

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

- Vyživuje nedostatečný jin jater GAN YIN XU
- Vyživuje nedostatečnou krev jater GAN XUE XU
- Utišuje ducha HUN
- Ochlazuje horko RE
- Odstraňuje podrážděnost

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

#### **Potíže, u kterých je zvýšený sympatikus (YANG):**

- Nespavost (Insomnie)
- Nadměrná spavost (Hypersomnie)
- Náměsíčnost, chození ve spánku (Somnolence)
- Záchvatovité bušení srdce (Paroxysmální tachykardie)
- Vysoký krevní tlak (Hypertenze)
- Klimakterické potíže (Perimenopausální syndrom)
- Úzkostná porucha (Anxiosita)
- Obavy, strachy (Fóbie)
- Nervové vyčerpání (Deprese)
- Podrážděnost, nervozita (Neurocirkulační asténie)
- Schizofrenie
- Wilsonova choroba (Hepatolentikulární degenerace)

#### **Potíže spojené s bolestí:**

- Bolesti trojklanného nervu (Neuralgie trigeminu)
- Bolesti hlavy (Migrény)
- Angína pectoris (Ischemická choroba srdeční)

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi SUAN ZAO REN WAN, která je upravena na dnešní poměry. Tato směs vyživuje nedostatečnou krev v játrech GAN XUE XU, uklidňuje mysl SHEN, ochlazuje horko RE a odstraňuje podrážděnost. V případě nedostatečnosti krve v játrech GAN XUE XU chybí i krev XUE, která vyživuje srdce XIN. Tento nedostatek krve XUE XU vyvolá sekundární horko z nedostatku RE XU, které se pak usazuje v hrudníku a napadá srdce XIN, což způsobuje **podrážděnost, vnitřní neklid, neschopnost usnout, bušení srdce, noční pocení, sucho v ústech a v hrdle**. Nedostatečná krev XUE XU nekontroluje („neudrží a neukotví“) jang YANG SHI, který pak stoupá vzhůru a může způsobovat **i závratě, motolice a bolesti hlavy**. Když naopak stoupá jin YIN a jang YANG klesá, může člověk usnout. Zatímco my jsme vzhůru (přes den), náš duch SHEN se usídluje v očích. V noci pak, kdy jsou oči zavřené, se vrací do jater GAN. V případě nedostatečnosti krve v játrech GAN XUE XU nemohou ty pak zcela zadržet ducha SHEN, což vede k nespavosti.

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Základním principem léčby je vyživit srdce XIN a utišit ducha SHEN. Pročištění horkosti RE je teprve druhotné. Císařskou bylinou je Suan zao ren, který vyživuje srdce XIN a játra GAN, a tím utišuje ducha SHEN. Ministr Chuan xiong oživuje krev jater GAN XUE XU a rozproudí energii QI ZHI. Kombinace těchto dvou bylin, kdy jedna má adstringentní (svíravou) a druhá disperzní (rozptylující) funkci, je velice účinná při doplnění a rozptýlení jater GAN. Tím současně utišují ducha SHEN. Asistent Fu ling utišuje ducha SHEN, doplňuje slezinu PI a žaludek WEI. Zhi mu rozhojňuje nedostatečný jin YIN XU, pročišťuje horkost RE a zvlhčuje vnitřní suchost ZAO. Navíc zmírňuje vysušující účinky ministerské byliny. Poslíček Zhi gan cao upravuje působení jednotlivých bylin ve směsi a harmonizuje střední ohniště ZHONG JIAO.

**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 lógr“). Tento způsob je také neúčinnější!
3. Pro některé děti se osvědčil i tento způsob: rozdrtíme 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 vlažný 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!

**Nepoužívat (dle tradiční čínské medicíny) v případě** - Přítomnosti hlenu TAN. Neužívat současně s léky na ředění krve (Warfarin, Anopyrin,...)! 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), plísňe, 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](#), [bakterie](#), [plísňe](#) a [pesticidy](#). Byliny v našich tabletách [nejsou ionizovány](#) a bylinné tablety neobsahují žádné chemické a konzervační látky (jako jediná pojivová látka je používána přírodní mikrokrystalická 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!