

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

- Rozproudí stagnující energii čchi jater GAN QI ZHI
- Harmonizuje játra a žaludek
- Utišuje bolest

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

- Nadýmání a bolesti břicha po jídle
- Přetrvávající bolesti či trávicí obtíže po operaci žlučníku
- Chronický zánět slinivky (Chron. Pankreatitis)
- Mezižeberní bolesti (Interkostální neuralgie)

**Popis dle tradiční čínské medicíny** - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi SHU GAN WAN, která je upravena na dnešní poměry. Jde o často používanou směs k úpravě zažívacích obtíží se zřetelem na zlepšení funkce jater, žlučníku a slinivky. Ponejvíce tyto problémy vznikají působením chronického stresu, nesprávnými stravovacími návyky a přepracováním, kdy stagnující energie čchi jater GAN QI ZHI napadá žaludek, slezinu a slinivku. Působí i v případech **přetrvávajících bolestí břicha a trávicích obtížích po operaci žlučníku**. K obvyklým příznakům patří **nafouknutí břicha, nadýmání, škytavka, říhání, bolesti a tlaky na břicho a v podžebří, kašovitá stolice, poruchy zažívání, studené končetiny se zarudlým obličejem. Typické je zhoršení při stresu**. Směs snižuje působení stresu na organizmus, u žen pomáhá i upravovat menstruaci.

**Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny** - Qing pi rozproudí stagnující jaterní čchi GAN QI ZHI a utišuje bolest, Xiang fu harmonizuje vztah mezi játry GAN a slezinou PI a upravuje menstruaci, Mu dan pi ochlazuje horko v krvi RE XUE a uvolňuje stagnaci krve YU XUE, obzvláště u žen s bolestivou menstruací a sraženinami, Chai hu uvolňuje stagnaci jaterní čchi GAN QI ZHI (viz [Legendy psané bylinami](#)), Bai shao vyživuje a posiluje jin jater GAN YIN XU a krev jater GAN XUE XU, Hou po vysušuje vlhko SHI, uvolňuje stagnace a podporuje pohyb energie čchi QI ZHI, Zhi ke rozproudí stagnaci jaterní energie čchi GAN QI ZHI, odstraňuje nadýmání, rozhýbává a odvádí energii čchi QI směrem dolů, Zhi zi odvádí vlhko a horko z jater a ze žlučníku GAN/DAN SHI/RE a navíc ochlazuje krev RE XUE, vylučuje horký toxin RE DU a vypouští oheň jater GAN HUO, Fang feng uvolňuje křeče, odstraňuje vítr FENG, vlhko SHI a zastavuje bolesti, Chuan xiong rozproudí stagnaci energie čchi QI ZHI a blokádu krve YU XUE a to hlavně v dráhách jater GAN a žlučníku DA, jež se projevuje rozpínavými bolestmi v podžebří a zastavuje bolesti, Zhi gan cao harmonizuje působení jednotlivých 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 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** - Nedostatečnost jin YIN XU a v těhotenství. Více o čínských pojmech [zde](#).

**Upozornění** - Směs se neužívá v těhotenství.

**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!