

Působení dle tradiční čínské medicíny:

- Ochlazuje horko RE ze žaludku a střev
- Vylučuje horké toxiny RE DU
- Rozpouští vlhký hlen TAN SHI
- Zvlhčuje plíce FEI a podporuje produkci tělesných tekutin JIN YE
- Zklidňuje a současně i posiluje ducha SHEN

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

- Obezita
- Vysoký krevní tlak
- Zvýšený cholesterol, krevní tuky a krevní cukr
- Trombózy, embolie, angina pectoris, leidenská mutace (antikoagulační efekt u nemoci s vyšší srážlivostí krve)
- Lehké deprese nebo naopak podrážděnost a agitovanost.

Popis dle tradiční čínské medicíny: Listy Gynostemmy pětिलisté (Jiao gu lan), jež vypadá jako popínavá vinná réva, jsou v Číně nazývány "Bylinou nesmrtelnosti". V jedné čínské provincii si lékaři všimli, že se zde místní lidé dožívají běžně 100 a více let a mají i nadprůměrné zdraví. Jedním z hlavních důvodů bylo pravidelné popíjení čaje z Gynostemmy pětिलisté. K jejímu objevu se došlo teprve nedávno, a jak už to tak bývá, celkem náhodou. Japonská vláda v 70. letech minulého století zakázala používání umělého sladidla sacharin, jež obsahuje pro organismus ne zrovna příznivé chemické látky a začala zkoumat přírodní zdroje cukru jako jsou Stévie a Gynostemma. Při té příležitosti japonští vědci náhodně zjistili, že Gynostemma obsahuje velké množství gypenosidů (saponinů), jež jsou svým složením velmi podobné ginsenosidům, obsaženým v klasickém ženšenu. Upustili od zkoumání sladidla z Gynostemmy a začali se věnovat výzkumu této vzácné a dosud neobjevené léčivé byliny a užasli, co vše se v této nenápadné rostlince skrývá za léčivé poklady. Více v angličtině naleznete pak [zde](#).

Saponiny jsou rostlinné glykosidy podobné silicím, jež mají protizánětlivé účinky, rozpouštějí hleny a posilují cévy. Mají hořkou či svíravou chuť a jejich efekt se podobá kortikosteroidům, avšak v přírodním provedení! Tyto saponiny - ginsenoidy dávají ženšenu onu pověstnou zdravotní výjimečnost. Ten jich však obsahuje pouze 28, kdežto Gynostemma 82. Proto i její hlavní účinky se podobají účinkům ženšenu, navíc se přidávají další příznivá působení Gynostemmy, takže ve finále se z této byliny stává pozoruhodná léčivka, stojící rozhodně za pozornost dnešního člověka, obzvláště pak s jeho současnými "moderními" potížemi jako jsou **obezita, vysoký krevní tlak, zvýšený cholesterol a krevní tuky, zvýšený krevní cukr, zvýšená krevní srážlivost** (*trombózy, embolie, angína pectoris, leidenská mutace*), *různé záněty, ale i trávicí potíže (žaludeční a duodenální vředy a záněty, dna), plicní potíže (astma, chronická bronchitis, kašel s hleny), roztroušená skleróza, stejně tak i psychické stresy, chronický únavový syndrom a deprese*. Výhodou této byliny je i tzv. double efekt jak u psychických, tak u metabolických potíží. U psychických potíží má totiž účinek jak tišící a tlumící ve stavu nadbytku (při "přepálení" výkonu), tak i účinek stimulační a posilující ve stavu nedostatku (při útlumu a vyčerpání). V případě metabolických potíží typu nadváhy či naopak vyhublosti má tato bylina rovněž harmonizující účinek - tzn. že formuje postavu u obézních a naopak zvyšuje svalovou hmotu u vyhublých. Tohoto příznivého efektu rádi

využívají i sportovci na celém světě, neboť Gynostemma zvyšuje fyzickou sílu a aktivitu, zlepšuje výdrž a koncentraci. K objevení tohoto "nesmrtelného čaje" se ostatně jako vždy váže jedna legenda:

Už od časů dynastie Qin (221 př. Kr.) vysílali čínští císaři do všech koutů světa badatele, vědce i dobrodruhy, aby objevili odvěký sen lidstva - elixír života. Dynastie, staletí i dobyvatelé přicházeli a odcházeli a elixír života stále zůstával v hájemství neznámého. Až o mnoho staletí později, poté, co Říše středu šťastně přestala záměr Čingischánův, aby po vyhubení všech obyvatel se stala gigantickým pastvištěm pro mongolské koně, povšiml si jistý Zhu Xiao při hledání zdrojů, jež by zamezily častým hladomorům, že na jihu Číny rostoucí bylina Jiao gu lan má nad jiné posilující účinky. Tok času však též udivovalo, že v těchto jihočínských oblastech se lidé těší dobrému zdraví a dožívají se i sta a více let. Století se však muselo sejít ještě s dalším, než Li Shi Zhen popsal, že opět Jiao gu lan je toho tou největší příčinou. Jiao gu lan, zvaný též *Gynostemma pětilistá*, svou září projasňuje *paterně neblahých stavů - ty, kteří nezneváží svou nadváhu, i ty, kterým krev tepe nad míru, sraženiny a tuky se rozmáhají přes míru a podrážděnost nezná svou míru. Nejen pro ně je Nápoj pěti hvězd ušit - z nebeských elixírů i pozemských kořenů - a to na míru. Jako by i zde zazníval příměr z jiné kultury, že není nutné být obrem, jenž v pár krocích přejde celý svět, ale možná stačí se sám zmenšit a coby trpaslík vnímat ohromující krásy světa ve vlastní zahrádce.*

Rozbor bylin dle tradiční čínské medicíny - Nápoj obsahuje 70 % byliny Jiao gu lan. Základní účinek této byliny je ochlazování horka RE ze žaludku a střev, vylučování horkého toxinu RE DU (čímž tlumí záněty) a rozpouštění vlhkého hleny TAN SHI, dále zvlhčuje plíce FEI a posiluje produkci tělesných tekutin JIN YE, zklidňuje a posiluje ducha SHEN. Všechny tyto její účinky jsou unikátní v tom, že na jedné straně vylučuje horko, horké toxiny, rozpouští patologické hleny a tlumí záněty, na straně druhé pak posiluje plíce a jejich správnou funkci a zklidňuje ducha, čímž dohromady vytváří pro dnešního člověka téměř nepostradatelnou službu. Kdo z vás tohle dneska má? Zbylých 30 % ve směsi pak tvoří oddenek kurkumy E zhu, jež dle TCM je nejsilnějším „rozbíječem“ stagnující krve v játrech GAN YU XUE a krevních shluků, rozpouští sraženiny (tromby, emboly, krevní sraženiny a koagula, cholesterolové a tukové pláty v cévách, cysty, myomy, nádory...), rovněž i rozpouští stagnující energii čchi QI ZHI při nadýmání a pocitech plnosti v břiše.

Z hlediska západní medicíny (dle japonských výzkumů) **Gynostemma** obsahuje mnoho aminokyselin, vitamínů a minerálů včetně vápníku, hořčíku, železa, manganu, fosforu a zinku. Zvyšuje produkci lymfocytů, fagocytů a imunoglobulinu IgG (ale ne přes normu!), což v praxi znamená, že tento nápoj lze s úspěchem a bez obav užívat u autoimunitních onemocnění. Rovněž japonské studie prokázaly významné snížení vysokého krevního tlaku, zvýšeného cholesterolu a krevních tuků a zvýšeného krevního cukru. Působí jako inhibitor (zpomalovač) nádorů a rakovinných tumorů, minimalizuje vedlejší účinky protinádorové léčby a předchází vzniku nádorů, srdečnímu infarktu a mozkové mrtvici. Zlepšuje odbourávání cukrů a tuků, snižuje LDL "špatný" cholesterol a zvyšuje HDL "dobrý" cholesterol, rovněž tak snižuje usazování tuků v cévách. Řadí se mezi antioxidanty (látky, odbourávající tolik škodlivé volné radikály) a adaptogeny (harmonizátory či antistresory, tedy látky jež regulují nervový systém - uklidňují nadměrně vzrušený nervový systém a naopak stimulují deprimovaný nervový systém). To vše jsou látky, jež příznivě ovlivňují funkci organismu, aniž by při tom měly nějaké vedlejší účinky. Udržují rovnovážnou hladinu hormonů a imunitního systému. **Curcuma** obsahuje hlavně vysoce účinný enzym curcumin, který je v současné době

zkoumán hlavně onkologii pro jeho vysoce selektivní antitumorózní (protirakovinné) účinky, antibiotické účinky a antioxidační účinky (chrání organismus před účinkem volných radikálů).

Pro našince, který si při vzpomínce na *Nápoj čínských MUDRců* asi říká, že vše je v TCM podobně skvělé a uzdravující, tak je třeba znáti jemných niancí mezi těmito nápoji:

K snídani je nejvhodnější **pro nastartování** našeho těla a ducha [Nápoj čínských MUDRců \(kód 900\)](#), jehož hlavní účinek spočívá v posílení sleziny PI QI XU a odvedení patologického vlhka SHI, ostatní jeho účinky jsou pak méně výrazné.

Přes den a večer je optimální pro dobré trávení a na "pročištění trubek" popíjet [Nápoj pěti hvězd \(kód 850\)](#), jehož hlavní účinek spočívá v ochlazení patologického horka RE ze žaludku a střev a vyloučení toxinů RE DU z organismu, ostatní jeho účinky jsou pak méně výrazné. Volně řečeno, žargonem dnešní doby, je vhodný **pro každodenní detoxikaci**.

Jak se orientovat v pěti Nápojích TCM Herbs aneb mít všech 5 pohromadě!

[Nápoj čínských MUDRců \(900\)](#) je určen téměř pro každého našince, a to hlavně k snídani místo kávy či čaje, kdy na jedné straně „čistí trubky a tedy i naše tělo od neadekvátní a těžké stravy, na straně druhé posiluje a dobíjí baterky“, neboť slzovka odstraňuje vlhko a horko SHI/RE, rozpouští hlen TAN a posiluje nedostatečnou energii čchi sleziny PI QI XU.

[Nápoj pěti hvězd \(850\)](#) je určen pro jedince, kteří mají dle čínské medicíny sklon k bloádě krve, neboť *gynostemma a kurkuma rozproudují bloádou krve YU XUE a ředí krev*, vhodná je proto při cévních a srdečních nemocech typu angína pectoris, tromboembolická choroba, obezita, zvýšený cholesterol a tuky...

[Nápoj nebeské víly \(888\)](#) je určen hlavně pro ženy, které potřebují doplnit svůj jin, tedy jakýsi pomyslný olej v motoru, neboť *yucca posiluje hlavně nedostatečný jin YIN XU a harmonizuje hormonální oblast*, vhodný je proto při klimakteriu, poruchách menstruace, neplodnosti, cukrovce, poruchách štítné žlázy...

[Nápoj stříbrného větru \(844\)](#) je určen pro každého, kdo je *napaden akutním škodlivým horkým větrem FENG RE XIE QI, který spolu s horkým toxinem RE DU způsobuje akutní virózy, nachlazení, angíny, záněty středouší, záněty spojivek, rýmu, bolesti v krku*, ale rovněž se často projevuje jako akutní nebo chronická alergie, ať již v podobě pylové rýmy, kýchání, kašle, pískání na hrudi, astmatu, alergických zánětů spojivek...

[Nápoj z pravého ženšenu \(822\)](#) je určen pro každého, kdo potřebuje *doplnit nedostatečnou primární (vrozenou) esenci a energii ledvin SHEN YUAN QI XU a harmonizovat stagnující čchi jater GAN QI ZHI, vzestup jaterního jang GAN YANG SHI a utišit jaterní vítr GAN FENG*, neboť *ženšen spolu s kotvičníkem* toto vše má „v popisu práce“. Vhodný je při

impotenci, sníženém libidu, hypertenzi, cukrovce, ale i pro zlepšení duševního a fyzického výkonu, včetně sportu...

A jak se užívají?

Po ránu je ideální kombinace *MUDRce a ženšenu* – kupř. 3 odměrky MUDRce + 1 odměrka ženšenu, přes den se většinou (dle potřeby) popíjejí *Nápoj pěti hvězd* (místo černé kávy, má i lehce podobnou chuť) či *Nápoj nebeské víly*, jinak *Nápoj stříbrného větru* se pije celý den při akutních potížích (virózy, alergie apod.)

Dávkování: 100 g tohoto koncentrovaného prášku odpovídá 500 g běžného sušeného čaje. Doporučená denní dávka je 4 g koncentrátu, nejlépe **2 x denně 2 odměrky (2 g) v době mezi 10. – 18. hodinou**. Děti do 12 let užívají poloviční dávku. Nemá žádné toxické účinky, může se užívat dlouhodobě, aniž hrozí předávkování. V těhotenství se nápoj neužívá.

Upozornění: Vzhledem k tomu, že se jedná o 100% přírodní produkt, pocházející z přírodní sklizně (žádné geneticky klonované ani modifikované píce, chemicky ošetřované a chuťově a barevně indiferentně stejné...), je třeba počítat s tím, že každá šarže může mít i trochu jinou barvu a chuť, což ovšem není na závadu a nemění to nic na deklarovaném účinku nápoje!

Příprava: Prášek se zalije cca 2 dcl horké vody. Po rozmíchání se popíjí teplý. Pro urychlení účinku (kupř. u obezity) lze nápoj pít častěji.

Každá šarže 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 přípravky 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 identifikaci bylin, na [těžké kovy](#), [bakterie](#), [plísně](#) a [pesticidy](#).

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 g bylinných tablet odpovídá 5 g 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!