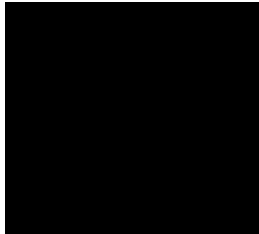


## **Chinese Fytotherapie (Kruiden)**

**Categorie : Behandelingen**

**Gepubliceerd door [Arienne](#) op 2009/11/5**



### **Ben Cao Jing - Materia Medica**

De Chinese kruidengeneeswijze is al duizenden jaren oud. Het meest bekende boek waarin de Chinese helende kruiden opgenomen zijn is de "Ben Cao Jing" van Shen Nong. Dit is één van de eerste Materia Medica, zoals een medicinaal kruidenboek officieel heet, uit de Chinese Geneeswijze. In de Materia Medica zijn echter niet alleen kruiden opgenomen, maar ook mineralen en dierlijke extracten.

### **Niet zomaar een kruid**

Deze kruidenboeken zijn ingedeeld in categorieën. Zo zijn er kruiden die tonificeren (voeden of versterken van Qi, Bloed, Yin of Yang), de digestie bevorderen, het oppervlakte klaren (in geval van verkoudheid bijvoorbeeld), slijm oplossen, Bloed of Qi circuleren etc.

### **Kruidendecoct**

Vroeger moest de cliënt zelf zijn kruiden thuis gaan koken. De kruiden moesten dan eerst geweekt, vervolgens op een laag vuur uren lang sudderen om een sterk ruikende vloeistof over te houden. Dit geheel gebeurde in een zekere volgorde van toedienen, want niet alle kruiden behoeven een zelfde kooktijd. Dit hele proces wordt tegenwoordig overgenomen door mijn kruidenleverancier die het kruidendecoct (resterende vloeistof uit de kookpot) tot granulaat verwerkt. Zo is het voor iedereen makkelijk in te nemen door wat granulaat met warm water te vermengen en als thee op te drinken. Een veredelde "cup-a-soup" zou je bijna kunnen zeggen.

### **Haute-Couture**

Een chinees kruidengeneeskundige schrijft voor iedere cliënt een toegespitste kruidenformule voor, je zou het kunnen zien als haute-couture. Dit voorschrijven gebeurt na een uitgebreide anamnese, waarbij veel vragen worden gesteld over je leefstijl (slaap, eetgewoonten, urine en ontlasting), er wordt pols gevoeld en een diagnose van de tong gemaakt.

## **Beschermde flora en fauna**

Tegenwoordig bestaat er een internationaal verdrag, CITES genaamd, waarbij meer dan 150 landen zich hebben aangesloten. Dit verdrag bevat afspraken over de internationale handel in bedreigde dier- en plantensoorten en delen of producten hiervan. Voor meer informatie kunt u terecht op de volgende websites [www.cites.org](http://www.cites.org) en [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl) Bij deze laatste vindt u informatie onder WOB-verzoeken.

## **Legalisatie Traditionele Chinese en Ayurvedische kruiden in Europa**

Twee organisaties in de EU werken gedurende een aantal jaren samen om zich bezig te houden met de wetgeving betreft bovengenoemde kruiden. Dit zijn Benefyt en ANH-Int.(Alliance for Natural Health International). Meer hierover kunt u vinden op de websites van deze organisaties; [www.benefyt.eu](http://www.benefyt.eu) en [www.anhinternational.org](http://www.anhinternational.org)