

Působení dle tradiční čínské medicíny:

- Vylučuje vlhko a horko SHI/RE ze středního ohniště ZHONG JIAO
- Odstraňuje stagnaci potravy JI SHI a harmonizuje trávení
- Rozpouští hlen TAN
- Posiluje slezinu PI QI XU a žaludek WEI QI XU

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

- Pocity plnosti, nafouknutí a diskomfortu v oblasti břicha (Digestivní syndrom)
- Kyselé zápachající říhání z úst (Halitosis)
- Akutní nebo chronický zánět žaludku (Ac. et chron. gastritis)
- Nadváha z vlhka a horka (Obezita)

Popis dle tradiční čínské medicíny - Jedná se o modifikaci originální tradiční čínské bylinné směsi SHEN LING BAO HE WAN, která je upravena na dnešní poměry. Tato bylinná směs je užívána velice často, neboť odstraňuje stagnaci potravy JI SHI ze žaludku WEI, která následně způsobuje **nadýmání, pocit plnosti v břiše a špatné trávení jako je říhání, pálení žáhy nevolnost, měkká stolice apod.** Obzvláště patrné jsou tyto potíže u starších lidí (trávicí systém je již "unaven") či naopak u dětí (trávicí systém ještě není rozvinut). Avšak zdá se, že v dnešní době by potřeboval tuto formuli téměř každý...Nebo znáte snad ve svém okolí někoho, kdo dodržuje všechny zásady správné výživy, stravuje se střídavě, pravidelně a v klidu?! Rovněž i byliny, obsažené ve směsi odvádí tzv. vlhké horko SHI/RE (vzniká díky dlouhodobé stagnaci potravy JI SHI) ze středního ohniště XIA JIAO, posiluje slezinu PI QI XU a žaludek WEI QI XU a harmonizuje trávení. Odblokovává i stagnaci energie čchi QI ZHI v žaludku WEI a rozproudí energii čchi QI ZHI v oblasti středního ohniště ZHONG JIAO.

Rozbor bylin ve směsi dle tradiční čínské medicíny - Chen pi rozproudí stagnující energii čchi QI ZHI a stagnaci potravy JI SHI, Cang zhu, Bai zhu, Yi yi ren a Fu ling posilují slezinu PI QI XU a vysušují vlhkost SHI, Lian zi posiluje slezinu PI QI XU a zastavuje průjem, Jie geng odblokovává stagnaci plicní energie čchi QI ZHI, Huang bai vylučuje horko RE a vlhko SHI ze spodního ohniště XIA JIAO, Lian qiao vylučuje horko RE a odvádí vlhko SHI močením, Gan jiang stahuje vzbouřenou energii čchi QI NI a zahřívá střední ohniště ZHONG JIAO, uvolňuje zablokovaná játra GAN QI ZHI a utišuje bolest, Huo xiang uvolňuje vlhkost SHI, harmonizuje střední ohniště ZHONG JIAO, Shan zha odstraňuje stagnaci potravy JI SHI, Hou po uvolňuje stagnující energii čchi QI ZHI, přeměňuje vlhkost SHI a podporuje pohyb energie čchi QI ZHI, zahřívá a přeměňuje hlen TAN a stahuje vzbouřenou energii čchi QI NI dolů, Dang shen posiluje energii čchi QI XU a střední ohniště ZHONG JIAO a Zhi gan cao pak harmonizuje účinek 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 neúčinnější!
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 - Horko RE XU z nedostatečnosti jin YIN XU. Opatrně užívat v těhotenství - tzn. jen po dobu akutní fáze nemoci a ne déle než 1 měsíc. 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 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!