

Funktionen von Qi:

- Umwandeln
- Transportieren
- Halten
- Heben
- Schützen
- Wärmen

Yang:

- Tag
- Dynamik

physiologische Eigenschaften:

- wärmen
- trocknen
- bewegen
- umwandeln

Yin

- Nacht
- Struktur

Physiologische Eigenschaften

- kühlen
- befeuchten
- hemmen

Allgemeine Zeichen des Qi Mangels

- Blässe
- allgemeine Schwäche
- Mattigkeit, Müdigkeit
- genereller Antriebslosigkeit (Lethargie)
- Abneigung gegen Kälte
- tiefer, schwacher, leerer Puls
- häufiges Harnlassen
- Appetitlosigkeit
- Durchfall, weicher Stuhl

Allgemeine Zeichen eines Yang – Mangels

- müder
- antriebsloser
- lustloser
- lethargisch, phlegmatisch, depressiv
- Allgemeines Kältegefühl, Abneigung gegen Kälte
- helles, blasses Gesicht
- kalte Extremitäten
- Schwäche
- Apathie

Zunge:

- nasse Zunge
- gedunsene Zunge
- Zahneindrücke
- Feuchtigkeit der Oberfläche

Allgemeine Zeichen eines Yin – Mangels

- Nachtschweiß
- Strukturverlust
- 5 Flächen sind heiß/gerötet (=Handflächen, Fußsohlen und Gesicht)
- subfebrile Temperatur (37,5° besonders am Nachmittag)
- Trockenheit von Hals / Rachen und Haut
- Urin: wenig, hochkonzentriert
- Kot: trocken: Obstipation (Schafskot, Kotsteine)
- innere Unruhe (= > Hemmen vermindert), Hektik, Nervosität

Zunge:

- rote Zunge ohne Belag
- bei ausgeprägtem Yin –Mangel: kurze, schmale Zunge