anurie **403, 405**

Aphasie **81**

Aphrodisiaka **480–481**

Aphten im Mund bei Fieber **453**

Apoplex siehe Schlaganfall

Appetitlosigkeit **70, 84, 22, 347–349**

Arteriosklerose **20, 35, 196–199, 206–207, 218**

Arthritis siehe rheumatische Arthritis, oder Osteoarthritis

Arrhythmie 202, 129, 206, 212, 221, siehe auch Herzrhythmusstörung

Arthrose 51-52, 186-187, 253, 25, 31, 391, 422, 428-436

Asthmaanfall 283, 284, 287

Asthma siehe Bronchialasthma

Aszites 42, 253, 359

Atemwege, Verschleimung der 133, 137, 230, 100, 152, 260, 290, 539, 584, 652

Atmung 32, 35, 37, 275, 290, 71, 252, 452, 583

Atmung, Stärkung der Atemwege 584, 609

Atmungssystem 256

Auftreibung, *gulma* 346-347

Augen 56, 134

Erkrankungen der 156, 135, 137, Entzündung siehe Konjunktivitis

Ermüdung der 139

Pflege 34, 183, 285

Reizung der 139

Trübung siehe grauer Star

Ausfluss, vaginaler siehe Leukorrhoe

Auszehrung 30, 31, 23, 27, 36, 600

Außergewöhnliche Wirkung siehe *prabhāva*

Bandscheibenvorfall 425

Bauchspeicheldrüse siehe Pankreas

Bewegungsapparat 416, 586

Erkrankungen und Schmerzen 25, 119, 420-423, 586

Beschwerden im Skelettsystem bei Senioren 586

Bindehautentzündung siehe Konjunktivitis

Blähungen 30, 317, 572

nach der Entbindung 538

bei Kindern siehe Dreimonatskolik

Blasenentzündung siehe Zystitis

Blut und Blutgefäße 230

Blut 47, 60, 61, 65, 232, 233, 244, 20, 29, 34, 51, 231-234

Blutdruck, niedriger siehe Hypotonie
Blutgefäße 197, 210, 217, 231-234

Bluthochdruck siehe Hypertonie

Blutreinigende Wirkung 58, 224, 251, 252, 550

Blutungen:

Nase 156, 240

Hämorrhoiden 244, 248, 520

Husten 274, 293

Koliten 341

Menses 461, 462, 463

Schwäche, Kachexie 620

Blutzucker 20, 372

Blutzucker, senkend 379, 382

Blutzuckerspiegel 376, 384, 382

Bradykardie 25, 197, 217, 218

Brechreiz 190, 518

Brennende Empfindungen:

allgemein 33, 44, 86, 235, 470, 661, 663, 667

bei Atmung 171

der Augen 94, 135, 137, 138, 187, 594

bei Ausfluss 464

bei Hämorrhoiden 242, 244

bei Husten in der Brust 273, 293

bei Sodbrennen in der Brust 303

der Geschlechtsorgane 487, 469

des Harns, oder des Harntrakt 182, 409, 412, 467

der Haut 165, 171, 176, 169, 174, 192, 593

des Magens 168, 306, 573

der Nerven 260

bei Wechseljahren 196, 469, 470

- Bronchialasthma 35, 70, 281–284
- Bronchitis 42, 267, 273,
Entzündung der Atemwege 288–294
Pädiatrie 574
Geriatric 584–585
- Brustwarzen
Pflege 544
Entzündung 544, 545
- Burnout 69, 72, 76, 77, 89
- Cāraka Saṃhitā* 647
- Cellulitis 249, 269
- Chemotherapie 100, 180, 1886, 603–608
- Cholesterin 125, 194, 208, 224, 239, 351, 392, 598
- Colitis ulcerosa 122, 125, 208, 237, 323, 339–342, 361, 363
- COPD 137, 176, 275, 279, 288
- Darmperistaltik, vermindert 72, 205
- Darmträgheit 125, 133, 40, 333–335
Schwangerschaft 520–521
bei Kinder 558, 571
in der Geriatric 579, 589
- Demenz, 32, 68, 69, 87–89
in der Geriatric 577, 578, 582, 596
- Depression 19, 110, 260, 127, 68, 70, 72, 85, 86–90, 102
in der Frauenheilkunde 471
in der Geriatric 581, 596, 597
mit Schwäche 604
- dhātus* 60–63, 69
Pathologie der 28–39
rasāyana der 47–48, 51–52
- Diabetes 35, 40, 43, 44, 45, 218, 249, 20, 29, 36, 375–382, 398
Schwangerschaftsdiabetes 376, 514
- Dickdarm, Entzündung des siehe Colitis ulcerosa
- dinacaryā*, die täglichen Anwendungen 74, 79, 279, 287, 16
Augen 285, 135
Geriatric 577, 591, 660
Haut 280, 167
Mund 291, 159
Nasen 287, 152
Ohren 285, 143
Wechseljahre 471
Zähne 291, 161
- Divertikel 336, 3338,
Divertikulitis 336
- doṣas* 27
Atemwege 258
Bewegungsapparat 419
Blut 232
Charakterisierung 30
Fortpflanzungsorgane 478
Geriatric 577
Herz und Kreislauf 197–201
Leber und Galle 350
Nervensystem 69
Nieren und Blase 404
Pädiatrie 554
Schwäche und Halt 600
Verdauung 300
Wechseljahre 467
- doṣas*, Gleichgewicht der 23, 30, 38, 69, 87, 218, 28, 298
- doṣas*, Ungleichgewicht der 18, 22, 28, 70
- dravyaguṇa karma* 152
- Dreimonatskolik 331–333, siehe auch
Kolik bei Kindern
- Durchblutungsstörung 105, 123, 139, 249, 122, 129
Augen 144
Blase 403
Epilepsie 113
Geriatric, 90, 594
Herz 141, 207

Durchfall 41, 45, 47, 71, 56, 302, 312, **321–326**, 342, 343, 373
 Geriatrie 594, 595, 597
 Pädiatrie 558, 563
 Schwangerschaft 500, 516, 545
 Dysmenorrhö 458–**460**, 460, 491, 492
 Dyspepsie 301, **309–311**
 vor und nach der Geburt 534, 545, 571
 Geriatrie 579, 594
 Schwäche 617
 Dysurie 223, 379, 392

 Einlauf, medizinischer 31, 86, 207, 236, 238, 39–240, 84, 115, 311
 Ejakulation 456, 480–482
 Ejakulationsverlangsamend **481–483**
 Ekzem 33, **172–174**
 Elemente, *mahābhūtas* 20, 63,
agni 305
dhātus 29
doṣas 23
malas 27
 Leber 349
 Embryo 498
 Kinder 555
 Embryo, siehe Fötus
 Endokarditis 197, 198
 Endometriose **461–463**
 Entzündliche Prozesse:
 Atemwege 261, 264, 275, 451, 583
 Bewegungssystem 421, 436, 452, 453
 Blut-Kreislaufsystem 236, 252
 Fortpflanzungssystem 452, 464, 465, 467
 Geburt, Wochenbett und Stillzeit 533, 535, 536, 537, 544
 Herz-Kreislaufsystem 198, 202, 208
 Kinder 565, 570, 571, 573, 574
 Leber u. Galle 348

Nervensystem 103, 108, 118, **121**
 Nieren und Blase 402, 408
 Sinnesorgane
 Augen 131, 140, 142, 595
 Haut 173, 176, 177, 185, 453
 Mund 161, 259, 592
 Nase 157
 Ohren 144, 151, 152
 bei Schwäche des Körpersystems 608–614
 während der Chemotherapie 603, 605, 608, 614–620
 Stoffwechsel 389
 Verdauungssystem 308, 327, 338, 340, 452
 Epilepsie 32, 68, 69, **113–115**
 Erbrechen 36, 42, 86, 94, 145, 194, 295, 322, **344**, 518
 Erektionsstörungen **480–484**
 Ergrauen, der Haare 468
 Erkältungskrankheiten 24, 26, **258–262**
 Erschöpfung 77, 97, 427, 600, 604, 618
 nach der Geburt 532, 535, 549
 Erysipel 166, **178**

 Fehlgeburt 513, 612
 Fettgewebe, *medas* 63, 65, **30**, 36, 57, 495, 501
 Fibromyalgie 175, 180, 185, 264, 266, 252, 391, **419**, 422, 427
 Fieber 441, **443**
 und *āma* 441
 und die daran beteiligten *dhātus* 444
 und die verschiedenen *doṣa*-Typen 445
 mit großem Durstgefühl 447
 mit chron. Fieber 448
 zu bestimmten Jahreszeiten 549
 mit unregelmäßiges Perioden 552
 mit Schüttelfrost 452

- und die Temperaturempfindung **450**
- Fötus **500–508**, **512**, **513**
- Fortpflanzung **457**, **479**
- Fortpflanzungsorgane **32**, **53**, **454**
- Fortpflanzung, Stärkung siehe
Geschlechtsorgane, Stärkung der
- Freude **19**, **24**, **61**, **62**, **63**, **66**, **502**, **542**, **591**
- Frozen shoulder **428**, siehe auch Schulter, Steifheit
- Galle **24**, **34**, **41**, **214**, **352–353**, **355**
- Gallenleiden/-steine **353**, **348**, **357**, **360**
- Gastritis **25**, **303**, **306**, **308**, **611**
- Gebärmutter **35**, **451**, **455**, **464**, **478**
- Gebärmuttertumor **35**, **39**
- Geburt **48**, **528**, **531**
die verschiedenen Phasen **529–532**
Beschwerden während der **533**
Pflege nach der **535**, **538**
- Gedächtnis, Stärkung des **52**, **88–90**, **609**
- Gehirn, Stärkung des **609**
- Gehör **47**, **501**
- Gehörgang **143**, **144**
- Gelbsucht **353**, siehe auch Hepatitis
- Gelenke **25**, **30**, **31**, **53**, **421**, **421**, **431**,
Entzündung der **385**, **392**, **392**, **453**
Schmerzen der **25**, **119**, **121**, **385**, **386**,
388, **392**, **419**, **421**
Stärkung der **53**, **587**, **612**
- Geriatric **128**, **577**, **579**
neurologische Erkrankungen **581**
Schluck und Atemprobleme **583**
Beschwerden im Skelettsystem **586**
Beschwerden im Urogenital-
bereich **588**
Beschwerden im Verdauungs-
system **589**
Beschwerden im Herzbereich **591**
- Bewegung und geistige Beweglich-
keit **591**
- Gerstenkorn **140**
- Geruchssinn **62**, **159**, **501**
- Geschmack
nach der Verdauung siehe *vipāka*
schlechter **163**
- Geschmacksinn, Verlust des **163**
- Geschlechtsorgane siehe Fort-
pflanzungsorgane
- Geschlechtsorgane, Stärkung der **57**, **611**
- Gewebe, siehe *dhātus*
- Gicht **20**, **34**, **53**, **118**, **232**, **382**, **394**
- Glaukom **141**
- Gleichgewicht, Störung **150**
- Grahaṇī roga, **312**, **313**, **373**
- Grippaler Infekt **33**
- guṇas*, die 3 großen **19**, **22**, **69**, **70**, **555**
- guṇas*, die 20 kleinen **49–53**, **207**, **210**, **211**,
212, **214**, **216**
- Gürtelrose **115**, **165**, **178**
- Haare **541**, **564**
Ergrauen, der **77**, **144**, **157**, **159**, **166**,
178, **187**, **468**
Ausfall, der **63**, **351**, **389**, **394**, **468**,
486, **604**
- Hämorrhoiden **25**, **41**, **231**, **232**, **243–248**,
520–523
- Hals **28**, **52**, **161**
-schmerzen **449**, **453**, **518**
- Harnwege:
akute Erkrankung siehe Cystitis
chron. Erkrankungen **411–412**
Stärkung der **53**, **611**
- Hashimoto **389**, siehe auch Erkrankung
der Schilddrüse
- Haut **165**
Erkrankungen, der **24**, **27**, **33**, **166–182**

- Hautausschlag
 brennend 27, 176, 194, **595**
 chronisch 168, **170**
 entzündlich 172, **173**, 176, 187, 190, 574, 595
 mit Schwellung 26, 189
 trocken 26, 35, 38, 164, **176**, 562
- Hauttherapeutika 51, 558
vāta reduzierend 191
kapha reduzierend 253
pitta reduzierend 29, 34, 167, 186, 571, kühlend 167, 171, 174, 188
- Heiserkeit 25, 162, **163**, 258, 259, **264–266**
- Hepatitis 25, 180, **351–354**
- Herpes simplex 33, 162, 166, **178**
- Herpes zoster siehe Gürtelrose
- Herz-Kreislaufsystem **194**
- Herz 34, **195–196**, 444, 498, 528, 563
- Herzens, Stärkung des:
 körperlich und seelisch 52, 201, 610
 das schnelle Herz beruhigen 219
 das Herz erwärmen 201
 das Herz kräftigen 200
 das Herz diuretisch entlasten 199, 202
 den Herzmuskel stärken 201
- Herzinfarkt 197, 200, **206**, 209
- Herzinsuffizienz 200, 201, 204, 600
- Herzrasen, während der Wechseljahre 467, 474, siehe auch Tachykardie
- Herzrhythmusstörung 197, **221**
- Heuschnupfen 151, **157**
- Hexenschuss 420, **424**
- Hirntonika, 89
- Husten **267**
 brennend und trocken **270**
 dickflüssig, festsitzend, *kapha* Husten I **275**
 nervöser Hustenreiz **278**
pitta Husten **273**
 rasselnd, *kapha* Husten II **276**
 trocken **270**
 wundmachend **272**
- Hustenreiz 270
- Hypercholesterinämie (LDL) 192, 207, 250
- Hyperglykämie 351, 375
- Hyperhidrose siehe Schweißbildung, vermehrt
- Hyperlipidämie **239**, 249
- Hypertonie 33, 202, **209–213**
 während der Schwangerschaft 516
- Hypotonie 34, 100, **217–218**
 mit Ohnmachtsanfällen 214, 215
- Hysterie 78, 80, 114, 619
- Immunsystem 55, 74, 158, 260, 298, 326, 358, 372, **439**
- Immunsystems, Stärkung des **439**, **613**
indrias, Sinnesfähigkeit 22, 499–500, 503
- Infektionserkrankungen, bakterielle 140, 358, 444, **450–453**
- Insektenstiche 166, 179, **183**
- Ischialgie 31, 37, 38, **424**
- jāṭharāgni* 70–72, 43, 297, 305, 345, **349–350**
- Jahreszeit, *Ritucaryā* **77**, 55, 226, 259
ādāna Zeit 78, 79, 82
visarga Zeit 78, 79, 81
- Juckreiz 25, 27, 152, 166, **180**
- Sinnesorgane
 Augen 137, 141
 Haut 117, 170, 186
 Nase 152
 Ohren 143
 Hämorrhoiden 243, 244, 520
 Leber 351
 Vagina 464

- Wurmerkrankung 40
- Kachexie, Stärkung bei 38, 111, 112, 600, 614
- Kajal 135, 141, 187, 223
- kapha* – Aufgaben 29
- kapha* – Erkrankungen 25
- kapha* – Charakter 35–38
- kapha* – Kindertypen 564–567
- karṇa pūraṇa* Ohrenölbad 77, 279–281, 99, 103, 145
- Kindertypen 552, 554, 562, 564
- Kinderwunsch 479, 483–485, siehe auch Fortpflanzung
- Klimakterium siehe Wechseljahre
- Knochen
- brüche 49
 - gewebe, *asthi* 62, 71, 37, 53, 501
 - schmerzen 37, 38, 436
- Körper
- abwehr siehe Immunsystem
 - geruch 25, 30
 - kanäle siehe *srotas*
- Körperschweiß, vermehrt
- Hyperhidrose 182
 - psychischer Stress 175
 - Wechseljahre 58, 82, 183
- Kolik 86, 235, 330, 331, 611, 619
- bei Allergien 324
 - mit Blähungen 318, 320, 343, 374, 487
 - mit Durchfall 323
 - in der Geriatrie 590, 595, 596
 - bei Kindern 332–334, 362, 539, 556, 570, 572, 590, 595, 596
 - mit Leberleiden 352
 - mit Milzschwellung 330
- Kollyrium 76, 183, 286, 135, 141
- Konjunktivitis 134, 137–139
- Konstipation siehe Verstopfung
- Konzentration, geschwächt, 52, 57, 78–80, 561, 578
- Kopfschmerzen 94, 30, 105, 127, 128, 159, 171
- Koronare Herzerkrankungen 175, 206–209, 219, 224, 610, 617
- Krankheit, zehrend 616
- Krämpfe, Verdauungstrakt 123, 311, 317–320, 329, 340, 342, 343
- Krampfadern 34, 232, 241
- während der Schwangerschaft 522
- Krebs 24, 186, 600, 603, 608
- Krebstherapie, ayurvedische Begleitung
- während der 61, 603–608, 615–617
- Kreislauf 52, 208, 210, 217, 223, siehe auch Hyper- und Hypotonie
- Geriatrie 200, 203, 208, 216, 217
 - rasāyana* 596
 - somatische Ursache 72, 78
 - vāta* Beteiligung 26, 36, 232
- Kreuzschmerzen siehe Rückenschmerzen
- Krupphusten siehe Pseudogrupp
- Lähmungen 25, 69, 101–102, 426
- Laktoseintoleranz 319, 326, 572
- Leber-, Galle- und Pankreas-system 348
- Leber
- Erkrankung der 351
 - Galle- und Pankreassystem 349
 - Schwellung der 337, 350
- Leberstoffwechsel, anregend:
- Ernährung 247, 353, 358
 - bei Erkrankungen der Haut 168
 - und blutreinigend 236
 - und entkrampfend 358
 - und entzündungshemmend 352, 359, 550
 - und gallenanregend 354, 358, 360
 - und immunstärkend 617

mit Verdauungsstörungen 192, 334, 337
 Leberwickel 354
 Leberzirrhose 351, 358, 359
 Lepra 168
 Leukoderma 58, 166, 182
 Leukopenie 237
 Leukorrhoe, vaginaler Ausfluss 456, 457, 464, 469
 Lipidstoffwechselstörung 353
 Lumbalsyndrom, siehe Hexenschuss
 Lunge 205, 256–257, 279
 Lungenentzündung 272, 276, 286

 Magen 300, 305
 Magenentzündung siehe Gastritis
mahābhūta 20, 22, 496, 498, 554
malas, Abfallprodukte 60, 64, 73
 Störungen und Therapie 26
 Malaria 120, 175, 191, 250, 445, 448
manas 19, 22, 499, 554, 555
 Menopause siehe Wechseljahre
 Menorrhagie 456, 457, 461
 Menstruationssystem 456, 458
 Menstruation 458–461, 466
 Menstruation, Krankheitsbild der 458
 Metrorrhagie 461
 Migräne 94–97
 Milchschorf 569, 572
 Milz 20, 29, 34, 36, 350, 358
 -schwellung 155, 253, 359
 Mittelohrentzündung 111, 142, 147,
 Morbus Bechterew 425, 427
 Morbus Crohn 125, 237, 342, 361, 452
 Müdigkeit 67, 241, 26, 36
 Multiple Sklerose 247, 108–110
 Mund 160

Erkrankungen im 161–162, 259
 Geruch 161, 162, 187, 302
 Rhagaden 162–163,
 schlechter Geschmack 160, 302, 445,
 trocken 27, 301

 Muskel
 -Gewebe, *māmsa* 62, 64, 65, 71, 73,
 29–30, 35, 51, 447
 -Entzündung 35
 -»Kater« 106, 158, 574
 -Krampf, 107, 111, 112, 130
 -Schwund, siehe ALS

 Muttermilch 153, 331, 529, 543
 abstillend 544, 546
 bildend 542
 reinigend 543, 544
 stärkend 612
 als Heilmittel 138, 141, 438, 547, 553

 Myokardinsuffizienz / Herz-
 insuffizienz 200, 204
 Myome 186, 193, 29, 35, 458, 478

 Nacken, Steifheit des 31, 77, 159, 277, 83,
 107, 144, 425, 434
 Nachtblindheit 128, 183, 201, 284, 284, 141
 Nagelpilzerkrankung 165, 181
 Nahrungsmittelunverträglichkeit oder Al-
 lergie 83, 116, 124, 324–327
 Nase 20, 21, 52, 151
 Nasenbluten 34, 151, 156, 232, 240
 Erkrankung der 152
 Entzündungen der Nasenneben-
 höhlen 186, 159, 584

nāśya, als tägliche Anwendung 75, 280,
 287, 592
nāśya, als Ausleitungsverfahren 36, 219,
 223, 229–232
 Nephritis siehe Nierenbeckenent-
 zündung

Nervenentzündung siehe Schmerzen und Neuralgien

Nerven, Stärkung der 52, 582, 608

Nervensystem 54, 66, 69, 71, 118, 499

Neuralgie 97, 142, 154, 164, 256, 68, 96, 97, 117, 122, 126

Trigeminus bzw. Gesichtsneuralgie 251, 293, 62

Zwischenrippen Neuralgie 199, 620

Ischias-Neuralgie 30, 419

Neurologische Erkrankungen im Alter 581

Nesselsucht 33, 166, 175–177

Neurodermitis 123, 141, 25, 63, 68, 173–174, 570

Nieren, Blase und Harnwege 397

Nierenbeckenentzündung 399, 406
Nierensteine 398, 401, 408–411

Nieren, Stärkung der 53, 611

Ödeme 24, 35, 41, 198, 223

Ohnmacht 111, 146, 173, 24, 78, 80, 86, 216, 445, 596

Ohren 50, 52, 142, 499, 501

Entzündung 147–149

Erkrankung der 59, 63, 64, 143, 147

Ölbad siehe *karṇa pūraṇa*

Sausen siehe Tinnitus

Kerze 283–284, 142, 144–145

Schmalz, *mala dhātus* 61

Schmerzen 52, 96, 143, 147, 148, 262
die tägliche Reinigung *dinacaryā*, 86, 101, 144, 592

Ölziehen, *gaṇḍūṣa* 74, 280, 292, 160, 161

ojas 62, 66–67, 47, 195, 298, 438, 442, 502, 515, 601, 602

Osteoarthritis 163, 37, 119, 418, 422, 433, 435

Osteoporose 52, 37, 38, 418, 426, 467, 586

Otitis Media siehe Mittelohrentzündung

pañcakarma 218, 430

Grundformen 207

Ausleitungsverfahren 223

Unterstützende Heilpflanzen 240

Pankreas, Bauchspeicheldrüse 123, 19, 350, 356–357, 377

Pankreatitis 356

Paralyse 146, 160, 270, 107, 419, 421, 434

Parasiten 338, 351, 352, 362, 448

Parkinson 170, 176, 266, 25, 32, 59, 68, 105–108, 128

Peristaltik 25, 109, 299, 522

Pigmentstörungen 166, 171, 172, 180

Pilzbefall der Nägel und der Haut 141, 298, 165 (Haut), 181 (Haut, Nägel), 344 (Darm)

pitta – Aufgaben 27

pitta – Erkrankungen 33

pitta – Charakter 33–35

pitta – Kindertypen 560–563

Plazenta 529, 531

Pleuritis siehe Rippenfellentzündung

Pneumonie siehe Lungenentzündung

Polyarthritis 53, 422

prakṛti 19, 22, 30, 471, 554

prāṇa 27, 28, 64, 66, 172

prabhāva 26, 56–60

Pseudokrupp 280

Psoriasis 33, 167, 174

Psychosomatische Erkrankung 70–73

Pupillen 71

puruṣa 19, 22, 554

Pyelonephritis siehe Nierenbeckenentzündung

Quetschungen 95, 98, 164

Querschnittslähmung 160, 163, 164, 434, 435

rajas 19–21, 22, 69, 70, 77

rasa, Geschmack 28, 33, 45

rasa, Lymphflüssigkeit, Plasma 61, 63, 65, 71, 28, 33, 498

rasāyana 87, 45–64

Räuchern 296, 266, 277

Refluxösophagitis 301, 303, 360, 369

Reisekrankheit 345

Reizhusten 268–270

Reizdarmsyndrom 125, 172, 177, 180, 190, 210, 60, 313–314, 369

Rheumatische Arthritis 275, 385, 394, 395, 496, 435

Rheumatismus, Rheuma 94, 105, 164, 186, 247, 56, 119, 183, 426, 435, 567, 614

Rhinitis siehe Schnupfen

Rippenfellentzündung 133

Rituale 540, 529

Rückenmark 62, 67, 73, 110, 498

Rückenschmerzen 95, 96, 192, 236, 22, 419, 420–423, 425, 525

Sperma, Spermien 65, 39, 477, 478

Samenbildend (Qualität) 53, 155, 182, 185, 48, 53, 477–478, 612

Samenvermehrend (Quantität) 62, 477, 510

sattva 19, 20, 22, 69, 70, 87, 555

Schilddrüse, Erkrankung der 388–396

Schlaflosigkeit 81–85

in Verbindung mit:

doṣas: *vāta* 27, *pitta* 28, *kapha* 29

ADHS 90, 91

Angst 74

Burnout 76, 78

Depression 85

Geriatric 581, 582, 596

bei Kindern 539, 572

Kopfschmerz 96, 97, 98

Parkinson 106

Schlaganfall 102

Schwäche 604, 617

Skelettsystem 419

Stoffwechsel 389

Schwindel 100

Verdauung 300

Wechseljahre 466

Schlaganfall, Apoplex 69, 101–104

Schleimansammlung siehe Verschleimung

Schluckauf 95, 136, 190, 25, 257, 284–285, 445

Schmerzen und Neuralgien 117–122

Schnupfen 24, 42, 154–156, 258, 262–264, 592

Schulter, Steifheit 420, 423, 432, 434, 435

Schüttelfrost 214, 74, 441, 447

Schwäche und Halt 599

Schwangerschaft, 493, 516

Entstehung eines kleinen Wunders 495–502

Ernährung 502–511

Schwangerschaftsbeschwerden 513

Blasenentzündung 514

Bluthochdruck 515

Diabetes 376, 514

Durchfall 516

Erbrechen 496, 515, 518

Hämorrhoiden 519

Konstipation 520

Kopfschmerzen, Migräne 483

Krampfader 522

Ödeme 523

Rückenschmerzen 525

Schlafstörung 524

Sodbrennen 303, 525

- Übelkeit 107, 190, 344, 518
- Schweiß, *sveda* 65, 73, 25, 27, 30, 36, 298, 451
- Schweißbildung, vermehrt 182–184, 188, 471
- Schwellung mit
 aggraviertem *kapha* 24,
 entzündliche schmerzhafte Prozesse 35, 120, 385, 392
 Gulma 172, 179, 190, 346
 Hoden, Prostata 39
 Milz 358
 Nasenschleimhaut 151, 157
- Schwerhörigkeit 63, 142, 145, 146, 149–151, 592, 594
- Schwindel 25, 37, 38, 69, 72, 77, 80, 99–101, 150
- Sehkraft 64, 136, 139, 193, 497
- Sexualität 475–476, 480
- Sinnesorgane 24, 59, 62, 132, 495, 528, 601
 Behandlung der 184, 591–593
 Rasāyana der 47, 50
- Sinusitis 42, 154, 241, 262
- Skelettsystem siehe Bewegungsapparat
- Smegma 63, 71, 73
- Sodbrennen 20, 303–305, 307, 361, 366, 367, 369
 während der Schwangerschaft 528, 525, 546, 549
- Sonnenbrand 181, 189, 190, 571
- Speichel 29, 36, 70, 74, 121, 161, 300, 301
 klebrig 26, 161, 377
- Speichelfluss anregend 165, 302, 309, 361, 572
- Speiseröhre 300, 304
- Spondylose 162, 176, 187, 193, 276, 421, 422
- srotas* 64–65, 18, 22, 40–43, 51, 55
- Star, grauer 284, 285, 25, 134–135, 142
- Steinleiden siehe Gallen- bzw. Nierensteine
- Steifigkeit 425
- Sterilität der Frau 456, 478, 479
- Sterilität des Mannes 478, 479, 611
- Stillzeit 527, 528, 542
- Stimmbänder 59, 163, 264–265, 270, 293
- Stimmverlust 191, 597
- Stirn- und Nebenhöhlen, Erkrankungen der 98, 133, 147, 152, 157, 191, 193
- Stoffwechselsystem 370
- Stoffwechselstörung, bzw. -erkrankungen 53, 614
- Stuhl, *purīṣa* 64, 73, 26, 298, 333
 Stuhlgang, hart, 31, 581, siehe auch Verstopfung
 Stuhlgang, verfärbt 351
 Stuhlgang, weich siehe Durchfall
- Suśruta Samhitā* 647
- svastha*, Gesundheit 15
- Synkope 82, 175
- Tachykardie 197, 219, 220, siehe auch Herzrasen (Wechseljahre)
- tamas* 19, 22, 155, 69–70, 75, 77, 81, 86, 87, 555
- tanmātras* 20, 24, 279, 47, 496
- Tinnitus (Ohrensausen) 25, 52, 63, 77, 143, 146–147, 594, 608
- Tremor 25, 69, 80
 bei Parkinson 105, 106, 107
 bei Multiple Sklerose 108, 109
 in der Geriatrie 582, 583
- tri doṣa*, Krankheitsbilder der 23
- tri doṣa*, der großen *guṇas* 69
- Trigeminusschmerz siehe Neuralgien
- Tuberkulose 64, 268, 618, 620
- Übelkeit 20, 344–346, 361, 366

āma/kapha 42, 300, 314, 330, 373

Allergie 324

Chemotherapie 394, 603

Coliten 363

Durchfall 324, 367

Erbrechen 97, 145, 295

Fieber 444, 445

Geriatrie 590, 603, 604

Kinder 563, 568, 569, 570

Kopfschmerz 96, 97

Leber/ Pankreas 356, 365

Nieren 409

Schwangerschaft 503

Schwindel 151, 152, 292

Völlegefühl 307, 366, 367

Würmer 338

Zöliakie 372

Übersäuerung des Magens siehe Sod-
brennen

upadhātu 60, 68, 94

Urin, *mūtra* 64, 73, 27, 298, 394

Urtikaria siehe Nesselsucht

Urogenitalsystem 455

Beschwerden 62

Entzündung 573

Geriatrie 588

Schmerzen 122

Urolithiasis siehe Nierensteine

Varikose siehe Krampfadern

vāta – Aufgaben 27

vāta – Erkrankungen 23

vāta – Charakter 30–32

vāta – Kindertypen 554–561

Verdauungsfeuer, *agni* 305

Verdauungssystem 296

oberer Verdauungstrakt 301

mittlerer Verdauungstrakt 312

unterer Verdauungstrakt 327

Beschwerden im Alter 589

Vergesslichkeit 87

Vergiftungen

Verjüngung siehe *rasāyana*

Verspannungen 83, 100, 103, 144, 417, 419,
420, 489, 525

Verstopfung 28, 41, 60, 98, 109, 333–335

Verschleimung:

dhātus 34

Erkältung 260

Geriatrie 584

Husten 271, 276, 288

Kinder 539, 566, 573

Kopfschmerzen 96, 98

kapha Beteiligung 152

vipāka, Geschmack n.d. Verdauung 26,
48

vikṛti vyādhi, die Entstehung von Krank-
heit 18

vīrya, 56–62

Vitiligo 233, 189

Völlegefühl 83, 113, 114, 130, 174, 19, 312

Abdominale Schmerzen 328

Blähungen 317–320

Gastritis 306–308

Leber, Galle, Pankreas 356, 359

Zöliakie 314, 372

Wechseljahre 466–475

Weißfleckenkrankheit siehe Vitiligo

Weizenunverträglichkeit siehe Zöliakie

Windpocken 215, 174

Wirbelsäule 422, 425

Arthritis, Arthrose 385, 428

Aufbau und Schutz 88, 577

Bandscheibenprolaps 425

Fehlstellung 68

Schmerzen 121, 420, 421, 422, 597	Entzündung 160, 164
Schwangerschaft 525	Schwund 292, 293
Stärkung 612	Zahnpflege 291
Steifigkeit 425	Zahnschmerzen 75, 136, 161, 293, 37, 38, 96, 160, 164
Verknöcherung 427	Zahnung 567, 573
Warzen 33	<i>vāta</i> Kind 555, 557, 558
Wochenbett 527, 535–548	<i>pitta</i> Kind 560
Wortfindungsstörung 79, 130	<i>kapha</i> Kind 564
Wunden 185, 187, 189, 190, 595	Zöliakie 372
Wurmbefall 338	Zwölffingerdarm 356, 379
Wut 24, 70, 196, 313	Gesundheitsbild 299, 312, 349, 351, 355
Zahnfleisch	Krankheitsbild 302, 306
Blutung 42, 164	Zystitis 403–406, 514

Schlussbemerkung

Alle Angaben in diesem Buch dienen ausschließlich der Information. Sie sind nicht dazu gedacht, Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln oder zu heilen. Fragen Sie immer Ihren Arzt, wenn Sie gesundheitliche Probleme haben. Die gesundheitsbezogenen Angaben sind nicht von der Europäischen Kommission oder der FDA zugelassen. Patienten mit Diabetes, Bluthochdruck, Herzleiden oder anderen chronischen Krankheiten, Schwangere oder Kinder sollten diese Rezepturen nur in Rücksprache mit einem in Ayurveda erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker einnehmen. Selbstdiagnose und -medikation können gefährlich sein.

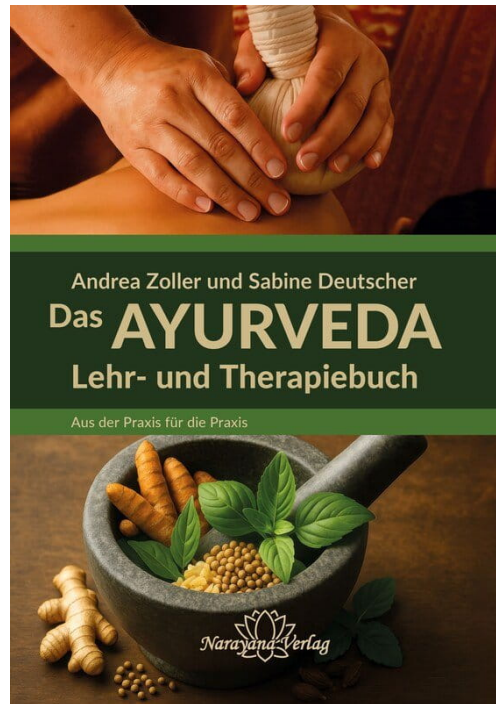
Andrea Zoller

Das Ayurveda Lehr- und Therapiebuch

Aus der Praxis für die Praxis

764 Seiten, geb.
erscheint 2026

[Jetzt kaufen](#)



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de