

### **Působení dle tradiční čínské medicíny:**

- Upravuje oběh krve XUE
- Rozprouduje blokádu krve XUE YU
- Zprůchodňuje dráhy LUO
- Utišuje bolest
- Upravuje obtížnou menstruaci

### **Z hlediska tradiční čínské medicíny se v Číně používá u stavů jako kupř:**

- Bolestivá menstruace (Dysmenorrhea)
- Opožděný nástup menstruace
- Vynechání menstruace (Amenorrhea)

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi TONG JING WAN, která je upravena na dnešní poměry. Bolestivá menstruace je jednou z nejčastějších poruch rovnováhy ženského organismu. Tyto obtíže mohou vyvolávat nejrůznější faktory, v dnešní době jsou to hlavně nadměrné emoce, které ve svém důsledku vedou ke stagnaci („stísnění“) jaterní energie čchi QI ZHI, která později vyústí i v blokádu krve YU XUE. Tato blokáda krve se v praxi projevuje **bolestivou menstruací (před i při menses), ostrými bolestmi a křečemi v podbřišku, opožděným nástupem menstruace, někdy až úplnou zástavou menstruace, tmavě purpurovou až nachovou barvou menstruační krve s přítomností krevních sraženin**. Pacientka vždy musí být ve stavu blokády krve z nadbytku YU XUE, v opačném případě (stav nedostatku krve XUE XU) je tato bylinná směs nevhodná. Používá se i během menses jako bolesti tišící prostředek, v tom případě i několikrát denně dle stavu.

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o poměrně nově sestavenou bylinou směs, hierarchie bylin v této směsi nebyla nijak stanovena. Tao ren a Hong hua tvoří velmi často používanou dvojici bylin, která rozprouduje blokádu krev YU XUE krve a upravuje její oběh. Bai shao vyživuje krev XUE, harmonizuje menstruaci, změkčuje játra GAN a utišuje bolesti. Dan shen ochlazuje a vyživuje krev XUE a odstraňuje její stagnaci YU XUE. Pu huang oživuje krev XUE, odstraňuje blokádu krve YU XUE a utišuje bolesti. Rou gui utišuje bolesti, zahřívá dělohu a ledviny SHEN a vylučuje chlad HAN. Dang gui doplňuje a oživuje nedostatečnou krev XUE XU, harmonizuje menstruaci a utišuje bolest. Chuan xiong oživuje krev XUE a rozprouduje stagnující energii čchi QI ZHI, utišuje bolest a harmonizuje menstruaci. San qi oživuje krev XUE a zastavuje abnormální menstruační krvácení. Gao ben vylučuje chlad HAN a utišuje bolesti. Xiang fu reguluje menstruaci a utišuje bolesti, zprůchodňuje jaterní stagnaci GAN QU ZHI.

**Dávkování** - 3x denně 4 tablety, děti od 3 let 3x denně 2 tablety. Obecně se užívají v Číně byliny tak, že děti do 4 let užívají 1/4 dávky dospělého, tj. 3 x 1 – 2 tbl, děti od 5 do 12 let

užívají 1/2 dávky dospělého, tj. 3x2 – 4 tbl a dospělí pak 3 x 4 – 8 tbl denně. Jinak v akutním stádiu potíží a dle intenzity potíží se dávka v Číně zvyšuje na 2 – 3 x denní dávky, po zlepšení potíží se zase snižuje – vše je vždy individuální! V případě vynechání či zapomenutí jednotlivé dávky lze užít následující dávku v dvojnásobném množství (kupř. při opomenutí ranní dávky 4 tablet si v poledne lze vzít 8 tablet, stejně tak místo 3x denně 4 tablety lze užít ráno a večer 2x6 tablet apod.). Tablety by se měly užívat nejlépe 15 minut před jídlem nebo 30 minut po jídle (neznamená nutně být najezený!) a to pak lze několika způsoby:

1. Jednoduše spolknutím celých tablet a zapitím čistou vodou.
2. Tablety zalít ve sklenici 2 dcl horké vody, rozmíchat a teplé vypít (podobně jako hořkou kávu, ale v tomto případě i s „bylinným lógrém“). Tento způsob je také nejúčinnější!
3. Pro některé děti se osvědčil i tento způsob: rozdrťte tablety na prášek a přidáme do čaje, který osladíme kupř. Sladěnkou či Sladovitem (ječmenný slad z prodejen zdravé výživy) nebo přidáme do polévky či jiného jídla, aby tak byly většinou hořké tablety pro ně požitelnější.
4. V případě chronických potíží či dlouhodobého užívání bylinných tablet je možno použít i tento způsob: veškeré tablety, které se doporučují během dne užívat (kupř. 3x2 tbl denně od 2 různých produktů = 12 tablet celkem), rozpustíme všechny najednou a dohromady v ranním [Nápoji čínských MUDRců - kód 900](#) a pečlivě rozmícháme tak, abychom vše vypili a dole nezůstal žádný “lógr”. Navíc tato ranní snídaně se stane i chutnější a lahodnější.
5. Ideální také je všechny bylinné tablety v denní dávce (obvykle 12 a více tablet) rozpustit v cca 0,5 l horké vody a tento vlašný nápoj popíjet (nejlépe z termosky) během celého dne jako kávu, v tomto případě nezávisle na jídle. Před požitím nápoje je vždy nutno s termoskou zatřepat!

**Upozornění** - Nedoporučuje se užívat v době menstruace, neboť u některých žen může zvýraznit či prodloužit menstruační krvácení (dle svého účinku "rozproudňující stagnaci").

**Nepoužívat (dle tradiční čínské medicíny) v případě** - Těhotenství, při nedostatečnosti krve XUE XU (kupř. při anémii, u bledých žen, které mají prodloužený cyklus s obtížným spuštěním menstruace). Více o čínských pojmech [zde](#).

**Balení** - 100 tablet / 30 g (obsah bylin v tabletách je v maximální možné koncentraci 1:5, tzn. že na 1 g bylinných tablet je při výrobě použito 5 g surových bylin)

Každá šarže bylinných tablet a nápojů je testována v akreditované laboratoři Phytax Laboratory ve švýcarském Schlierenu a to na identifikaci bylin, dále na těžké kovy (rtuť, kadmium, olovo, arsen a měď), bakterie (E.coli, Salmonely, celkový počet bakterií), plísně, kvasinky a aflatoxiny. **Všechny bylinné tablety a nápoje naší firmy TCM Herbs mají jako jediné v ČR každou šarži bylin navíc testovanou mimo jiné i na [460 druhů pesticidů \(4](#)**

[skupiny](#)), neboť pesticidy se dnes stávají celosvětovým problémem, obzvláště u produktů z tzv. Třetího světa. Často se stává, že zákazníci v domnění, že užívají bylinné preparáty, jsou naopak "zanášeni" dalšími nežádoucími "chemikáliemi". Veškeré dokumenty o vyšetření naleznete v článku [Bezpečnost a kvalita produktů TCM Herbs](#) - viz příklad takového laboratorního vyšetření na [těžké kovy](#), [na identifikaci bylin](#), [baktérie](#), [plísň](#) a [pesticidy](#). Byliny v našich tabletách [nejsou ionizovány](#) a bylinné tablety neobsahují žádné chemické a konzervační látky (jako jediná pojivová látka je používána přírodní mikrokrytalická celulóza v obsahu do 1%) ani lepek a kyselinu aristolochovou.

Z výše zmíněného vyplývá, že bylinné tablety a nápoje TCM Herbs patří z hlediska kvantity (koncentrace bylin ve směsi je 5 x vyšší, tzn. že 1 gram bylinných tablet odpovídá 5 gramům syrových bylin) a kvality (naprosto bezprecedentní testování a to každé šarže) k tomu nejlepšímu, co si dnes můžeme v oblasti čínské medicíny a přírodní medicíny vůbec, představit a dopřát!