

Replenishing Jing: Treating Loss of Libido, Menopausal Syndrome and other Hormonal Deficiencies with Herbs and Essential Oils

An integrated approach combining Chinese and functional medicine

with Peter Holmes LAc, MH

Protecting inherited Jing and nourishing postnatal Jing is a fundamental concept in Chinese culture and medicine. The problem of Jing deficiency in the West is increasingly apparent and often seen in disorders of hormonal deficiency, such as loss of libido, menopausal syndrome, amenorrhea and depression. Hormones and neurotransmitters are in fact the most important substrate of Jing in the body. The fundamental treatment for these is to support the Jing with remedies that have shown to exert a hormonal effect, as well as with remedies that specifically nourish Spleen-Intestines Blood. Treating the deepest level of physiology, the body's Jing Qi, allows us to go to the root of many chronic Blood and Qi imbalances and achieve better and more permanent results.

Studies show that almost 50% of women of all ages report concerns of decreased sexual desire or an inability to achieve orgasm, as well as related vaginal problems such as dryness and pain; these symptoms are widespread and not confined to menopause itself. Despite this, they are often not voiced in the clinic, remaining a source of personal shame and stoic social embarrassment. In addition, these problems contribute not only to a reduced quality of life, but also create emotional stagnation and mood disorders, i.e. Shen disturbance, including depression and guilt, as well leading to vaginitis, amenorrhea and infertility. Clearly, loss of libido and these later outcomes should be taken seriously and treated as important conditions Jing-hormone deficiency.

In this seminar we will explore the key patterns of hormonal Jing imbalance that can lead to these problems, combining Six Condition and Zangfu diagnosis. Certain Chinese and Western herbs and essential oils have shown to be hormonally active in clinical practice, and so able to modulate Jing Qi. In granule, tincture or essential oil form they can be highly effective for treating the hormonal imbalances and their pattern of symptom expression. Used correctly, they can often provide improvement in libido and arousal, amenorrhea, vaginitis and menopausal symptoms. Likewise, they can also treat related mental-emotional and physical dysfunctions, including depression and other mood disorders. Examples of herbal formulas designed specifically for treating these conditions will be presented.

In this innovative seminar we will explore ...

- The three components of sexual response and the common consequences of sexual distress: loss of libido, fatigue, vaginitis, depression, and eventually infertility
- The neurochemistry of sexuality: the four types of female sex drive, and the network of hormones and neurotransmitters, or Jing Qi, that fuel them (DHEA, oxytocin, estrogen, progesterone, testosterone and other peptides)
- The two primary and five associated patterns of hormone imbalance that lead to psychosexual distress
- The specific functions and effects of each hormone in Chinese medicine terms
- Why and how a dysbiosis of the gut microbiome, or turbid-damp in Chinese medicine, is almost always a co-factor in sexual dysfunctions
- Vaginitis as the result of both hormonal deficiencies and a dysbiosis of the vaginal microbiome
- Treatment strategies using clinically valuable essential oils and herbs that replenish particular hormones, boost libido and manage mood disorders
- Spotlight on important hormonally active essential oils such as Geranium, Coriander seed, Rose and Black spruce, as well as potent mood modulators such as Jasmine absolute, Neroli and Ylang ylang no. 1
- Spotlight on important hormonal herbs such as Paeonia Bai shao, Epimedium Yin yang huo, Serenoa Saw palmetto, Turnera Damiana, Withania Ashwagandha and others

What past students have said ...

"I really appreciate how Peter explains things from the functional medicine point of view and correlates it with Chinese Medicine concepts. It makes everything feel more whole. Thank you!"

– Jennifer Carino LAc

"I appreciated the great detailed information about common gynecological hormonal syndromes. It really helped me understand these common conditions in my patients."

– Tracy Soltesz LAc

"I would definitely recommend it. This is the most useful class I have taken in over a decade of practice. I really appreciate the comprehensive treatment approach with herbs, oils, foods, etc. being provided. Peter is a very knowledgeable, thorough and generous instructor."

– Sarah Adcock LAc

"This seminar is an amazing synthesis of different approaches to treatment! The addition of Western and Chinese herbs for modulating hormones is invaluable. The copious written material is organized in such a way that it's easy for me to quickly reference in my clinic. Thank you!"

– Tina Dreisbach ND, LAc

"I'm very impressed with Peter's incredible knowledge, experience and depth of understanding – thank you for all the research and insights, and the easy-to-follow organization of the gynecology seminar notebook."

– Amielle Moyer Lac

About the instructor:

Peter Holmes is a Chinese Medicine practitioner, medical herbalist and essential oil therapist with over 30 years' experience of using herbal and essential oils medicines in clinical practice. He has pioneered their use in Chinese and energetic medicine, and is co-founder of Aroma Acupoint Therapy. Peter continues to develop effective herbal formulas that combine Chinese and Western herbs for contemporary disorders, as well as physiological and psychological applications for essential oils in clinical practice. He is author of several acclaimed textbooks on herbal and essential oil medicine, including *Channeling Fragrance*, *Aromatica* Vols. 1 & 2, *Jade Remedies* Vols. 1 & 2, and *The Energetics of Western Herbs* Vols. 1 & 2.

Jing nähren: Behandlung von Libidoverlust, Wechseljahresbeschwerden und anderen Hormonmangelzuständen mit Kräutern & ätherischen Ölen

*Ein integrativer Ansatz, der chinesische und funktionelle
Medizin verbindet*

mit Peter Holmes LAc, MH

Der Schutz des angeborenen Jing und die Pflege des postnatalen Jing sind ein grundlegendes Konzept in der chinesischen Kultur und Medizin. Das Problem des Jing-Mangels tritt im Westen immer deutlicher zutage und zeigt sich häufig in Störungen aufgrund von Hormonmangel, wie Libidoverlust, Wechseljahrsbeschwerden, Amenorrhö und Depressionen. Hormone und Neurotransmitter sind tatsächlich das wichtigste Substrat des Jing im Körper. Die grundlegende Behandlung hierfür besteht darin, das Jing mit Mitteln zu unterstützen, die nachweislich eine hormonelle Wirkung entfalten, sowie mit Mitteln, die speziell das Blut von Milz und Darm nähren. Durch die Behandlung der tiefsten Ebene der Physiologie, des Jing-Qi des Körpers, können wir an die Wurzel vieler chronischer Blut- und Qi-Ungleichgewichte gelangen und bessere sowie dauerhaftere Ergebnisse erzielen.

Studien zeigen, dass fast 50 % der Frauen aller Altersgruppen über ein vermindertes sexuelles Verlangen oder die Unfähigkeit, einen Orgasmus zu erreichen, sowie über damit verbundene vaginale Probleme wie Trockenheit und Schmerzen berichten; diese Symptome sind weit verbreitet und nicht auf die Menopause selbst beschränkt. Trotzdem werden sie in der Praxis oft nicht angesprochen und bleiben eine Quelle persönlicher Scham und stoischer sozialer Verlegenheit.

Darüber hinaus tragen diese Probleme nicht nur zu einer verminderten Lebensqualität bei, sondern führen auch zu emotionaler Stagnation und Stimmungstörungen, d. h. zu einer Störung des Shen, einschließlich Depressionen und Schuldgefühlen, sowie zu Vaginitis, Amenorrhö und Unfruchtbarkeit. Es liegt auf der Hand, dass der Verlust der Libido und diese Folgeerscheinungen ernst genommen und als wichtige Symptome eines Jing-Hormon-Mangels behandelt werden sollten.

In diesem Seminar werden wir die wichtigsten Muster eines hormonellen Jing-Ungleichgewichts untersuchen, die zu diesen Problemen führen können, wobei wir die Sechs-Zustände- und die Zang-Fu-Diagnose kombinieren. Bestimmte chinesische und westliche Kräuter sowie ätherische Öle haben sich in der klinischen Praxis als hormonell wirksam erwiesen und sind somit in der Lage, das Jing-Qi zu modulieren. In Form von Granulat, Tinktur oder ätherischem Öl können sie bei der Behandlung der hormonellen Ungleichgewichte und der damit verbundenen Symptommuster hochwirksam sein. Bei richtiger Anwendung können sie oft zu einer Verbesserung der Libido und der sexuellen Erregung, bei Amenorrhö, Vaginitis und Wechseljahrsbeschwerden führen. Ebenso können sie auch damit verbundene psychisch-emotionale und körperliche Funktionsstörungen behandeln, einschließlich Depressionen und anderer Stimmungstörungen. Es werden Beispiele für Kräuterrezepturen vorgestellt, die speziell für die Behandlung dieser Erkrankungen entwickelt wurden.

In diesem innovativen Seminar werden wir uns mit folgenden Themen befassen ...

- Die drei Komponenten der sexuellen Reaktion und die häufigen Folgen sexueller Beschwerden: Libidoverlust, Müdigkeit, Vaginitis, Depressionen und schließlich Unfruchtbarkeit
- Die Neurochemie der Sexualität: die vier Arten des weiblichen Sexualtriebs und das Netzwerk aus Hormonen und Neurotransmittern – oder Jing Qi –, das diese antreibt (DHEA, Oxytocin, Östrogen, Progesteron, Testosteron und andere Peptide)
- Die zwei primären und fünf damit verbundenen Muster hormoneller Ungleichgewichte, die zu psychosexuellen Beschwerden führen
- Die spezifischen Funktionen und Wirkungen jedes Hormons aus Sicht der chinesischen Medizin
- Warum und wie eine Dysbiose des Darmmikrobioms – in der chinesischen Medizin als „trübe Feuchtigkeit“ bezeichnet – fast immer ein Mitfaktor bei sexuellen Funktionsstörungen ist
- Vaginitis als Folge sowohl hormoneller Defizite als auch einer Dysbiose des vaginalen Mikrobioms
- Behandlungsstrategien unter Verwendung klinisch wirksamer ätherischer Öle und Kräuter, die bestimmte Hormone auffüllen, die Libido steigern und Stimmungsstörungen lindern
- Fokus auf wichtige hormonell wirksame ätherische Öle wie Geranie, Koriandersamen, Rose und Schwarzfichte sowie auf starke Stimmungsmodulatoren wie Jasmin-Absolue, Neroli und Ylang-Ylang Nr. 1
- Fokus auf wichtige hormonwirksame Kräuter wie Paeonia Bai shao, Epimedium Yin yang huo, Serenoa Sägepalme, Turnera Damiana, Withania Ashwagandha und Andere

Das sagen ehemalige Teilnehmer:innen ...

„Ich schätze es sehr, wie Peter die Dinge aus der Perspektive der funktionellen Medizin erklärt und sie mit Konzepten der Chinesischen Medizin verknüpft. Dadurch fügt sich alles besser zusammen. Vielen Dank!“

– Jennifer Carino LAc

„Ich fand die ausführlichen Informationen zu häufigen gynäkologischen Hormonsyndromen sehr hilfreich. Das hat mir wirklich geholfen, diese häufigen Beschwerden bei meinen Patientinnen besser zu verstehen.“

– Tracy Soltesz Lac

„Ich würde es auf jeden Fall weiterempfehlen. Das ist der nützlichste Kurs, den ich in über einem Jahrzehnt Praxis besucht habe. Ich schätze den umfassenden Behandlungsansatz mit Kräutern, Ölen, Lebensmitteln usw. sehr. Peter ist ein sehr sachkundiger, gründlicher und großzügiger Dozent.“

– Sarah Adcock Lac

„Dieses Seminar ist eine erstaunliche Synthese verschiedener Behandlungsansätze! Die Einbeziehung westlicher und chinesischer Kräuter zur Regulierung der Hormone ist von unschätzbarem Wert. Das umfangreiche schriftliche Material ist so strukturiert, dass ich in meiner Praxis schnell darauf zurückgreifen kann. Vielen Dank!“

– Tina Dreisbach ND, LAc

„Ich bin sehr beeindruckt von Peters unglaublichem Wissen, seiner Erfahrung und seiner tiefgreifenden Einsicht – vielen Dank für all die Recherchen und Erkenntnisse sowie für die übersichtliche Gliederung des Handbuchs zum Gynäkologieseminar.“

– Amielle Moyer LAc

Über den Kursleiter:

Peter Holmes ist Praktiker für chinesische Medizin, medizinischer Kräuterkundler und Therapeut für ätherische Öle mit über 30 Jahren Erfahrung in der Anwendung von Kräuter- und ätherischen Ölpräparaten in der klinischen Praxis. Er hat deren Einsatz in der chinesischen und energetischen Medizin vorangetrieben und ist Mitbegründer der Aroma-Akupunktur-Therapie. Peter entwickelt weiterhin wirksame Kräuterrezepturen, die chinesische und westliche Kräuter für moderne Erkrankungen kombinieren, sowie physiologische und psychologische Anwendungsmöglichkeiten für ätherische Öle in der klinischen Praxis. Er ist Autor mehrerer renommierter Lehrbücher über Kräuter- und Ätherische-Öl-Medizin, darunter „Channeling Fragrance“, „Aromatica“ Band 1 & 2, „Jade Remedies“ Band 1 & 2 und „The Energetics of Western Herbs“ Band 1 & 2.