

## ■ HNO – 3 ■

### „Infekt-Schutzschild“

Rezeptur aus der Traditionellen Asiatischen Medizin  
(Quelle: Zhu DanXi, Dan Xi Xin Fa, 1461)

#### Namen

Klassischer Name: Yu Ping Feng San  
Deutsch: Jade-Schutzschild gegen Wind  
Englisch: Jade Windscreen Powder

#### Einleitung

Nach alter chinesischer Vorstellung bildet die Rezeptur ein Schutzschild gegen krankheitsauslösende äußere Faktoren und ist „Das Prophylaktikum“ gegen Erkältungskrankheiten der TCM. Die Rezeptur eignet sich zur Prophylaxe für grundsätzlich gesunde Kinder und Erwachsene ohne schwerere Grunderkrankungen, die aber sehr schnell Erkältungskrankheiten bekommen. Sie ist im Allgemeinen bei „geschwächten Abwehrkräften“ anzuwenden und hilft dabei diese zu stärken. „Prophylaxe“ mildert außerdem die typischen Symptome der Pollenallergien.

#### Zusammensetzung und Dosierung

Name	Kompaktat-Nr.	Dosierung Kompaktat (g/Tag)
Astragali Radix (huang qi)	207	1,6
Atractylodis macrocephalae (bai zhu)	029	1,21
Saposhnikoviae Radix (fang feng)	137	0,52

Die entsprechende Tagesdosis von 3,33 g Kompaktat wird in heißem Wasser gelöst und auf 2-3 Einnahmen/Tag verteilt.

#### Anwendungsdauer

Die empfohlene Anwendungsdauer als Infektschutzschild liegt bei 2-4 Wochen, jedoch gelten die Wirkstoffe als sehr gut verträglich und können auch über einen längeren Zeitraum eingenommen werden. Bei allgemeiner Erschöpfung oder schwächerer Konstitution kann es aber durchaus einige Wochen dauern, bis der Effekt der Therapie greifbar wird. Als „Pollenschutzschild“ ist die Rezeptur ca. 8-10 Wochen vor dem erwarteten Beginn der Pollensaison für 4-8 Wochen einzunehmen.

### **Körperliches Erscheinungsbild der Patienten**

Häufig eher schwächliche Grundkonstitution. Dies kann aber auch bei äußerlich kräftig wirkenden Menschen der Fall sein. Wesentlich ist die Neigung zu Erkältungskrankheiten.

### **Leit- und Begleitsymptome**

Keine, aber häufige Erkältungskrankheiten in der Vorgeschichte.

### **Indikationen**

Primär als Schutz vor Erkrankungen der oberen Atemwege. Prophylaktikum für Allergiker (Pollen).

### **Nebenwirkungen und Kontradiktionen**

Astragali Radix (huang qi) sollte von immunsupprimierten Menschen und bei vielen Autoimmunerkrankungen nur nach sorgfältiger Abwägung eingenommen werden.

### **Einsatz bei älteren Menschen**

Da ältere Patientinnen oft eine verminderte physiologische Funktion haben, werden sorgfältige Überwachung und Maßnahmen wie die Reduzierung der Dosis empfohlen.

### **Verwendung während Schwangerschaft, Geburt oder Stillzeit**

Die Sicherheit bei schwangeren Frauen ist noch nicht erwiesen. Daher sollte das Medikament bei schwangeren Frauen nur eingesetzt werden, wenn der zu erwartende therapeutische Nutzen die möglichen Risiken der Behandlung überwiegt.

### **Pädiatrische Verwendung**

Die Rezeptur ist als Pollen- und Infekt Schutz sehr gut für Kinder geeignet. Für den Geschmack kann etwas Honig hinzugefügt werden. Je nach Körpergewicht sollte eine Anpassung der Dosis vorgenommen werden. Die hier verwendeten Dosierungsangaben gelten für Erwachsene.

## **Erweiterungen der Rezeptur**

Die Erweiterungen der Rezeptur richten sich primär an Patienten mit höherem Expositionsrisiko und/oder Vorerkrankungen zum Infektionsschutz vor der Erkältungssaison. Daher wird die Basisrezeptur gegenüber dem Pollenschutzschild in der Dosierung angepasst:

Name HNO-3.0	Dosierung Rohdroge (g/Tag)	Kompaktat- Nr.	Dosierung Kompaktat (g/Tag)
Astragali Radix (huang qi)	11,43	207	2,29
Atractylodis macrocephalae (bai zhu)	5,71	029	1,73
Saposhnikoviae Radix (fang feng)	5,71	137	0,74

**HNO – 3.1:** Erweiterung für gesunde, erwachsene Nichtraucher, die sich einem erhöhtem Expositionsrisiko ausgesetzt sehen (z.B.: Erkältungswellen, Reisen, viel Kontakt mit Kindern)

Name HNO-3.1	Dosierung Rohdroge (g/Tag)	Kompaktat- Nr.	Dosierung Kompaktat (g/Tag)
+ Ophiopogonis Radix (mai dong)	4,29	315	1,3
+ Lonicera Japonicae Flos (jin yin hua)	4,29	242	0,56
+ Glycyrrhizae Radix et Rhizoma (gan cao)	2,86	147	0,48

**HNO - 3.2:** Erweiterung für Menschen mit pulmonalen Vorerkrankungen, rezidivierenden broncho-pulmonalen Infekten in der Vorgeschichte oder hoher Expositionsgefahr sowie für Raucher

Name HNO-3.2	Dosierung Rohdroge (g/Tag)	Kompaktat- Nr.	Dosierung Kompaktat (g/Tag)
+ Ophiopogonis Radix (mai dong)	4,29	315	1,3
+ Lonicera Japonicae Flos (jin yin hua)	4,29	242	0,56
+ Glycyrrhizae Radix et Rhizoma (gan cao)	2,86	147	0,48
+ Menthae Herba (bo he)	4,29	008	0,5
+ Chrysanthemi Flos (ju hua)	4,29	247	0,43
+ Citri Reticulatae Pericarpium (chen pi)	4,29	066	0,72

### Nebenwirkungen und Kontraindikationen HNO – 3.1 und 3.2

Bei langfristiger Einnahme von Glycyrrhizae Radix kann es zu einem Absinken des Kaliumspiegels kommen. Die Rezeptur ist daher nicht als Dauermedikation geeignet.

### Forschungsarbeiten

- 1) Luo Q, Zhang CS, Yang L, Zhang AL, Guo X, Xue CC, Lu C. Potential effectiveness of Chinese herbal medicine Yu ping feng san for adult allergic rhinitis: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. BMC Complement Altern Med. 2017 Nov 6;17(1):485. doi: 10.1186/s12906-017-1988-5. PMID: 29110710; PMCID: PMC5674829.
- 2) Wang XT, Liu HL, Yu X, Wang C, Gui LL, Wang XY, Hua YQ, Zheng J, Hong M. Chinese medicine Yu-Ping-Feng-San attenuates allergic inflammation by regulating epithelial derived pro-allergic cytokines. Chin J Nat Med. 2019 Jul;17(7):525-534. doi: 10.1016/S1875-364(19)30074-3. PMID: 31514984.
- 3) Bao K, Yuan W, Zhou Y, Chen Y, Yu X, Wang X, Jia Z, Yu X, Wang X, Yao L, Wang S, Xu Y, Zhang Y, Zheng J, Hong M. A Chinese Prescription Yu-Ping-Feng-San Administered in Remission Restores Bronchial Epithelial Barrier to Inhibit House Dust Mite-Induced Asthma Recurrence. Front Pharmacol. 2020 Jan 31;10:1698. doi: 10.3389/fphar.2019.01698. PMID: 32076408; PMCID: PMC7006455.
- 4) Liao Y, Zhong J, Liu S, Dai M, Liu Y, Li X, Yang Y, Zhang D, Lai D, Lu T, Zhang Q, Zhao Y. Yu ping feng san for pediatric allergic rhinitis: A systematic review and meta-analysis of randomized

controlled trials. Medicine (Baltimore). 2021 Apr 2;100(13):e24534. doi:  
10.1097/MD.00000000000024534. PMID: 33787571; PMCID: PMC8021384.