

Působení dle tradiční čínské medicíny:

- Odstraňuje stagnaci jaterní energie čchi GAN QI ZHI
- Upravuje oběh energie QI a krve XUE
- Utišuje bolest
- Uvolňuje stres, harmonizuje emoce

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

- Premenstruační syndrom
- Bolestivá či nepravidelná menstruace (Dysmenorrhoea)
- Cysty a fibromy v prsou (Cystická fibromastopatie)
- Zánět žaludku (Gastritis)
- Žaludeční vředy (Peptic ulcerus)
- Zánět jater (Hepatitis)
- Chladová alergie

Popis dle tradiční čínské medicíny - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi CHAI HU SHU GAN WAN, která je upravena na dnešní poměry. Je to jedna z nejznámějších harmonizačních bylinných čínských směsí, jež upravuje nerovnováhu mezi dráhou jater GAN na jedné straně a dráhou sleziny PI a žaludku WEI na straně druhé. Tato dysbalance se objevuje obzvláště u žen a je způsobena emočními blokádami a stresem, jež způsobují stagnaci jaterní energie čchi GAN QI ZHI, která utiskuje dráhu sleziny PI a žaludku WEI. Vede v praxi k různým trávicím obtížím, menstruačním potížím a pocitu studených končetin (díky blokáde energie čchi QI ZHI). K nejčastějším příznakům patří **pocit tlaku na hrudi (tzv. knedlík v krku), bolesti v podžebří, napětí a bolest břicha, střídání zácpy a průjmu, nadýmání, zhoršené trávení, časté říhání, celková stísněnost či podrážděnost, bolestivá či nepravidelná menstruace, premenstruační syndrom a studené končetiny (ruce i nohy).**

Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny – Císařskými bylinami jsou Chai hu, která mocně uvolňuje a zprůchodňuje zablokovanou jaterní energii čchi GAN QI ZHI a harmonizuje slezinu PI a žaludek WEI tím, že změkčuje játra, což následně vede i k prokrvení končetin a Bai shao, jež vyživuje krev XUE a ochlazuje horko RE. Ministerskými bylinami pak jsou Chuan xiong, jež rozproudí krev XUE a stagnující energii čchi QI ZHI a zlepšuje krevní oběh, upravuje menstruaci a uvolňuje menstruační bolesti. Xiang fu uvolňuje zablokovanou jaterní čchi GAN QI ZHI, harmonizuje trávicí funkce a upravuje menstruaci, Zhi ke rozbíjí stagnující energii čchi QI ZHI ve středním ohništi a odstraňuje stagnaci potravy JI SHI. Asistent Chen pi upravuje energii čchi QI ZHI a harmonizuje střední ohniště ZHONG JIAO. Mu dan pi pročišťuje horko RE, vzniklé ze stagnace, ochlazuje krev RE XUE, oživuje krev a odstraňuje sraženiny krve YU XUE. Zhi zi pročišťuje horko RE, vzniklé ze stagnace a vylučuje vlhko SHI, ochlazuje krev RE XUE a zbavuje podrážděnosti. Poslíček Zhi gan cao harmonizuje působení ostatních bylin ve směsi.

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 nejúčinnější!
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 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!

Nepoužívat (dle tradiční čínské medicíny) v případě – Těhotenství, vyčerpání tekutin JIN YE (dehydratace), horko v játrech GAN RE. 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](#), [plísně](#) a [pesticidy](#). Byliny v našich tabletách [nejsou ionizovány](#) a bylinné tablety neobsahují žádné chemické a konzervační látky (jako jediná pojivová látka je používaná 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!