

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

- Vyživuje nedostatečnou krev XUE XU
- Rozproudí blokádu krve z nedostatku YU XUE XU
- Upravuje menstruační cyklus

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

- Nedostatečná menstruace (jednou dříve, jednou později)
- Slabá nebo naopak silná menstruace
- Vynechávání menstruace
- Špinění (“hnědé”) před menstruací nebo po menstruaci
- Tmavá menstruační krev se sraženinami
- Bolestivá menstruace
- Chronický poševní výtok
- Cysty na vaječnicích
- Endometrióza
- Neplodnost u žen

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi TAO HONG SI WU WAN, která je upravena na dnešní poměry. Tato bylinná směs se používá při nedostatečnosti krve XUE XU spolu se stagnací krve YU XUE. Zvláště patrné je to u žen, jejichž menstruace je doprovázená **bolestivými křečemi před menstruací či v prvních dnech menstruace, zkráceným menstruačním cyklem, silným krvácením, event. i s tmavými sraženinami či lepkavou krví, hnědým “špiněním” před menses nebo slabým špiněním po menses, neplodností, chronickým poševním výtokem**, event. se mohou objevit i břišní útvary (**myomy, endometrióza, vaječnickové cysty** apod.). Tyto příznaky jsou zcela typické pro nedostatečnost krve XUE XU s její stagnací, podobně jako když je v řečišti málo vody, až se posléze tok zastaví. Bylinky ve směsi nejen že vyživují nedostatečnou krev XUE XU, ale zároveň i rozproudí její stagnaci YU XUE - tím upravují a harmonizují nejen menstruaci, ale i celý organismus.

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Směs je složena ze dvou skupin bylin. První skupina především vyživuje nedostatečnou krev XUE XU: Shu di huang mocně doplňuje játra GAN a ledviny SHEN tím, že vyživuje krev XUE a posiluje jin YIN. Také pomáhá při menstruačních obtížích. Bai shao vyživuje krev XUE a ochraňuje jin YIN. Společně se Shu di huang představují velmi silnou kombinaci, která doplňuje krev jater GAN XUE XU. Protože jsou tyto byliny mastné a sladké, mají tendenci vyvolat stagnaci krve YU XUE. Proto je součástí směsi i druhá skupina bylin, které mají nejen preventivní účinek, ale současně již odstraňují přítomnou stagnaci: Dang gui vyživuje a posiluje krev XUE, rovněž zvlhčuje střeva CHANG a upravuje vzájemný vztah mezi játry GAN a ledvinami SHEN. Chuan xiong vyživuje krev XUE a rozproudí stagnující energii čchi QI ZHI, uvolňuje stísněnost (především stagnující jaterní energii čchi GAN QI ZHI) a utiňuje bolest. Kombinace těchto bylin společně s první skupinou vede k posílení tvorby krve XUE XU.

Současně Bai shao ochraňuje jin YIN před poškozením aromatickou povahou posledních dvou bylin. V této variantě jsou přidány další dvě byliny, které mocně působí na stagnaci krve YU XUE: Tao ren vyživuje krev a rozpouští blokádu krve YU XUE. Hong hua vyživuje krev XUE, zprůchodňuje menstruaci, odstraňuje sraženiny, rozpouští krev YU XUE a utiňuje bolest [viz Legendy psané bylinami](#).

**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 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!

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

**Nepoužívat (dle tradiční čínské medicíny) v případě** - Těhotenství a při nedostatečnosti krve XUE XU bez přítomnosti blokády. 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](#), [bakterie](#), [plísně](#) 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!