

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

- Ochlazuje horko RE a krev XUE (ve 4. vrstvě)
- Vylučuje oheň HUO (z nadbytku i nedostatku)
- Vyživuje YIN a tělesné tekutiny JIN YE
- Zastavuje krvácení

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

### **Kožní potíže:**

- Ekzémy
- Lupénka
- Kopřivka
- Podkožní krvácení (Purpura Henoch-Schoenlein apod.)

### **Trávicí potíže:**

- Cukrovka (diabetes mellitus)
- Hemeroidy
- Krvácivé průjmy
- Zácpa
- Záněty střev s krví ve stolici (kupř. ulcerózní kolitida, Meckelův divertikl)
- Záněty žaludku se zvracením krve

### **Ostatní potíže:**

- Akutní infekční a epidemická onemocnění (angíny, bronchitidy, meningitidy, zarděnky, spalničky, příušnice...)
- Epilepsie, febrilní křeče u dětí
- Hematurie (krev v moči)
- Infekce močových cest a záněty ledvin
- Opakovaná krvácení z nosu (epistaxe)
- Předčasná či neustávající menstruace
- Autoimunní choroby (roztroušená skleróza, sklerodermie, lupus, Sjogrenův syndrom...)

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Tato bylinná směs především ochlazuje tzv. horko v krvi RE XUE, v angličtině pak je název výstižnější (*Cool Blood*), což v češtině přenesený význam *býti cool* znamená opravdu být klidný, vyrovnaný, nad věcí, zachovat si chladnou hlavu a nenechat se jen tak vytočit . Toto českoanglické spojení také nejlépe vystihuje působení a účinek této směsi. Horko RE a oheň HUO vzniká nejčastěji z nadměrných či potlačených emocí, "horké" stravy nebo ze "zatlačené" škodlivé energie z povrchu do hloubky (nevhodně podaná antibiotika, kortikoidy, očkování...). Stejně tak může mít člověk konstituční (vrozenou) dispozici k horku, hlavně je to patrné u malých dětí, které jsou tzv. horkokrevné a snadno se přehřívají. Dle čínské medicíny je mezi horkem RE a ohněm HUO

jen nepatrný rozdíl, neboť "horko je umenšením ohně a oheň je krajností horka". Při napadení 1. vrstvy horka WEI, která je povrchová a obranná, kdy se objevují příznaky kupř. počínající virozy, je tato směs nevhodná. Naopak, při napadení dalších vrstev, které jsou již hluboké, je tato směs k nezaplacení! Při napadení 2. vrstvy horka QI, a to hlavně dráhy žaludku a plic (kupř. angína, bronchitida), se objevuje **žízeň, horečka a žlutý suchý povlak jazyka**. Při napadení škodlivého horka do vrstvy výživy JING (3. vrstvy horka RE) se objevují **horečky, jež kulminují hlavně v noci, neklid a vyrážky na kůži** (kupř. pneumonie, ekzém). Při napadení škodlivého horka do vrstvy krve XUE (nejhlubší 4. vrstvy horka RE) je **jazyk temně červený (podobně jako u spálové angíny u dětí), objevuje se výsev fialově červených skvrn a vyrážek na kůži, někdy i blouznění s poruchami vědomí a krvácení na různých oblastech těla - krvácení z ekzémů, krvácení pod kůží, krvácení z nosu, vykašlávání krve, zvracení krve, krev ve stolici, krvácení z hemeroidů, krev v moči, náhlé či přetrvávající menstruační krvácení** (kupř. lupénka, chronické ekzémy, meningitida). Více pak v článku [Napadení horkem – 4 vrstvy](#). Tož, mnohdy, a to vpravdě v životě častěji, je potřeba "zchladit horkou krev a horké hlavy a nejen teplokrevníka zkrotit, aby tak člověk ku zdraví přišel...".

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Byliny ve směsi jsou rozděleny do 3 skupin:

**Do první skupiny patří byliny, jež ochlazují horko RE a krev XUE**, tedy tzv. horko v krvi RE XUE. Mají hořkou a slanou chuť a jsou chladné povahy. Hořká chuť ochlazuje horko RE, slaná vede účinek do vrstvy krve XUE, tj. nejhlubší vrstvy horka RE) a chladná povaha pročišťuje horko RE. Mají vztah k játrům a k srdci, tedy k nejdůležitějším drahám pro cirkulaci a distribuci krve XUE. Používají se hlavně na horko z nadbytku ve vrstvě výživy JING a krve XUE (3. a 4. vrstva horka), ale i u horka z nedostatku RE XU (Shen di huang a Xuan shen) a i přes ochlazování horkosti nepoškozují YIN. Sheng di huang ochlazuje horko RE a vyživuje YIN, což si můžeme představit asi tak, jak když touto bylinou v našem organismu, který v tomto případě představuje "přehřátý motor", snížíme jeho teplotu a doplníme do něho adekvátní olej, tedy YIN. Rovněž i odstraňuje horký toxin RE DU a rozpouští nahromaděny, čili tzv. čistí krev. Xuan shen ochlazuje horko ve vrstvě výživy a krve a současně i vyživuje YIN, takže dokáže jak ochlazovat, tak zároveň i zvlhčovat. Dále vylučuje horký toxin RE DU a rozptyluje zauzleniny jako jsou zduřelé lymfatické žlázy, jež pak zase generují horko RE. Chi shao ochlazuje horko v krvi RE XUE a rozptyluje sraženiny a nahromaděny a spolu s předchozími 2 bylinami se používá u kožních výsevů a ekzémů. Mu dan pi ochlazuje horko v krvi RE XUE, rozproudí krev a rozptyluje sraženiny v krvi, vzniklé z horka a pročišťuje krev od ekzémů a vyrážek. Dan shen oživuje krevní tok a odstraňuje sraženiny, čímž podporuje tvorbu nové krve XUE a nezraňuje řádnou energii ZONG QI.

**Do druhé skupiny patří byliny, jež ochlazují horko RE a vylučují oheň HUO**. Tyto byliny vylučují horko RE a oheň HUO z nadbytku, hlavně z dráhy plic a žaludku. Jsou to byliny sladké či hořké chuti a chladné povahy. Shi gao ochlazuje horko RE a vylučuje oheň HUO, zbavuje podrážděnosti, zastavuje žízeň a léčí nehojící se kožní vředy a vlhké ekzémy, neb působí proti zánětům a současně i podporuje tvorbu nové tkáně, zmenšuje otoky a zastavuje krvácení. Zhi mu ochlazuje horko RE a vylučuje oheň HUO, posiluje YIN a svlažuje suchost, tudíž se používá jak při horkosti z nadbytku, tak i z nedostatku. Tuto jeho vlastnost lze úspěšně použít kupř. i u cukrovky u tzv. syndromu stravující žízně. Podobný účinek má i Tian hua fen

jež ochlazuje horko RE a zároveň i podporuje tvorbu tělesných tekutin JIN YE, které jsou tímto horkem vysušeny (obzvláště v horním ohništi – plíce, srdce) a jejichž nedostatek se projeví velkou žízní (cukrovkou) či suchým kašlem. Rovněž i vylučuje horký toxin RE DU a zmenšuje otoky u kožních vředů. Zhi zi ochlazuje horko RE v srdci a v plicích a tím zbavuje podrážděnosti, odvádí také vlhko a horko SHI/RE spodem a to močením, ochlazuje horko RE a oheň HUO jater a srdce, tedy ochlazuje vrstvu krve XUE. Tím i hojí různá krvácení, kožní abscesy a kožní vředy. Huang lian ochlazuje horko RE, vysušuje vlhko SHI, ochlazuje oheň HUO a vylučuje horký toxin RE DU.

**Do třetí skupiny patří byliny, jež ochlazením krve RE XUE zastavují krvácení.** Tyto byliny ochlazují horko RE ve vrstvě krve XUE, posilují YIN a vylučují oheň HUO. Při napadení nejhlubší 4. vrstvy krve XUE RE horkem se objevuje krvácení z nosu, zvracení či vykašlávání krve, krev v moči, vše je většinou provázené neklidem, žízní, zarudlým obličejem apod. Bai mao gen ochlazuje krev RE XUE, zastavuje krvácení a ochlazuje horko plic a žaludku FEI/WEI RE. Huai hua ochlazuje krev XUE a zastavuje krvácení, obzvláště ve spodním ohništi (hemeroidy, krvácení z konečníku, krev v moči, poševní krvácení...), ochlazuje horko jater GAN RE a vylučuje oheň jater GAN HUO. Toto vše z ní činí velice užitečnou bylinu v případě hypertenze, lupénky či v případě prevence proti krvácení do mozku (mozkové příhodě).

**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!

Lze ji různě kombinovat s ostatními bylinnými směsi a to všude tam, kde se jedná o tzv. horko v krvi RE XUE.

**Nepoužívat (dle tradiční čínské medicíny) v případě** - nedostatečnosti YANG ledvin či sleziny, nepřítomnosti vnitřního horka RE a v těhotenství. 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!