

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

- Vyživuje a posiluje nedostatečný jin jater a ledvin GAN/SHEN YIN XU
- Zlepšuje a posiluje zrak

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

#### **Oční potíže:**

- Šedý zákal (Katarakta)
- Zelený zákal (Glaukom)
- Zánět očního nervu (Neuritis Optica)
- Vysychání očního nervu (Atrophia nervus Opticus)
- Centrální retinopatie (Retinitis centralis)
- Krátkozrakost (Myopia)
- Dalekozrakost (Hypermetropia)

#### **Endokrinní potíže:**

- Cukrovka (Diabetes mellitus)
- Žíznivka (Diabetes insipidus)
- Zvýšená funkce štítné žlázy (Hypertyreoidea)

#### **Gynekologické potíže:**

- Přečodové potíže (Klimaktérium)
- Poruchy menstruačního krvácení - mimo cyklus, špinění, nadměrné, nedostatečné, neustávající, dysfunkční děložní krvácení (Metrorrhagia, Menorrhagia apod.)

#### **Ostatní:**

- Bolesti hlavy (Cefalea)
- Vysoký krevní tlak (Hypertenze)
- Dlouhodobý zánět ledvin (Chron. Glomerulonephritis)

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi QI JU DI HUANG WAN, která je upravena na dnešní poměry. Základem této směsi jsou byliny, jež vyživují jin ledvin a jater SHEN/GAN YIN XU, a navíc je tato směs obohacena o byliny, jež tzv. projasňují, pročišťují, posilují a vyživují oči a zrak. Nedostatečnost jin ledvin a jater SHEN/GAN YIN XU si můžeme dle čínské medicíny představit jako nedostatek či ubývání oleje v motoru, který pak nejede na plný výkon, přehřívá se a ve finále se může i zadřít. K typickým projevům této nedostatečnosti patří **mírné závratě, bolesti hlavy, hučení či pískání v uších, rozostřený zrak, zatmívání se před očima, mžítka před očima, slzení při větru, pocit sucha a drhnutí v očích, světloplachost,**

**šeroslepost, únava očí či bolesti za očima.** K vyčerpání ledvinového a jaterního jin SHEN/GAN YIN XU dochází především u žen, neboť součástí jin YIN je i krev XUE, a ta jak známo obzvláště u žen má vždy tendenci ubývat (menstruace, hormonální antikoncepce, porody, kojení apod.), stejně tak i jednostranná či dlouhodobá fyzická nebo zvláště pak psychická práce bez dostatečné a řádné regenerace, spánku či dovolené. Podobně i nepravidelná životospráva, nárazové stravování, hladovění či přejídání, jezení na noc apod. nevytváří a nedoplňuje jinové rezervy. Rovněž dlouhodobé čtení, navíc umocněno nedostatečným osvětlením, vede k oslabení jin YIN XU. Stejně tak sledování televize, práce s počítačem či mobilem apod. více než 2 hodiny denně stačí k tomu, aby si organismus musel již sáhnout do svých jinových rezerv a vzniká tak pomalu, ale jistě stav ubývající jinové esence, tedy nedostatku jakéhosi oleje života či vosku na naší životní svíčke. Není divu, že tolik dětí a mladých lidí pak nosí brýle, hlavně pak děvčat, (navíc v kombinaci s hormonální antikoncepcí dochází k umocnění tohoto nedostatečného stavu jin YIN XU). Dle čínské medicíny by měli tito lidé (pracující s PC, TV, apod.) preventivně denně doplňovat si svůj jinový olej v podobě kupř. této směsi, a to v dávce minimálně 4 tablety každé ráno k snídani (optimální dávka je 3 x 4 tablety denně) či užíváním černého seznamu ½ kávové lžičky 1 x denně (nutno jej dát na 15 min do 1 dcl vody nabobtnat a pozřít i s vodou a pak řádně rozkousat).

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Byliny ve směsi si můžeme rozdělit do 3 skupin:

1. skupina obsahuje **tonizační byliny**, jež rozhojňují jin ledvin a jater SHEN/GAN YIN XU. Císařskou bylinou je Shu di huang, který mocně vyživuje ledvinový jin SHEN YIN XU a ledvinovou esenci JING. Ministerskou bylinou je Shan zhu yu, vyživuje jaterní jin GAN YIN XU a díky svému adstringentnímu účinku zabraňuje i úniku esence JING. Dalším ministrem je Shan yao, jež posiluje energii čchi sleziny PI QI XU, čímž stabilizuje a zpevňuje esenci ledvin SHEN JING a zabraňuje jejímu úniku.

2. skupina obsahuje **drenážní byliny**, kdy jejich funkcí je více odvádět (horko RE a vlhko SHI, vzniklé na základě nedostatečnosti jin YIN XU) a méně vyživovat. Asistentskou bylinou je Ze xie, pročišťuje a odvádí močí oheň ledvin SHEN HUO. Současně tato bylina kompenzuje v této směsi mastné a vlhké byliny, jinak by došlo k oslabení energie čchi sleziny PI QI XU a to vlhkem SHI. Dalším asistentem je Fu shen, který posiluje energii čchi sleziny PI QI XU a odvádí vlhko SHI. Mu dan pi pročišťuje a odvádí oheň jater GAN HUO, ochlazuje krev RE XUE a současně vyrovnává teplou povahu ministerské byliny Shan zhu yu.

3. skupina obsahuje tzv. **oční byliny**, jež posilují a vyživují zrak. K hlavní bylině patří Gou qi zi, jež posiluje ledvinový jin SHEN YIN XU a ledvinovou esenci JING, vyživuje jaterní jin a krev GAN YIN/XUE XU a projasňuje zrak (viz [Legendy psané bylinami](#)). Shi jue ming vyrovnává játra GAN tím, že stahuje a ukotvuje stoupající jang GAN YANG SHI jež stoupá právě na základě nedostatečnosti jin jater GAN SHEN YIN XU. Dále pročišťuje oheň jater GAN HUO, který šlehá do očí (játra živí oči) a tím projasňuje zrak. Bai ji li má podobné účinky jako předchozí bylina (vyrovnává játra a ukotvuje vzestup jang, projasňuje zrak), navíc ještě odblokovává stagnující energii čchi jater GAN QI ZHI a rozvolňuje stísněnosti, vypuzuje škodlivý vítr FENG a zastavuje svědění. Chai hu mocně zprůchodňuje stagnující energii čchi jater GAN QI ZHI a uvolňuje škodlivé horko z jater GAN RE, čímž umožňuje jaternímu jin GAN YIN se rozhojnit a vyživit potřebné partie, stejně tak jako jaternímu jang

GAN YANG umožňuje dostoupat do horních partií (hlava, oči...). Dang gui mocně doplňuje a vyživuje krev jater GAN XUE XU, čímž současně léčí i oční nemoci z nedostatku krve.

**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 lógrm“). Tento způsob je také nejučinnější!
3. Pro některé děti se osvědčil i tento způsob: rozdrťme 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** - Nedostatečnost čchi sleziny PI QI XU s průjmy a trávicími potížemi. 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), 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 domněnání, 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 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!