



**Yao**Medica<sup>®</sup>  
nalewki

OPIS  
WYBRANYCH  
ZIOŁOWYCH  
RECEPTUR

WERSJA 1.2023

## O FIRMIE

YaoMedica to młodsza siostra marki MycoMedica, która działa już od 2010 roku. Jej założycielem jest Milan Schirlo, który od 20 lat zajmuje się grzybami terapeutycznymi i Tradycyjną Chińską Medycyną.

Marka YaoMedica obejmuje szeroką gamę ziołowych nalewek alkoholowych, które inspirowane są recepturami Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, a ich podstawą są zioła i grzyby. Można w nich znaleźć między innymi: żeń-szeń, dzięgiel chiński, lukrecję, imbir, traganek błoniasty, piwonię chińską, rdest wielokwiatowy czy dereń lekarski.

Wszystkie te składniki już od wieków stosowane były jako wsparcie w leczeniu wielu dolegliwości.

Niektóre nalewki wzbogacone zostały chińskimi grzybami witalnymi takimi jak: Hericium, Reishi, Maitake czy Cordyceps.



**Czy wiesz, że inspiracją do stworzenia nalewek YaoMedica były najpopularniejsze receptury ziołowe stosowane w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej?**

Zobacz opisy najczęściej stosowanych receptur i zastosowanie ich składników.

## 001-XIAO YAO SAN

„Xiao Yao San” to jedna z najczęściej stosowanych receptur w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej. Dzięki zastosowanym ziołom takim jak dzięgiel chiński, piwonia biała czy przewiercień wspiera organizm w stanach napięcia oraz stresu.

Jej celem jest łagodzenie wahań nastroju, depresji i stanów lękowych oraz dolegliwości związanych z menopauzą takich jak zaburzenia snu, bóle głowy, suchość w ustach, nerwica i zmęczenie.

To klasyczna receptura do harmonizacji Wątroby i Śledziona. Zastój Wątroby i niedobór w Śledziona to prawdopodobnie dwa najczęstsze problemy współczesnego człowieka. Zbyt dużo skumulowanych emocji w Wątrobie może doprowadzić do jej przegrzania, co skutkuje między innymi zablokowaniem swobodnego przepływu Qi, Krwi i płynów. Może dojść wtedy do zastoju Qi, nagromadzenia napięcia w ciele i powstawania min. cyst, mięśniaków i guzów. Nadmiar energii w Wątrobie może również osłabić Qi Śledziona, co osłabia trawienie i zdolność do przekształcania pokarmu w Qi i Krew.



ROZBICIE OKÓW

## 001-XIAO YAO SAN

- wspomaga organizm w stanach napięcia, drażliwości oraz stresu,
- łagodzi depresję,
- wspiera w problemach z miesiączką (nieregularny cykl, napięcia i bóle),
- wspiera w stanach lękowych, niepokoju i w bezsenności
- niweluje objawy somatyzacji problemów nerwowych.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- wzmacnia Qi Śledziony (Pi Qi)
- uwalnia zastój Qi Wątroby (Gan Yu)
- odżywia Krew Wątroby i Serca (Gan Xin Xue)
- harmonizuje Wątrobę i Śledzionę (Gan i Pi)



ROZBICIE OKÓW

## 001-XIAO YAO SAN

Chai Hu - przewiercień, korzeń - *Radix bupleuri*  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - *Radix angelicae sinensis*  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - *Radix paeoniae alba*  
Bai Zhu - atraktylod wielkogłówkowy, kłącze - *Rhizoma atractylodis*  
Fu Ling - poria cocos, sklerota - *Sklerotium poriae*  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - *Radix glycyrrhizae*  
Bo He - mięta, liść - *Folium menthae*  
Sheng Jiang - imbir, kłącze - *Rhizoma zingiberis recens*  
He Huan Pi - mimoza czułek, kora - *Cort albizziae*



ROZBICIE OKÓW

## 005 - BI YAN WAN

„Bi Yan Wan”, to receptura Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, której zioła wspierają przy zapaleniu zatok (mają działanie przeciwzapalne i przeciwalergiczne). Jest szeroko stosowana w Chinach w celu utrzymania drożności jam nosowych.

Wykorzystane w mieszance zioła stosuje się przy różnym rodzaju kataru, infekcjach zatok i przy zatkany nosie.



WIATR W NOSIE

## 005 - BI YAN WAN

- wspiera przy zapaleniu zatok
- pomaga utrzymać drożność jam nosowych
- stosowany przy infekcjach zatok i przy zatkanym nosie

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- mają działanie przeciwzapalne i przeciwalergiczne



WIATR W NOSIE



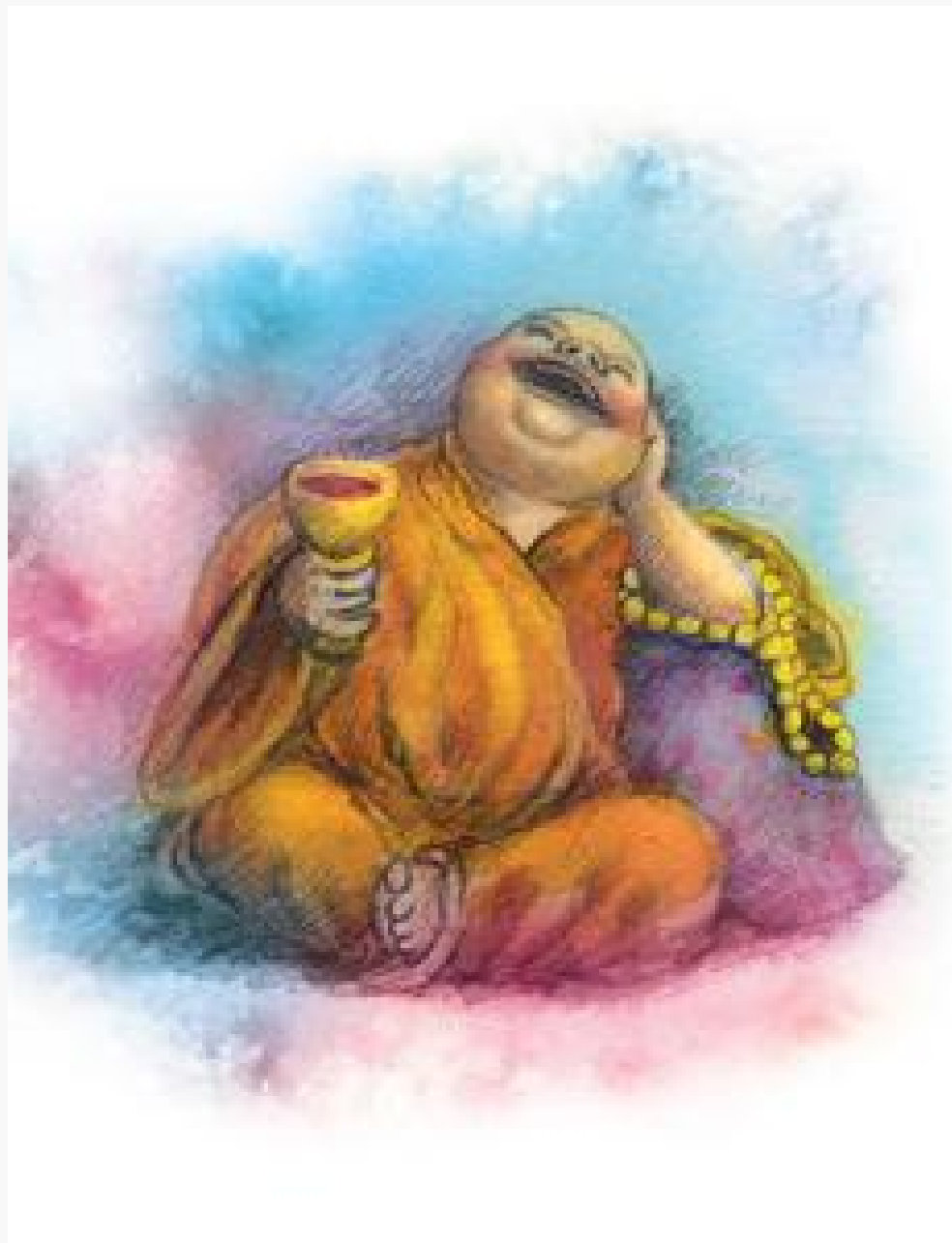
## 005 - BI YAN WAN

Cang Er Zi - rzepień syberyjski, owoc - Fructus xanthii  
Xin Yi Hua - magnolia, pąki - Flos magnoliae  
Fang Feng - ledebouriela, korzeń - Radix ledebouriellae  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fructus forsythiae  
Ye Ju Hua - złocień ogrodowy, kwiat - Flos chrysanthemi indicii  
Wu Wei Zi - cytryniec chiński, owoc - Fructus schisandrae  
Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Radix platycodi



WIATR W NOSIE

## 007-GE HUA JIE CHENG TANG



PIJANY MISTRZ

„Ge Hua Jie Cheng Tang”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na oczyszczanie organizmu z Wilgotnego Gorąca po spożyciu alkoholu i po zatruciu alkoholem.

Ta klasyczna mieszanka z XVII wieku, gdzie cesarskim ziołem jest Ge Hua - ponieważ ułatwia rozkład alkoholu i łagodzi nieprzyjemne skutki uboczne zatrucia alkoholem. Inne zioła pomagają wzmocnić śledzionę i osuszyć wilgoć, oraz regulują mechanizm Qi w środkowym obszarze ogrzewacza i pozwalają Qi żołądka ponownie opaść. Żeń-szeń pomaga wzmocnić śledzionę i uzupełnia Qi a pozostałe zioła usuwają wilgoć poprzez oddawanie moczu. Zastosowane w recepturze zioła pomagają radzić sobie z objawami Wilgotnego Gorąca, a także pomagają złagodzić nieprzyjemne bóle głowy, zawroty głowy, nudności, biegunki i wymioty.

## 007-GE HUA JIE CHENG TANG

- łagodzi nieprzyjemne skutki uboczne zatrucia alkoholem
- łagodzi nieprzyjemne bóle głowy, zawroty głowy, nudności, biegunki i wymioty

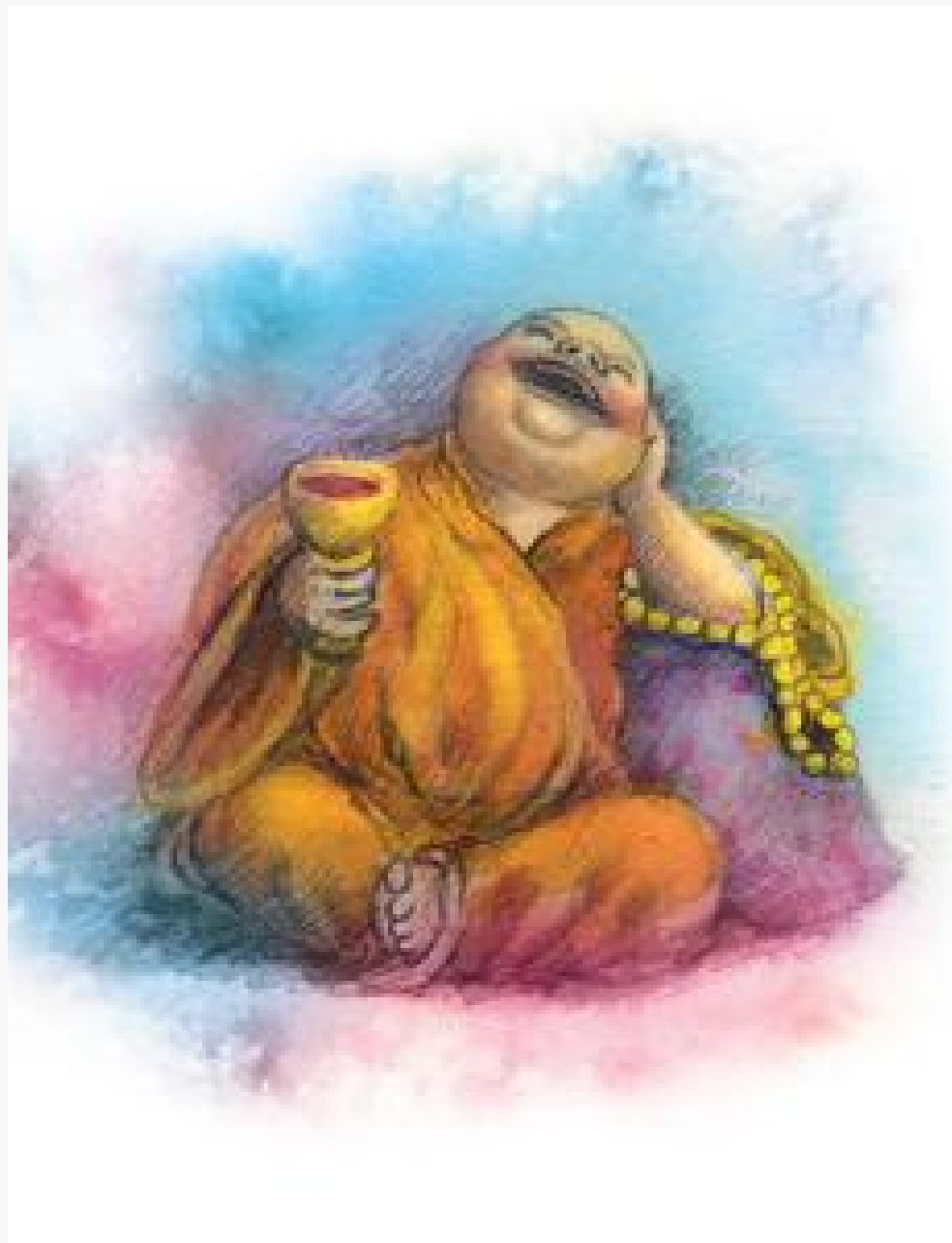
Działanie według Medycyny Chińskiej:

- wzmacnia Qi Śledziony
- pomaga osuszyć Gorącą Wilgoć



PIJANY MISTRZ

## 007-GE HUA JIE CHENG TANG



PIJANY MISTRZ

Qing Pi - mandarynka, niedojrzała kora - *Pericarpium citri reticulatae viride*

Mu Xiang - *Saussurea*, korzeń - *Radix aucklandiae*

Chen Pi - mandarynka, kora owocu - *Pericarpium citri reticulatae*

Ren Shen - żeń-szeń, korzeń - *Radix ginseng*

Zhu Ling - żagiew wielogłowa, sklerota - *Sclerotium polypori*

Shen Qu - massa fermentata - *Massa fermentata*

Ze Xie - żabieniec, babka wodna, kłącze - *Rhizoma alismatis*

Bai Zhu - atraktylod wielkogłówkowy, kłącze - *Rhizoma atractylodis*

Bai Dou Kou - *Amomi rotundus*, owoc - *Fructus amomi rotundus*

Ge Hua - opornik łatkowaty, kwiat - *Flos puerariae*

Sha Ren - amomi, owoc - *Fructus amomi*

Huang Lian - cynowód, kłącze - *Rhizoma coptidis*

Chuan Xiong - marchwica, kłącze - *Rhizoma ligustici*

Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - *Radix scutellariae*

## 008-SHU JING HUO XUE TANG



### UWOLNIENIE DRÓG

„Shu Jing Huo Xue Tang”, to receptura Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, której zioła mają przeciwbólowe i przeciwzapalne zastosowanie w takich dolegliwościach jak: ból mięśni i stawów, ból pleców promieniujący do kończyn dolnych, bóle nasilające się przy zmianie pogody i Wilgoć, reumatyzm, artroza, nerwoból i rwa kulszowa.

Połączenie ziół w tej mieszance skutecznie wzmacnia organizm, przełamuje już powstałe blokady oraz usuwa Wiatr i Wilgoć z organizmu. Taka kombinacja ziół działa przeciwbólowo, jednak nie tylko uśmierza ból, ale również usuwa jego przyczynę. Zazwyczaj są to stany, które nazwalibyśmy bólami reumatycznymi. Zasadniczo jest to inwazja zewnętrznego patogenu (w tym przypadku Wilgoci i Wiatru) do osłabionego wcześniej organizmu. Patogen w postaci Wiatru i Wilgoci blokuje krążenie energii Qi i Krwi w drogach, co powoduje ból. Stosując tę mieszankę należy unikać wilgotnej i zimnej pogody, a jednocześnie ograniczyć zimne potrawy.

## 008-SHU JING HUO XUE TANG

- działa przeciwbólowo i przeciwzapalnie
- stosowana na bóle mięśni, stawów i ból promieniujący do kończyn dolnych, oraz na bóle nasilające się przy zmianie pogody
- zastosowanie: reumatyzm, artroza, nerwoból i rwa kulszowa

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Wiatr i Wilgoć z organizmu, które blokują krążenie energii Qi i Krwi w meridianach,
- pomaga usunąć zastoje w meridianach.



UWOLNIENIE DRÓG

## 008-SHU JING HUO XUE TANG



UWOLNIENIE DRÓG

- Fang Feng - ledebouriela, korzeń - *Radix ledebouriellae*  
Qiang Huo - rhizoma notopterygii, kłącze - *Rhizoma notopterygii*  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - *Rhizoma ligustici*  
Sheng Di Huang - rehmania kleista, niepreparowany korzeń - *Radix rehmaniae*  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - *Radix angelicae sinensis*  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - *Radix paeoniae alba*  
Cang Zhu - atraktylód, kłącze - *Rhizom atractilodis*  
Niu Xi - grzebyk, korzeń - *Radix achyranthis*  
Long Dan Cao - goryczka wielkolistna, korzeń - *Radix gentianae*  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - *Radix angelicae dahuricae*  
Chen Pi - mandarynka, kora owocu - *Pericarpium citri reticulatae*  
Fu Ling - poria cocos, sklerota - *Sklerotium poriae*  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - *Radix glycyrrhizae*  
Ru Xiang - olibanum, gumożywice - *Resina olibanum (gummi olibanum)*  
Mo Yao - balsamowiec, gumożywice - *Resina myrrhae*  
Ji Xue Teng - Spatolob wyprostowany, korzeń, stonek - *Caulis milletiae seu spatholobi*

## 009-DU HUO JI SHENG TANG



WZMOCNIENIE WSPARCIA

„Du Huo Ji Sheng Tang” to mieszanka słynnego lekarza z dynastii Tang – Sun Si Miao, która przeznaczona jest przede wszystkim na bolesne zastoje (z powodu niedoborów Qi i Krwi – zwłaszcza Nerek i Wątroby), w okolicy lędźwiowej i krzyżowej, jak i w stawach. Najczęściej są to bóle wywołane zmianą pogody i czynnikami zewnętrznymi (nadmiar wilgoci, czy przewianie od wiatru), jak również poranne bóle od bezruchu, uczucie sztywności, reumatyzm i rwa kulszowa.

Ból jest spowodowany zablokowaniem dróg z powodu ataku zewnętrznych czynników klimatycznych – zwykle Zimnem, Wiatrem i Wilgocią. Dlatego bólem bardzo często reagujemy na zmiany pogody. To „zanieczyszczenie zewnętrzne” dostaje się do organizmu ponieważ Wątroba i Nerki są osłabione. Oprócz przewlekłych i często tępych bólów, odczuwamy również osłabienie w stawach biodrowych czy kolanowych. Poranna sztywność i uczucie ciężkości w dotkniętym obszarze to również częste objawy, które dominują bardziej niż sam ból.



## 009-DU HUO JI SHENG TANG

- pomaga na bóle w okolicy lędźwiowej i krzywej oraz w stawach
- stosowana jest na bóle wywołane zmianą pogody i czynnikami zewnętrznymi (Wilgoć, Wiatr),
- stosowana również na poranne bóle od bezruchu, uczucie sztywności, reumatyzm i rwę kulszową.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Według Medycyny Chińskiej zastosowane w mieszance zioła pomagają odżywić Krew i Qi, uzupełnić Nerki i Wątrobę oraz pozbyć się Wilgoci, Wiatru i Zimna.



WZMOCNIENIE WSPARCIA

## 009-DU HUO JI SHENG TANG



WZMOCNIENIE WSPARCIA

Du Huo - dzięgiel duhuo, korzeń - *Radix angelice pubescentis*

Qin Jiao - goryczka wielkolistna, korzeń - *Radix gentianae macrophyllae*

Fang Feng - ledebouriela, korzeń - *Radix ledebouriellae*

La Jiao Gen - papryczki Cayenne - *Radix capsici*

Sheng Di Huang - rehmania kleista, niepreparowany korzeń - *Radix rehmaniae*

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - *Radix angelicae sinensis*

Bai Shao - piwonia biała, korzeń - *Radix paeoniae alba*

Chuan Xiong - marchwica, kłącze - *Rhizoma ligustici*

Niu Xi - grzebyk, korzeń - *Radix achyranthis*

Rou Gui - cynamonowiec wonny, kora - *Cort cinnamomi*

Ren Shen - żeń-szeń, korzeń - *Radix ginseng*

Fu Ling - poria cocos, sklerota - *Sklerotium poriae*

Du Zhong - eukomia wiązowata, kora - *Cort eucommiae*

Sang Ji Sheng - gęzownik chiński, gałązka - *Loranthi ramulus*

Gan Cao - lukrecja, korzeń - *Radix glycyrrhizae*

## 010 - XIAO CHAI HU TANG

„Xiao Chai Hu Tang”, to klasyczna kompozycja Zhanga Zhong Jinga z początku III wieku, która stosowana jest zarówno w stanach ostrych spowodowanych atakiem zewnętrznych patogenów, jak i w stanach przewlekłych dotyczących narządów wewnętrznych.

Zastosowane w niej zioła pomagają pozbyć się ukrytego patogenu i różnych czynników chorobotwórczych od przeziębienia po stany zapalne, zaburzenie odporności i gorączki niewiadomego pochodzenia i borelie. Wykorzystywane są również w takich dolegliwościach jak: naprzemienne ciepło i zimno (gorączka i dreszcze), uczucie podwyższonej temperatury, suchość w gardle i pragnienie, kaszel zwłaszcza u dzieci, przewlekłe stany zapalne (głównie w układzie pokarmowym), wzdęcia, refluks, zgaga, nudności, wymioty, zaparcia, drażliwość, niepokój, wahania nastroju, zmęczenie i wyczerpanie.



OTWARCIE DRZWI

## 010 - XIAO CHAI HU TANG

- stosowana jest w takich dolegliwościach jak: zapalenie Wątroby, żółtaczką, kamienie żółciowe, zapalenie trzustki i nerek, grypa oraz zapalenie oskrzeli,
- na stany ostre spowodowane atakiem zewnętrznych patogenów jak i w stanach przewlekłych dotyczących narządów wewnętrznych.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Według medycyny chińskiej, zastosowane w mieszance zioła pomagają harmonizować Wątrobę i Śledzionę, usunąć patologiczne Gorąco, wspierają Qi Śledziony i przekształcają flegmę.



OTWARCIE DRZWI

## 010 - XIAO CHAI HU TANG

Chai Hu - przewiercień, korzeń - Radix bupleuri  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Radix scutellariae  
Yu Bai Fu - truciec, bulwa - Rhizoma typhonii  
Ren Shen - żeń-szeń, korzeń - Radix ginseng  
Da Zao - głożyna pospolita, owoc - Fructus jujubae  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Radix glycyrrhizae  
Sheng Jiang - imbir, kłącze - Rhizoma zingiberis recens



OTWARCIE DRZWI

## 011-SHE MU TANG

„She Mu Tang”, to tradycyjna receptura Medycyny Chińskiej, która stosowana jest w początkowej fazie ataku Gorącego Wiatru, zwłaszcza gdy towarzyszą im ból gardła i problemy z głosem (nawet utrata). Gdy nie udało się zatrzymać patogenu i wniknął on głębiej do płuc.

Stosowana jest przy ostrym kaszlu na początku infekcji i bólu gardła, przy kaszlu z odkrztuszaniem żółtego śluzu, trudnościach z głosem, przeciwzapalnie w okolicy górnych dróg oddechowych (zapalenie oskrzeli i płuc).

Działają również korzystnie na gardło przywracając głos. To złożona receptura przydatna w ostrych stanach i przewlekłych spowodowanych uciążliwym Gorącym.



DUDNIENIE GÓRY

## 011-SHE MU TANG

- stosowana na ból gardła i problemy z głosem (również u palaczy - nawet utrata głosu)
- przy ostrym i przewlekłym kaszlu z odkrztuszaniem żółtego śluzu
- działa przeciwzapalnie w okolicy górnych dróg oddechowych.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Gorąco z Płuc i zapobiega powstawaniu gorącej toksyny, która może objawiać się zapaleniem Płuc.
- pomaga zatrzymać kaszel, przekształca i wydalą Gorącą Flegmę oraz wyrzuca Gorący Wiatr z Płuc i je nawilża.
- Pomaga również usunąć Gorącą Flegmę, co objawia się odkrztuszaniem żółtej lub zielonej flegmy. Nie wysusza przy tym Płuc a je nawilża i zapobiega ich wysychaniu z powodu panującego Gorąca.
- przydatna we wspomaganiu leczenia kaszlu i strun głosowych po ostrych chorobach górnych dróg oddechowych, ponieważ przywraca prawidłowy mechanizm Qi na poziomie płuc oraz usuwa zalegający Gorąc i Flegmę.



DUDNIENIE GÓRY

## 011-SHE MU TANG



DUDNIENIE GÓRY

Ban Lan Gen - urzet barwierski, korzeń - *Radix isatidis*  
She Gan - belamkanda chińska, kłącze - *Rhizoma belamcandae*  
Bei Mu - szachownica, cebula - *Bulbus fritillariae cirrhosae*  
Gua Lou - gurdlina, nasienie - *Semen trichosanthis*  
Qian Hu - gorysz, korzeń - *Radix peucedani*  
Huang Qin - tarczyca bajkalska, korzeń - *Radix scutellariae*  
Bai Bu - stemona, korzeń - *Radix stemonae*  
Xing Ren - morela, nasienie - *Semen armeniacae*  
Qing Pi - mandarynka, niedojrzała kora - *Pericarpium citri reticulatae viride*  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - *Radix glycyrrhizae*  
Sang Bai Pi - morwa biała, kora korzenia - *Cort radicis mori*  
Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - *Radix platycodi*  
Pang Da Hai - *Sterculia lychnophora*  
Mu Hu Die - *Semen oroxyli*



## 015-JING FANG ER HAO TANG



ŁABĘDZIA SZYJA

„Jing Fang Er Hao Tang”, to receptura , której zioła pomagają uśmierzyć ból w górnej części pleców oraz uwolnić blokady w odcinku szyjnym kręgosłupa, mięśniach szyi i w ramionach. Celem zastosowanych ziół jest rozbicie zastoju Krwi, poruszenie Krwi i rozluźnienie ścięgien i więzadeł, dlatego dobrze się sprawdzają w takich dolegliwościach jak: sztywność odcinka szyjnego kręgosłupa lub górnej części pleców, niemożność obrócenia głowy, zapalenie stawu barkowego i zapalenie ścięgien barku.

Tradycyjna medycyna chińska uczy, że energia Qi przepływa przez ciało i płynie szlakami zwanymi meridianami. Czasami gdy ta ścieżka zostaje zablokowana, osoba postrzega tę blokadę jako ból. Istnieją pewne miejsca, takie jak odcinek szyjny kręgosłupa, gdzie ścieżki są naturalnie zwężone, a obszary te są bardziej podatne na blokady. Blokady mogą być spowodowane dużym wysiłkiem obciążonego obszaru, długotrwałym przeciążeniem, urazem, pracą przy komputerze, lub inwazją zewnętrznego patogenu, co może być przyczyną „zamrożonego barku”.

## 015-JING FANG ER HAO TANG



ŁABĘDZIA SZYJA

- pomaga uśmierzyć ból w górnej części pleców oraz uwolnić blokady w odcinku szyjnym kręgosłupa, mięśniach szyi i w ramionach
- dobrze się sprawdza w takich dolegliwościach jak: sztywność odcinka szyjnego kręgosłupa lub górnej części pleców, niemożność obrócenia głowy, zapalenie stawu barkowego i zapalenie ścięgien barku

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Celem zastosowanych ziół jest rozbicie zastoju Krwi oraz poruszenie Krwi

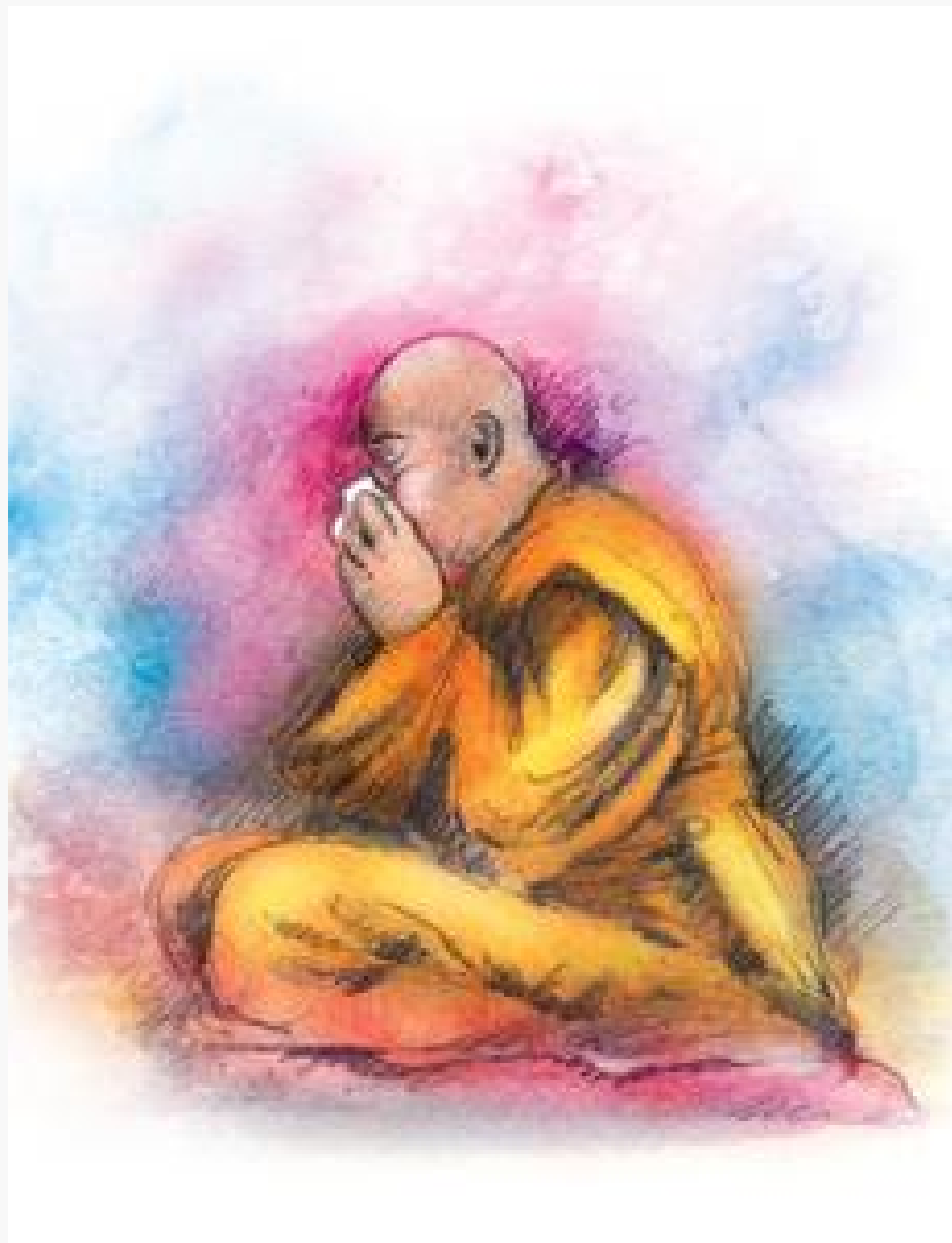
## 015-JING FANG ER HAO TANG



ŁABĘDZIA SZYJA

Ge Gen - opornik łatkowaty, korzeń - *Radix puerariae*  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - *Radix paeoniae alba*  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - *Radix glycyrrhizae*  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - *Rhizoma ligustici*  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - *Radix angelicae sinensis*  
Hong Hua - krokosz barwierski, kwiat - *Flos carthami tinctorii*  
Lu Lu Tong - ambrowiec, owoc - *Fructus liquidambaris*  
Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - *Radix salviae*  
Di Gu Pi - kolcowój, kora korzenia - *Cort radice lycii*  
Mu Gua - pigwowiec, owoc - *Fructus chaenomelis*  
Niu Xi - grzebyk, korzeń - *Radix achyranthis*  
Qiang Huo - rhizoma notopterygii, kłącze - *Rhizoma notopterygii*  
Qin Jiao - goryczka wielkolistna, korzeń - *Radix gentianae macrophyllae*  
Sang Ji Sheng - gęzownik chiński, gałązka - *Loranthi ramulus*  
Wu Jia Pi - eleuterokok, kora korzenia - *Cort radice acantopanacis*  
Xu Duan - szczęć, korzeń - *Radix dipsaci*  
Sheng Di Huang - rehmania kleista, niepreparowany korzeń - *Radix rehmaniae*  
Tao Ren - brzoskwinia zwyczajna, nasienie - *Semen persicae*  
Hu Sui Ben - kolendra siewna, nać - *Herba coriandri sativi*  
Jiang Huang - kurkuma długa, kłącze - *Rhizoma curcumae longae*

## 017-LIAN QIAO SAN GEN TANG

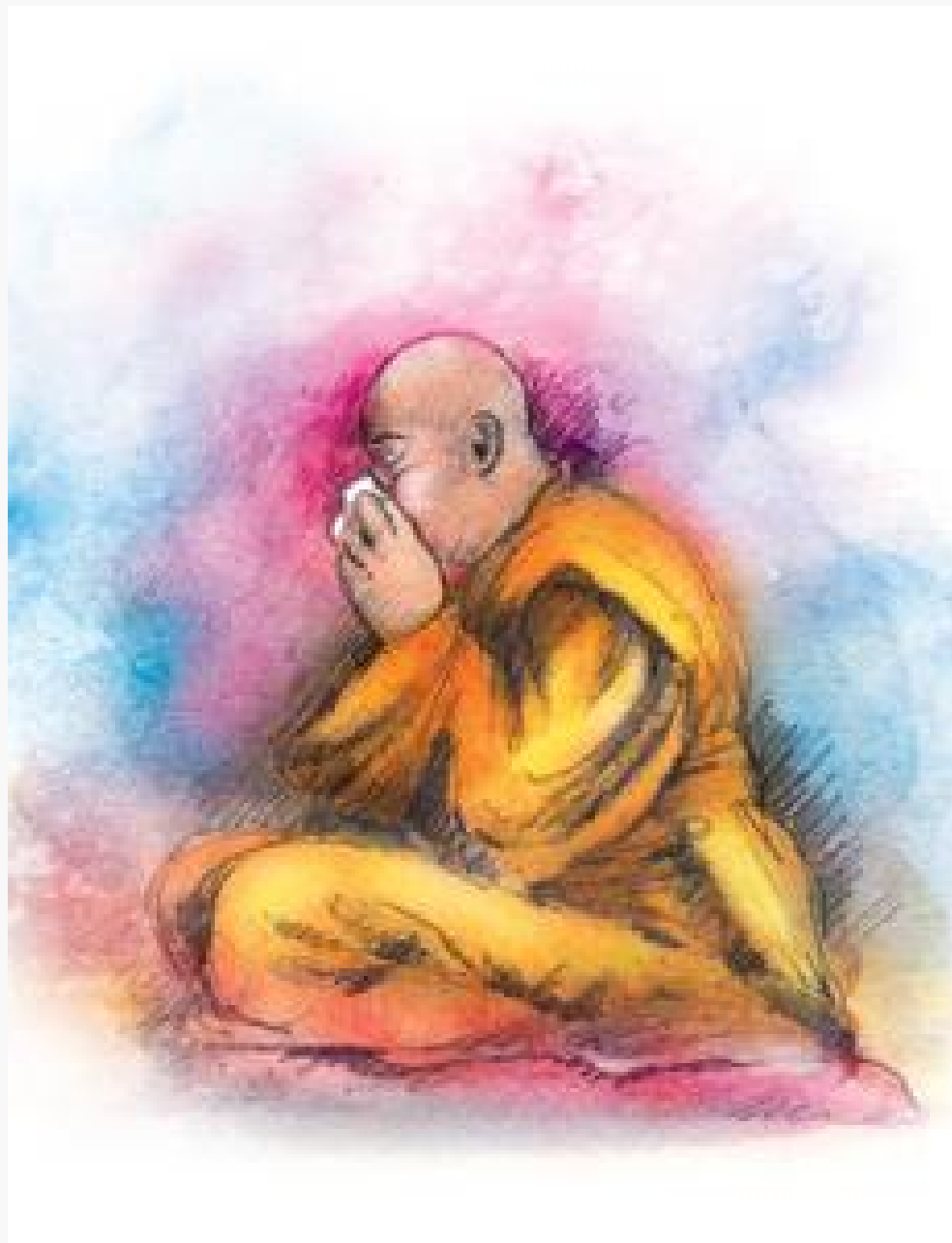


USUNIĘCIE TOKSYNY

„Lian Qiao San Gen Tang”, to receptura Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, której zioła pomagają usuwać toksyny powierzchniowe i Gorąc, dlatego radzą sobie z takimi dolegliwościami jak: stany zapalne gardła i krtani (obrzęki, zaczerwienienie, pieczenie, ból podczas przełykania, ostre infekcje), żółty do zielonego śluz w gardle i nosogardzieli, chrypka i trudności w mówieniu.

Dodatkowo pomagają nawilżyć błony śluzowe wysuszone gorącem i stanem zapalnym, pomagając w ten sposób w ich regeneracji i łagodzeniu bólu.

## 017-LIAN QIAO SAN GEN TANG



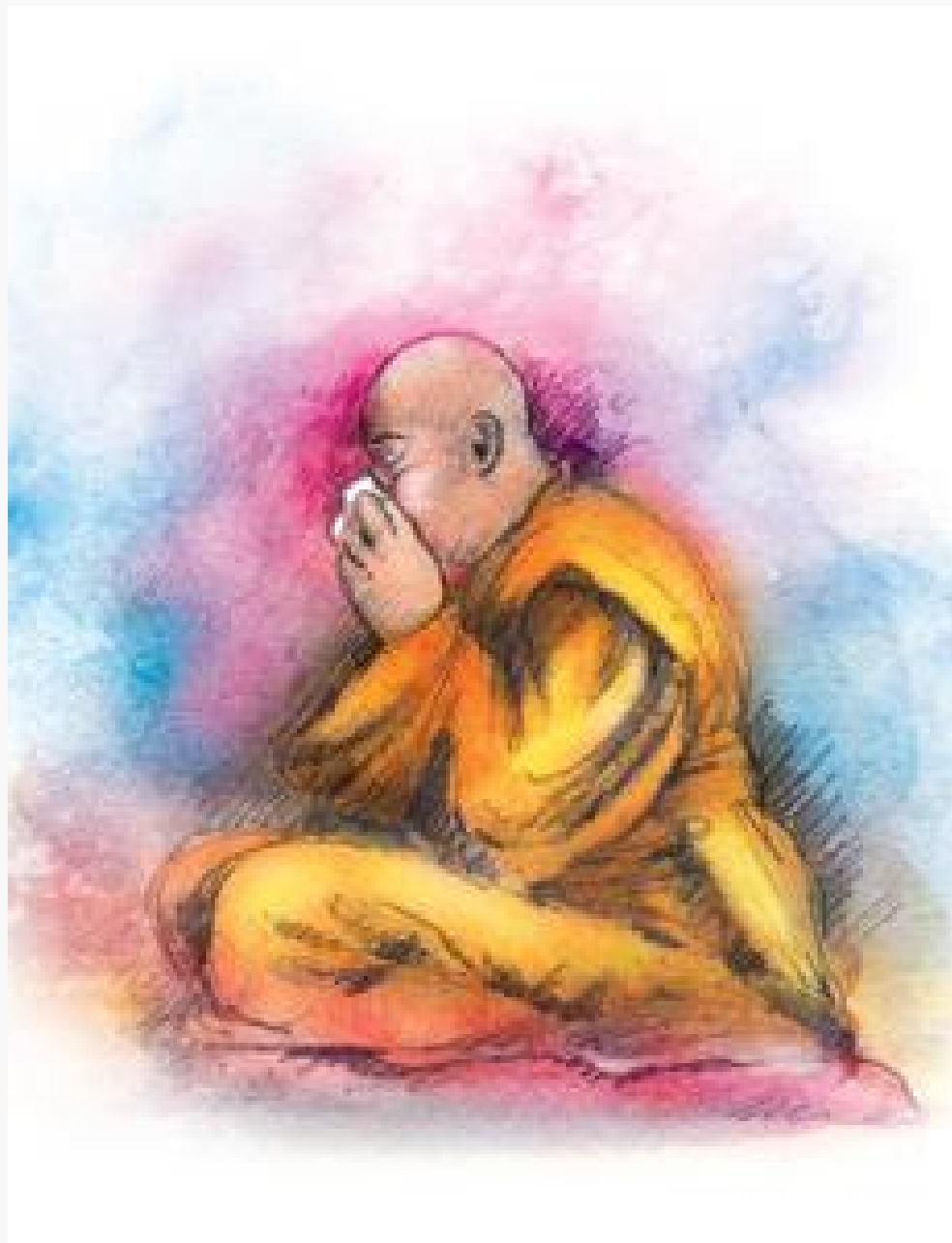
USUNIĘCIE TOKSYNY

- stosowana na: stany zapalne gardła i krtani (obrzęki, zaczerwienienie, pieczenie, ból podczas przełykania, ostre infekcje), żółty do zielonego śluz w gardle i nosogardzieli, chrypka i trudności w mówieniu
- pomaga nawilżyć błony śluzowe wysuszone gorącem i stanem zapalnym

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- zawarte w recepturze zioła pomagają usuwać toksyny powierzchniowe i Gorąc

## 017-LIAN QIAO SAN GEN TANG



Ban Lan Gen - urzet indygowca, korzeń - Radix isatidis  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fructus forsythiae  
Bai Zhu - atraktylod wielkogłówny, kłącze - Rhizoma atractylodis  
Dan Zhu Ye - Ziele lofateri wysmukłej, nać - Herba lophatheri  
Lu Gen - trzcina pospolita, kłącze - Rhizoma phragmitis  
Yu Xing Cao - pstrolistka sercowata, nać - Herba houttuyniae  
Jin Yin Hua - wiciokrzew japoński, kwiat - Flos lonicerae  
Ge Gen - opornik łatkowaty, korzeń - Radix puerariae  
Ju Hua - złocień wielokwiatowy, kwiat - Flos chrysanthemi morifolii  
Fang Feng - ledebouriela, korzeń - Radix ledebouriellae  
Bo He - mięta, liść - Folium menthae  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Radix glycyrrhizae

USUNIĘCIE TOKSYNY

## 018 - ZHEN ZHU AN CHUANG TANG

„Zhen Zhu An Chuang Tang”, to tradycyjna receptura Medycyny Chińskiej, która wspiera oczyszczanie skóry twarzy. Zawarte w niej zioła są stosowane na trądzik nietorbielowy, pryszcze, czarne kropki na twarzy i różne zmiany skórne na twarzy, które objawiają się zaczerwienieniem i swędzeniem (np. Zapalenie skóry na twarzy, egzema).

Jednym z głównych składników przepisu jest Zhen Zhu, czyli perłoródka rzeczna. Jeden z najświetniejszych starożytnych lekarzy medycyny chińskiej, Li Shi Zhen, napisał, że rozjaśnia ona i rozświetla skórę, wygładza zmarszczki i zmiękcza skórę. Zhen Zhu może usuwać Wilgotne Gorąco i toksyny ze skóry twarzy, rozjaśniając ją i nadając jej większą miękkość.



CZYSTOŚĆ PERŁY

## 018 - ZHEN ZHU AN CHUANG TANG

- wspiera oczyszczanie skóry twarzy,
- receptura stosowana na trądzik nietorbielowy, pryszcze, czarne kropki na twarzy i różne zmiany skórne na twarzy, które objawiają się zaczerwienieniem i swędzeniem (np. Zapalenie skóry na twarzy, egzema).

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usuwać Wilgotne Gorąco i toksyny ze skóry twarzy, rozjaśniając ją i nadając jej większą miękkość.



CZYSTOŚĆ PERŁY



## 018 - ZHEN ZHU AN CHUANG TANG



CZYSTOŚĆ PERŁY

Zhen Zhu Mu - perłoródka rzeczna (słodkowodna) - Concha margaritiferae

Pu Gong Ying - mniszek lekarski, nać - Herba taraxaci

Jin Yin Hua - wiciokrzew japoński, kwiat - Flos lonicerae

Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fructus forsythiae

Zi Hua Di Ding - fiołek trójbarwny, nać - Herba violae

Ye Ju Hua - złocień ogrodowy, kwiat - Flos chrysanthemi indici

Chi Shao - piwonia chińska, korzeń - Radix paeoniae rubra

Mu Dan Pi - piwonia drzewiasta, kora korzenia - Cort moutan radiceis

Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - Radix salviae

Di Fu Zi - mietelnik żakula, owoc - Fructus kochiae scopariae

Bei Sha Shen - radix glehniae, korzeń - Radix glehniae

## 019-SHAO FU ZHU YU TANG

„Shao Fu Zhu Yu Tang”, to receptura której zioła stosowane są w celu regulacji miesiączki, pozbycia się bólu, ogrzania doleń części ciała, aktywowania krążenia krwi i likwidacji zastoju Krewi z powodu Zimna.

Dlatego wykorzystywane są w takich dolegliwościach jak: dyskomfort, ucisk i ból w podbrzuszu w trakcie miesiączki oraz przed miesiączką, nieregularne, przedłużone lub przerywane miesiączki, ciemna krew menstruacyjna ze skrzepami, uczucie zimna w dolnej części brzucha, wyczuwalne masy (obecność torbieli, mięśniaków) w dolnej części brzucha i endometrioza.

Ponieważ Zimno wszystko zatrzymuje. Spowalnia również przepływ Qi i krwi w naczyniach krwionośnych. Dlatego tkanka macicy nie jest wystarczająco odżywiona, a kobieta na przykład nie może nawet zająć w ciążę. Krew zatrzymuje się i tworzy zastoje, które później mogą objawiać się mięśniakami. Zastojom zawsze towarzyszy jakaś forma bólu lub napięcia. Rozwiązaniem jest poruszenie krwi, przekształcenie blokad, ogrzanie podbrzusza i powstrzymanie bólu.



ZIMNA ZIEMIA

## 019-SHAO FU ZHU YU TANG

- pomaga przy bólach związanych z miesiączką, pomaga ją wyregulować i ogrzać dolną część podbrzusza,
- stosowana na ucisk i ból w podbrzuszu, ciemną krew menstruacyjną ze skrzepami, endometriozę

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- wspiera w likwidacji zastoju Krwi z powodu Zimna



ZIMNA ZIEMIA

## 019 - SHAO FU ZHU YU TANG

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - *Radix angelicae sinensis*  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - *Rhizoma ligustici*  
Chi Shao - piwonia chińska, korzeń - *Radix paeoniae rubra*  
Pu Huang - pałka, pyłek roślin męskich - *Pollen typhae*  
Hu Sui Ben - kolendra siewna, nać - *Herba coriandri sativi*  
Gan Jiang - imbir, kłącze - *Rhizoma zingiberis*  
Xiao Hui Xiang - koper włoski, owoc - *Fructus foeniculi*  
Rou Gui - cynamonowiec wonny, kora - *Cort cinnamomi*  
Mo Yao - balsamowiec, gumożywice - *Resina myrrhae*



ZIMNA ZIEMIA

## 020-ZAN YU TANG

„Zan Yu Tang”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na uzupełnienie niedoboru Esencji Nerek i rozgrzanie jego Yang. Pomagają również uzupełnić Qi i Krew.

Dzięki temu wspierają w takich dolegliwościach jak: problemy z zajściem w ciążę, nawracające poronienia w pierwszych tygodniach ciąży, słaba lub opóźniona miesiączka, dreszcze, zimne kończyny, bladość, zmęczenie, zawroty głowy, częste oddawanie moczu, nocne oddawanie moczu, niepłodność, endometrioza, policystyczne jajniki (PCOS), zaburzenia erekcji do impotencji, przewlekły ból pleców, niedoczynność tarczycy.

Jedną z częstych przyczyn niepłodności u kobiet (i mężczyzn) jest niedobór Esencji i Yang Nerek – macica i jajniki są niedożywione, a ponadto zimne. Ogień, który należy do Nerek i ogrzewa wszystkie tkanki i płyny w ciele, jest po prostu słaby. Kobieta jest zmęczona, wyziębiona, ma zimne dłonie i stopy i nie może zajść w ciążę.



OGRZANIE KOMNATY

## 020-ZAN YU TANG

- wspiera przy problemach z zajściem w ciążę i nawracających poronieniach
- stosowana na słabą lub opóźniającą się miesiączkę, dreszcze i zimne kończyny, bladość, zmęczenie i zawroty głowy, nocne oddawanie moczu, policystyczne jajniki, przewlekły ból pleców i niedoczynność tarczycy.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- składniki ukierunkowane są głównie na uzupełnienie niedoboru Esencji Nerek i rozgrzanie jego Yang. Pomagają również uzupełnić Qi i Krew
- Zan Yu Tang nie tylko pomaga uzupełnić krew i esencje, rozgrzewa yang nerek, ale zawiera również zioła, które dodatkowo dynamizują wnętrze, zarówno ogrzewając, jak i uzupełniając Qi. Receptura ta uzupełnia i rozgrzewa wszystko, a tym samym harmonizuje również ogólne yang i yin w ciele.



OGRZANIE KOMNATY

## 020-ZAN YU TANG



### OGRZANIE KOMNATY

Suo Yang - Herba cynomorii

Yin Yang Huo - epimedium, ziele - Herba epimedii

Xian Mao - czerwona trawa cytrynowa, Rhizoma curculiginis

Du Zhong - eukomia wiązowata, kora - Cort eucommiae

Shan Zhu Yu - dereń lekarski, owoc - Fructus corni

She Chuang Zi - selernica - Cnidium monnerii

Lu Ti Gen - Radix pyrolae

Rou Gui - cynamonowiec wonny, kora - Cort cinnamomi

Shu Di Huang - rehmania kleista, preparowany korzeń - Radix rehmaniae preparata

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Radix angelicae sinensis

Gou Qi Zi - kolcowój, owoc - Fructus lycii

Bai Zhu - atraktylod wielkogłówkowy, kłącze - Rhizoma atractylodis

Sha Yuan Zi - Semen astragali complanati

Ren Shen - żeń-szeń, korzeń - Radix ginseng

Ba Ji Tian - morinda lekarska, korzeń - Radix morindae

Fu Pen Zi - jeżyna, owoc - Fructus rubi

Ding Xiang - goździk, pączek - Flos caryophylli aromatici

## 022-HAI ZI QI TANG



ODZYSKANIE GŁOSU

„Hai Zi Qi Tang”, to receptura której składniki według medycyny chińskiej stosowane są w problemach z głosem i gardłem. Pomagają uwolnić i poruszyć energię Płuc, nawilżyć je, przekształcić zalegający Śluz i usunąć patologiczne Ciepło z Płuc.

Dlatego stosowane są na takie dolegliwości jak: utrata głosu z powodu nadmiernego wysiłku głosowego, osłabione struny głosowe, drapanie i suchość w gardle, kaszel z zablokowania energii Płuc, suchy kaszel.

Orzechy Malwy znane są ze swoich właściwości leczniczych i zapobiegawczych na ból gardła.



## 022-HAI ZI QI TANG

- pomaga przywrócić głos,
- nawilża płuca,
- stosowana przy suchości w gardle, drapania i suchym kaszlu.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga poruszyć energię Płuc i je nawilżyć,
- pomaga przekształcić zalegający Śluz i usunąć patologiczne Ciepło z Płuc.



ODZYSKANIE GŁOSU

## 022-HAI ZI QI TANG

Mu Hu Die - Semen oroxyli  
Pang Da Hai - Orzechy Malwy - Sterculia lychnophora  
Chen Pi - mandarynka, kora owocu - Pericarpium citri reticulatae  
He Zi - migdałecznik chebułowiec, owoc - Fructus terminaliae  
chebulae



ODZYSKANIE GŁOSU

## 023 - WEN JING TANG

Wen Jing Tang to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na problemy z bolesnymi miesiączkami z powodu Zimna, problemy z płodnością, nieregularną miesiączkę lub jej brak i krwawienie z macicy poza cyklem, ból i uczucie zimna w dolnej części ciała (również plecy i kończyny dolne), wzdęcia, suchość ust.

Zastosowane w niej zioła pomagają rozproszyć Zimno, rozgrzać macicę, ochłodzić patologiczne gorąco, rozbić zastój Krwi w dolnym ogrzewaczu, złagodzić bóle menstruacyjne spowodowane Zimnem i odżywić Krew. (Brak krwi również przyczynia się do bólu, który wraz z zimnem jest przyczyną zastoju.)



ZAGRZANIE CIEKU

## 023-WEN JING TANG

- wspiera w problemach z bolesnymi miesiączkami i przy nieregularnej miesiączce
- stosowana przy bólach i uczuciach zimna w dolnej części ciała

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga rozproszyć Zimno, ogrzać macicę, rozbić zastój Krwi w dolnym ogrzewaczu, odżywić Krew oraz złagodzić bóle menstruacyjne spowodowane Zimnem.



ZAGRZANIE CIEKU

## 023 - WEN JING TANG

Wu Zhu Yu - Fructus evodiae

Gui Zhi - skořicovník čínský, větvička - Ramulus cinnamomi

Dang Gui - děhel čínský, kořen - Radix angelicae sinensis

Chuan Xiong - koprníček Wallichův, oddenek - Rhizoma ligustici

Bai Shao - pivoňka mléčnokvětá, kořen - Radix paeoniae alba

Dang Shen - pazvonek chloupkatý, kořen - Radix codonopsis  
pilosulae

Mai Men Dong - ofiopogon japonský, kořen - Radix ophiopogonis

Mu Dan Pi - pivoňka polokřovitá, kůra kořene - Cort moutan radiceis

Yu Bai Fu - Rhizoma typhonii

Gan Cao - lékořice, kořen - Radix glycyrrhizae



ZAGRZANIE CIEKU

## 033 - CHUAN XIN LIAN KANG YAN



SMOCZY ODDECH

„Chuan Xin Lian Kang Yan”, to receptura Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, której zioła stosowane są do usuwania toksycznego Gorąca i Wiatru, które atakuje zewnętrzne warstwy organizmu wywołujące takie dolegliwości jak: ból gardła, kaszel, opuchnięte migdałki, lekka gorączka, katar z żółtą wydzieliną (zapalenie zatok), zapalenie spojówek i opryszczka.

Również mają swoje zastosowanie w fazie początkowej infekcji wirusowych i bakteryjnych takich jak dusznica bolesna i grypa, kiedy objawy nie są jeszcze bardzo wyraźne (np. Typowym objawem jest ból gardła).

## 033 - CHUAN XIN LIAN KANG YAN



SMOCZY ODDECH

- stosowana na ból gardła, kaszel, opuchnięte migdałki, lekką gorączkę, katar z żółtą wydzieliną (zapalenie zatok), zapalenie spojówek
- stosowane są w fazie początkowej infekcji wirusowych i bakteryjnych takich jak dusznica bolesna i grypa (pojawia się np. ból gardła).

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- zastosowane w recepturze zioła rozpraszają Wiatr i Gorąc oraz usuwają toksyczne Gorąco.

## 033 - CHUAN XIN LIAN KANG YAN



SMOCZY ODDECH

Chuan Xin Lian - brodziuszka wiechowata, nać - Herb. andrographitis paniculatae

Pu Gong Ying - mniszek mongolski, nać - Herb. taraxaci

Xia Ku Cao - głowienka pospolita, nać z kwiatostanem - Herb. prunella vulgaris spica

Bai Hua She She Cao - roślina rozłożysta, nać - Herb. hedyotis diffusa



## 034-YOU GUI WAN JIA JIAN



SIŁA JELENIA

You Gui Wan Jia Jian to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na wspomaganie funkcji seksualnych oraz zwiększenie libido i płodności, zarówno u mężczyzn jak i u kobiet.

Zastosowane w recepturze zioła pomagają ogrzać i uzupełnić Yang Nerek (ogrzewa wszystkie tkanki i płyny ciała) dlatego mogą być stosowane przy takich dolegliwościach jak: spadek libido, impotencja, problemy z erekcją i płodnością, zmniejszona ilość plemników oraz ich słaba ruchliwość, przedwczesny wytrysk, zimne kończyny, częste oddawanie moczu, osłabienie bioder i kolan, obrzęk wokół kostek, biała wydzielina u kobiet, słabe trawienie i lepkie stolce oraz zmęczenie.

## 034-YOU GUI WAN JIA JIAN



SIŁA JELENIA

- wspomaga funkcje seksualne i pomaga zwiększyć libido oraz płodność u mężczyzn i kobiet
- stosowana przy spadku libido, impotencji, problemach z erekcją i płodnością, przy przedwczesnym wytrysku, zimnych kończynach, częstym oddawaniu moczu, osłabionych biodrach i kolanach, obrzękach wokół kostek, białej wydzielinie u kobiet i biegunkach.

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga ogrzać i uzupełnić Yang Nerek

## 034-YOU GUI WAN JIA JIAN



SIŁA JELENIA

Di Huang - rehmannia glutinosa, zmodyfikowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Tu Si Zi - kanianka chińska, nasienie - Sem. cuscutae

Gou Qi Zi - kolcowój chiński, owoc - Fruc. lycii

Shan Zhu Yu - dereń japoński, owoc - Fruc. corni

Fu Pen Zi - jeżyna, owoc - Fruc. rubi

Ba Ji Tian - morinda lekarska, korzeń - Rad. morindae

Yin Yang Huo - epimedium, nać - Herb. epimedii

Xian Mao - Rhiz. curculiginis

She Chuang Zi - selernica - Cnidium monnerii

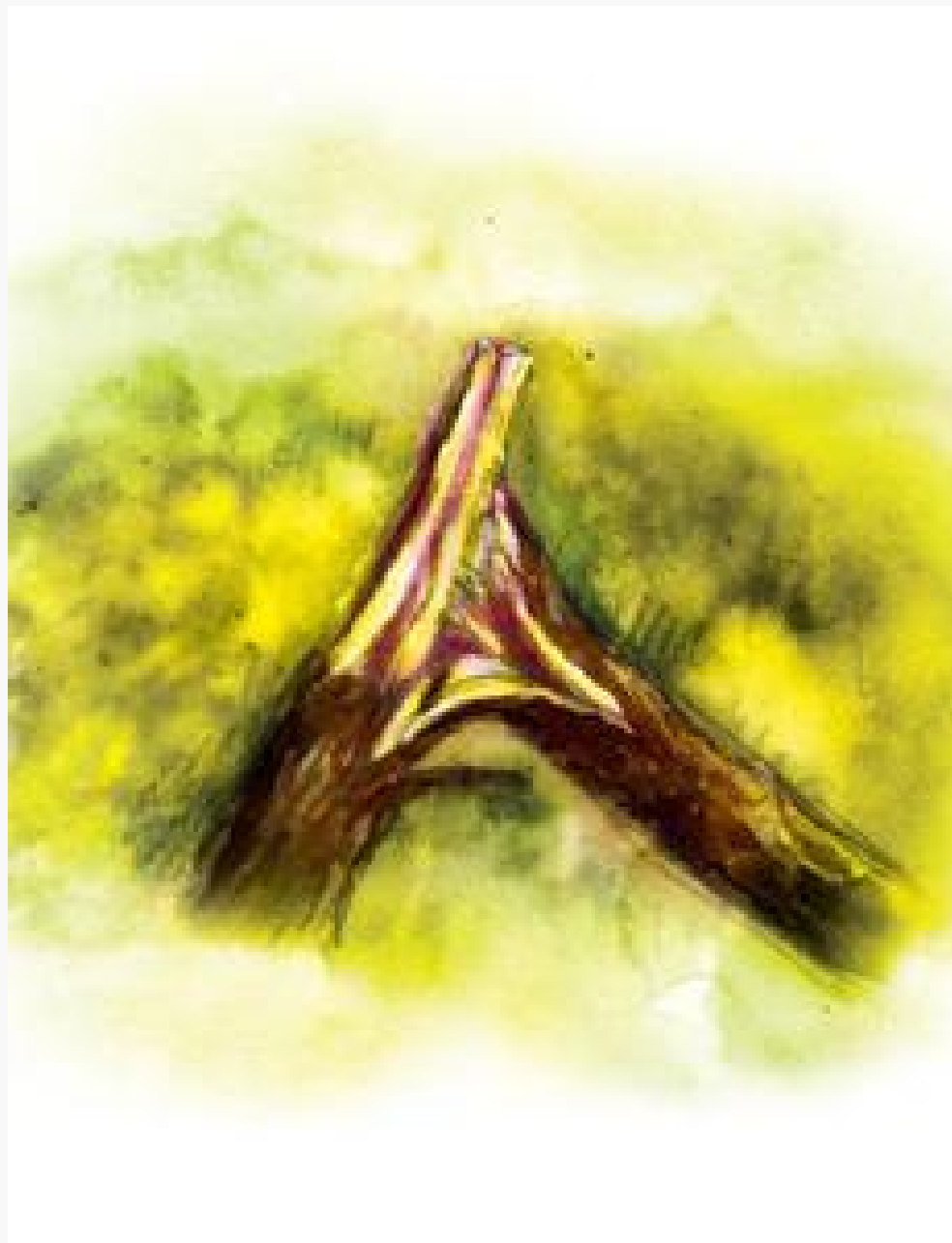
Rou Gui - cynamonowiec, kora - Cort. cinnamomi

Lu Ti Gen - Rad. pyrolae

## 035 - GU SUI BU WAN

Gu Sui Bu Wan to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na „naprawianie złamanych kości”. Pomagają w leczeniu ogólnych urazów takich jak: urazy ścięgien, siniaki, skręcenia, ból i zakwasy po urazach oraz obrzęki. Zawarte w mieszance zioła pomagają poruszyć krew, uzupełnić ją i wzmocnić ruch tkanek (zwłaszcza ścięgien).

Zioła te można również stosować profilaktycznie, gdy wiadomo, że czeka nas zabieg na kościach i ścięgnach (usuwanie metalu po operacjach złamań, artroskopii itp.). Sprawdza się wyjątkowo dobrze przy zakładaniu implantów dentystycznych do kości. W celu stosowania zapobiegawczego zalecamy przyjmowanie go dzień przed zabiegiem, pomijając poranną dawkę w dniu zabiegu i przyjmowanie tylko wieczorem, następnie przyjmowanie przez 3-4 tygodnie (do zagojenia się kości). Zaleca się używanie ich przez co najmniej taką długość, nawet po kontuzjach.



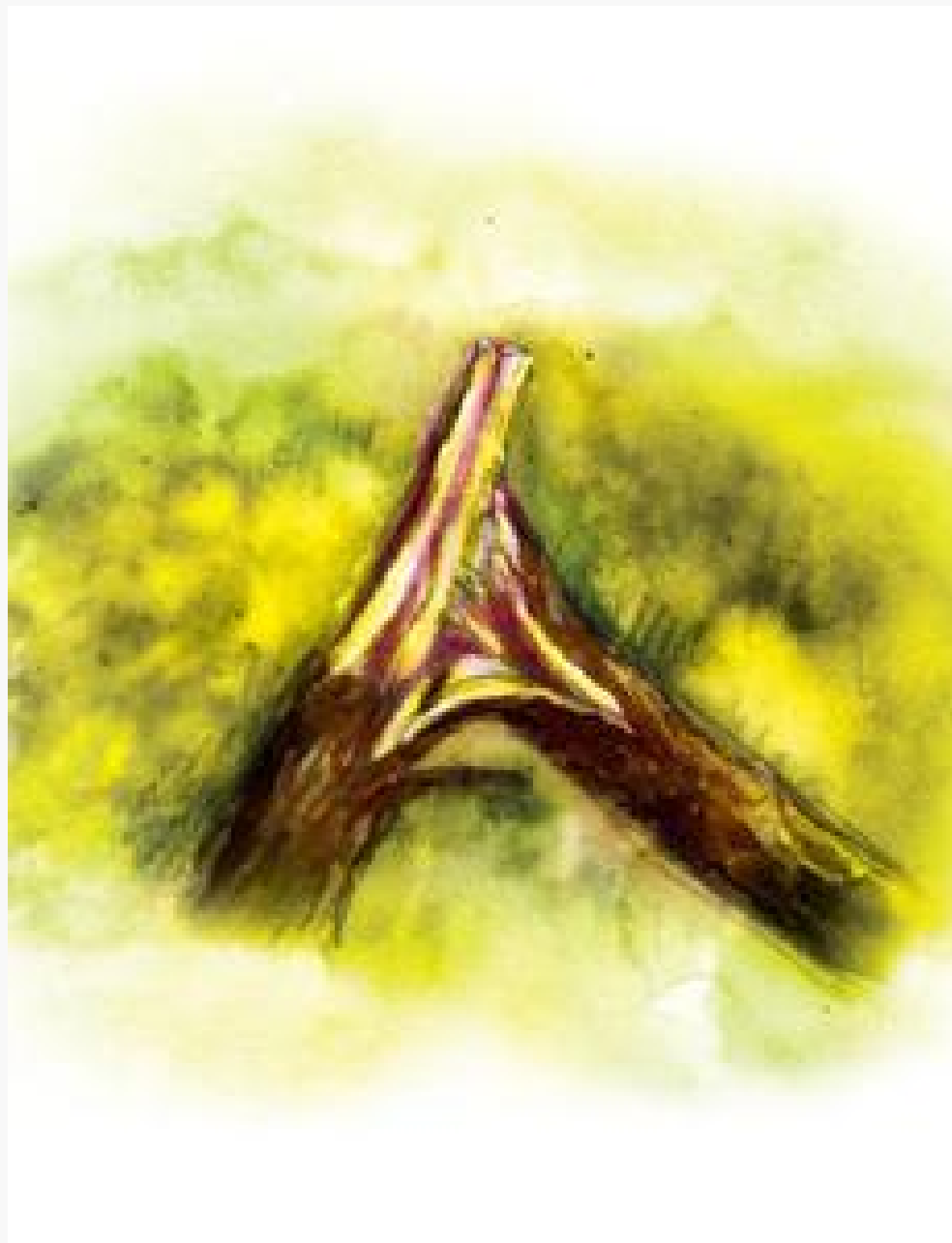
PĘKNIĘTA GAŁĄŹ

## 035-GU SUI BU WAN

- wspiera w leczeniu takich urazów ścięgien, siniaków, skręceń, zakwasów i obrzęków

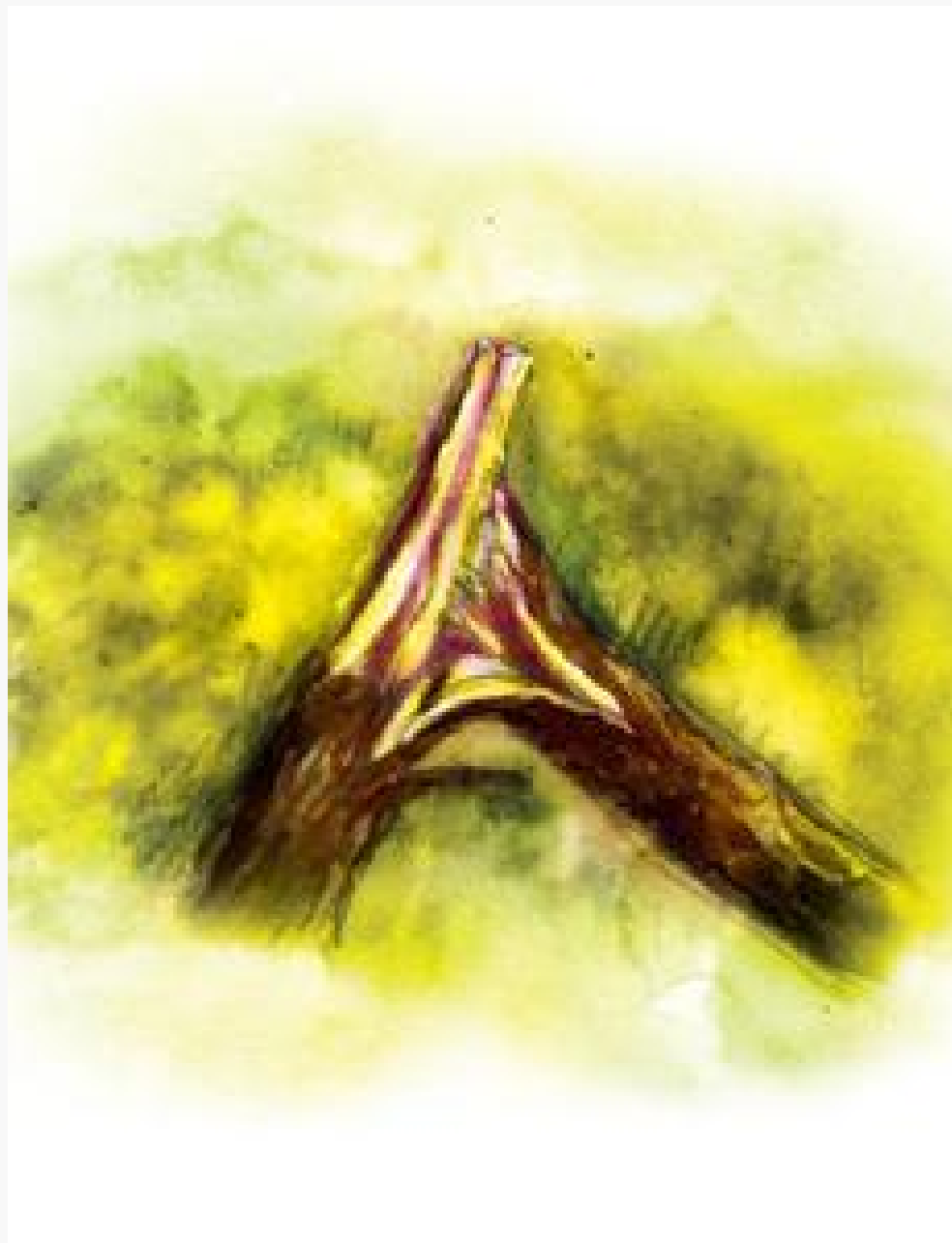
Działanie według Medycyny Chińskiej:

- zawarte w recepturze zioła pomagają poruszyć Krew, uzupełnić ją



PĘKNIĘTA GAŁĄŹ

## 035 - GU SUI BU WAN



PĘKNIĘTA GAŁĄŹ

San Qi - panax notoginseng, korzeń - Rad. pseudoginseng  
Ru Xiang - kadzidłowiec Cartera, klejożywice - Res. olibanum (gummi olibanum)  
Mo Yao - balsamowiec, klejożywice - Res. myrrhae  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Ji Xue Teng - łodyga spatoloba wyprostowanego - Caulis milletiae seu spatholobi  
Shen Qu - drożdże lecznicze - Massa fermentata  
Sang Ji Sheng - taxillus chinensis, gałązka - Loranthi ram.  
Xu Duan - szczęć, korzeń - Rad. dipsaci  
Gu Sui Bu - drynaria fortunei, kłącza - Rhiz. drynariae  
He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

## 039-TIAN WANG BU XIN DAN



NIEBIAŃSKA CESARZOWA

„Tian Wang Bu Xin Dan”, to klasyczna receptura medycyny chińskiej, której składniki ukierunkowane są głównie na odżywienie Yin Serca i Nerek oraz uspokojenie emocji.

Dlatego pomagają w takich dolegliwościach jak: kołatanie serca z lękiem często po położeniu się spać, niepokój i drażliwość, nocne poty na klatce piersiowej, uderzenia gorąca, problemy ze snem i wybudzenie w nocy, przepracowanie psychiczne, zapominanie, suchość w gardle i ustach, skłonności do zaparć, nadciśnienie, choroba niedokrwienna serca, nadczynność tarczycy, niestabilność emocjonalna i menopauza.

Receptura ta stworzona została w celu leczenia niedożywienia serca i nerek przy braku yin i krwi. Brak substancji yin może prowadzić do wzmożonej aktywności yang, która traci swoje korzenie w yin i unosi się w postaci pustego gorąca. Zaburza następnie duszę Shen i prowadzi do powyższych objawów.

## 039-TIAN WANG BU XIN DAN



NIEBIAŃSKA CESARZOWA

- pomaga w takich dolegliwościach jak: kołatanie serca z lękiem często po położeniu się spać, niepokój i drażliwość, nocne poty na klatce piersiowej, uderzenia gorąca, problemy ze snem i wybudzenie w nocy, przepracowanie psychiczne, zapominanie, suchość w gardle i ustach, skłonności do zaparć, nadciśnienie, choroba niedokrwienna serca, nadczynność tarczycy, niestabilność emocjonalna.
- Często są to stany związane z menopauzą u kobiet i andropauzą u mężczyzn, kiedy poziom yin w organizmie naturalnie spada.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- składniki ukierunkowane są głównie na odżywienie Yin Serca i Nerek oraz uspokojenie emocji
- Receptura ta stworzona została w celu leczenia niedożywienia serca i nerek przy braku yin i krwi.



## 039-TIAN WANG BU XIN DAN



NIEBIAŃSKA CESARZOWA

Di Huang - rehmannia glutinosa, niezmodyfikowany korzeń - Rad. rehmaniae

Xuan Shen - trędownik, korzeń - Rad. scrophulariae ningpoensis

Mai Men Dong - konwalnik japoński, korzeń - Rad. ophiopogoni

Tian Men Dong - szaparag cochinchinensis, bulwa - Tub. asparagi cochinchinensis

Dang shen - dzwonkowiec kosmaty, korzeń - Rad. codonopsis pilosulae

Fu Ling - poria kokosowa, sklerocjum - Skler. poriae

Wu Wei Zi - cytryniec chiński, owoc - Fruc. schisandrae

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis

Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - Rad. salviae

Bai Zi Ren - biota wschodnia, nasienie - Sem. biotae orientalis

Suan Zao Ren - głożyzna pospolita, nasienie - Sem. ziziphi spinosae

Yuan Zhi - krzyżownica, korzeń - Rad. polygalae tenuifoliae

Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. platycodi

Shi Chang Pu - tatarak trawiasty, kłącza - Rhiz. acori

## 041-TE XIAO BI MIN GAN WAN

Te Xiao Bi Min Gan Wan to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na wodnisty katar i ciągle zatknięte zatoki w wyniku reakcji alergicznej.

Zawarte w niej zioła pomagają usunąć Gorący Wiatr z dróg oddechowych, wspierają Qi Płuc, otwierają kanały nosowe, usuwają Wilgoć i Wilgotne Gorąco, oczyszczają Ognistą toksynę i przekształcają Flegmę. Dlatego wykorzystywane są w takich dolegliwościach jak: wodnisty katar, kichanie, zatknięty nos i zatoki, swędzenie lub pieczenie oczu, nadmierne łzawienie, ból głowy i zatok, katar w wyniku reakcji alergicznej i inne objawy alergicznego nieżytu nosa.

Receptura zalecana jest szczególnie w okresie wiosennym na alergiczny nieżyt nosa i problemy z nim związane.



NEFRYTOWY WELON

## 041-TE XIAO BI MIN GAN WAN



NEFRYTOWY WELON

- stosowana na: wodnisty katar, kichanie, zatkany nos i zatoki, swędzenie lub pieczenie oczu, nadmierne łzawienie, ból głowy i zatok, katar w wyniku reakcji alergicznej i inne objawy alergicznego nieżytu nosa.
- można ją stosować również w przypadku „normalnego” kataru, zwłaszcza jeśli czujemy, że coś „siedzi nam w zatokach”.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Gorący Wiatr z dróg oddechowych, wspiera Qi Płuc, usuwa Wilgoć i Wilgotne Gorąco
- oczyszcza Ognistą Toksynę i przekształca Flegmę
- Zastosowane zioła, bardzo dobrze działają na Wilgoć i Gorącą Toksynę – która objawia się „zatkaniem zatok” lub ich stanem zapalnym. Wydzielina zmienia kolor z żółtego na zielony, pojawia się gęsty katar, ból zatok i ogólne bóle głowy.

## 041-TE XIAO BI MIN GAN WAN



NEFRYTOWY WELON

Cang Er Zi - rzepień syberyjski, owoc - Fruc. xanthii  
Xin Yi Hua - magnolia, pąki - Flos magnoliae  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fruc. forsythiae  
Jin Yin Hua - wiciokrzew japoński, kwiat - Flos Ionicerae  
Gao Ben - ligusticum sinense, korzeń z kłączkami - Rhiz. et rad. ligustici  
Pu Gong Ying - mniszek mongolski, nać - Herb. taraxaci  
Chuan Xiong - ligusticum wallichii, kłącza - Rhiz. ligustici  
Man Jing Zi - vitex rotundifolia, owoc - Fruc. viticis  
Huo Xiang - agastache rugosa, nać - Herb. agastachis

## 043-SHI WEI WEN DAN TANG



BOJAŻLIWA SARNA

„Shi Wei Wen Dan Tang”, to receptura której zioła wspomagają psychikę i dodają odwagi w podejmowaniu decyzji. Są one wykorzystywane przy nieśmiałości, braku odwagi, uczuciu niepewności i strachu, kołataniu serca, niepokoju i przy problemach ze snem (koszmary nocne).

Receptura pomaga uspokoić serce i jest dziś jedną z najczęściej stosowanych mieszanek wspomagających psychikę. Szczególnie polecana dla osób, które mają problemy z podejmowaniem decyzji i szybko tracą odwagę.

Zioła te są bardzo bezpieczne i harmonizujące, dlatego stosuje się je również u dzieci, szczególnie tych, które odczuwają strach i niepokój nie tylko przed nowymi okolicznościami, sytuacjami, grupami, ale także np. lękiem przed ciemnością.

## 043-SHI WEI WEN DAN TANG



BOJAŻLIWA SARNA

- zastosowane zioła wspomagają psychikę i dodają odwagi
- stosowana przy nieśmiałości, braku odwagi, uczuciu niepewności i strachu, kołataniu serca i koszmarach nocnych
- pomaga uspokoić serce

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane zioła pomagają wzmocnić aspekt Pęcherzyka Żółciowego, który zgodnie z TCM związany jest z determinacją i Xin Serca, który związany jest z umysłem i osobowością.
- Zeń - szeń pomaga uzupełnić energię tych organów, a pozostałe składniki wspierają jakość Krwi i wspomagają umysł.

## 043-SHI WEI WEN DAN TANG



BOJAŻLIWA SARNA

Ren Shen - żeń-szeń właściwy, korzeń - Rad. ginseng

Zhi Shi - pomarańcza gorzka, niedojrzały owoc - Fruc. aurantii immaturus

Suan Zao Ren - głóżyna pospolita, nasienie - Sem. ziziphi spinosae

Wu Wei Zi - cytryniec chiński, owoc - Fruc. schisandraeg

Yuan Zhi - krzyżownica, korzeń - Rad. polygalae tenuifoliae

Yu Bai Fu - truciec, bulwa - Rhiz. typhonii

Chen Pi - mandarynka, kora owocu - Per. citri reticulatae

Fu Ling - poria kokosowa, sklerocjum - Skler. poriae

Di Huang - rehmannia glutinosa, zmodyfikowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

Sheng Jiang - imbir lekarski, kłącza - Rhiz. zingiberis recens

Da Zao - głóżyna pospolita, owoc - Fruc. jujubae

Yu Jin - kurkuma, kuliste kłącze - Rhiz. curcumae

## 045-CHAI GE JIE JI TANG



PŁONĄCY KRZEW

Chai Ge Jie Ji Tang to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na dolegliwości związane z pierwszą fazą przeziębienia po ataku Zimnego Wiatru, kiedy to patogen próbuje się przedostać z warstwy powierzchniowej do wnętrza organizmu. Pojawia się lekko podwyższona temperatura, dreszcze, zatkany nos, ból głowy, sztywność karku, ból mięśni i stawów (zwłaszcza szyi, ramion i górnej części pleców), bolesność oczu, suchość w nosie i gardle oraz lekkie poty.

Gdy nie zareagujemy odpowiednio szybko, to gorączka wzrasta powyżej 38,5 st, przeplata się z dreszczami, pojawia się ból gardła i rozdrażnienie.

W recepturze znajdują się zioła, które pomagają usunąć Wiatr z powierzchni ciała, rozluźnić sztywność mięśni karku, barków i pleców. Pomagają również usunąć nagromadzone Gorąco, uwolnić nieprawidłowy przepływ Qi Płuc i zapobiec dalszemu rozwojowi gorąca.



## 045-CHAI GE JIE JI TANG

- stosowana na: lekko podwyższoną temperaturę, dreszcze, zatkany nos, ból głowy, sztywność karku, ból mięśni i stawów (zwłaszcza szyi, ramion i górnej części pleców), bolesność oczu, suchość w nosie i gardle oraz lekkie poty.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

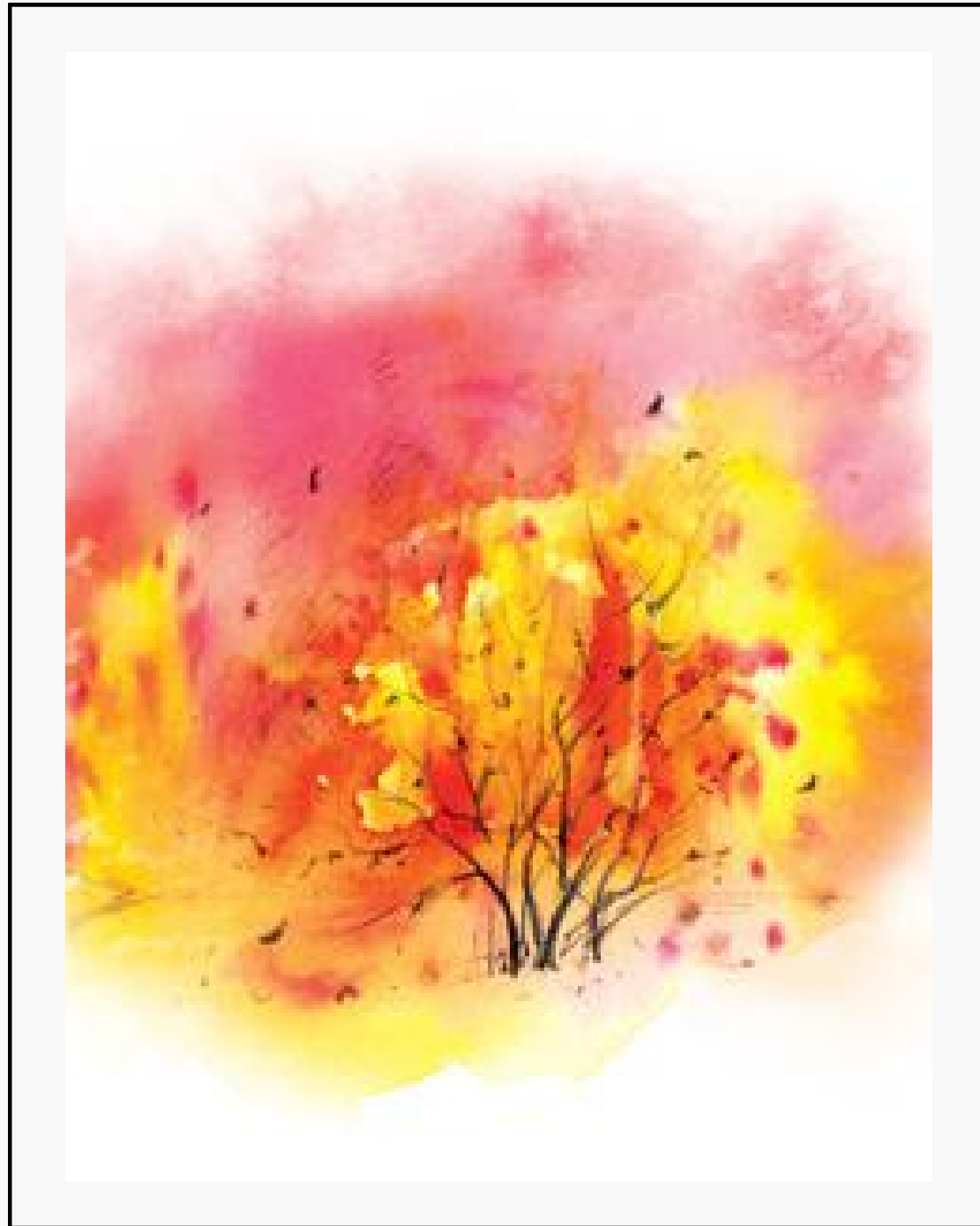
- pomaga usunąć Wiatr z powierzchni ciała oraz nagromadzone Gorąco
- uwalniają nieprawidłowy przepływ Qi Płuc aby zapobiec dalszemu rozwojowi Gorąca
- zioła pomagają na pierwszą fazę przeziębienia po ataku Zimnego Wiatru, gdy patogen próbuje się przedostać do wnętrza organizmu.



PŁONĄCY KRZEW

## 045 - CHAI GE JIE JI TANG

Chai Hu - przewiercień krzewiasty, korzeń - Rad. bupleuri  
Ge Gen - kudzu, korzeń - Rad. puerariae  
Qiang Huo - notopterygium, kłącza - Rhiz. notopterygii  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. platycodi  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Sheng Jiang - imbir lekarski, kłącza - Rhiz. zingiberis recens  
Da Zao - głożyzna pospolita, owoc - Fruc. jujubae



PŁONĄCY KRZEW

## 046 - JIU WEI QIANG HUO TANG

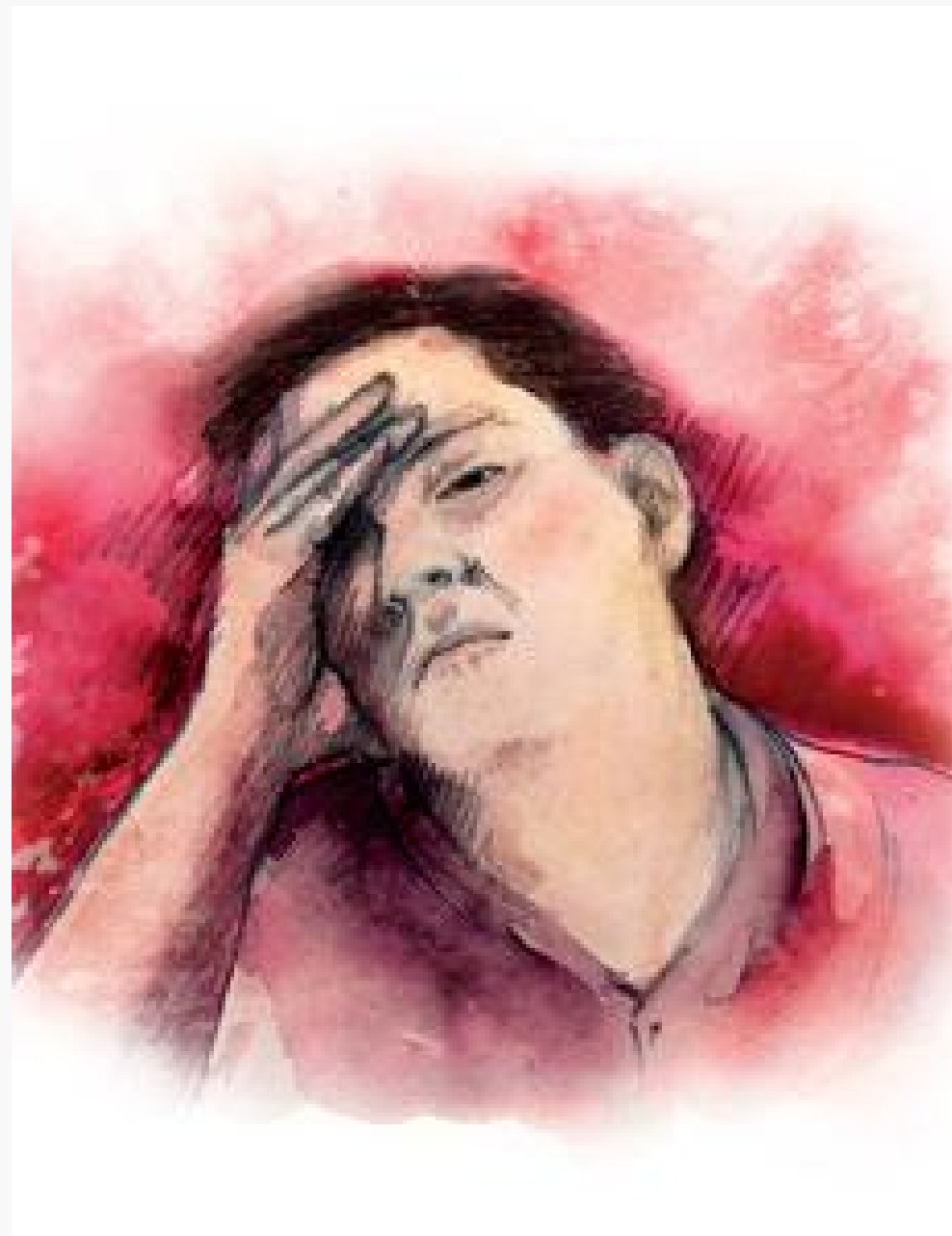


DZIEWIĘĆ ZIÓŁ

Jiu Wei Qiang Huo Tang to receptura której składniki pomagają pozbyć się ukrytego patogenu, odprowadzić Wilgoć i Zimno z wierzchniej warstwy, usunąć wewnętrzne Gorąco i rozproszyć Wiatr. Pomagają również otworzyć pory i spowodować pocenie gdy pojawi się atak zewnętrznego patogenu - głównie Wilgoci, która je zatyka. Wilgoć powoduje również, że pojawia się opuchniętą twarz, worki pod oczami, ociężałość fizyczna i psychiczna.

Warto je stosować gdy temperatura jest podwyższona, lub są dreszcze ale jest brak pocenia (Wilgoć „zakleja” pory, a Zimno je „obkurcza”). Innym objawem jest uczucie Gorąca wewnętrznego (gorący oddech, pragnienie, suchość i ból gardła).

## 046 - JIU WEI QIANG HUO TANG



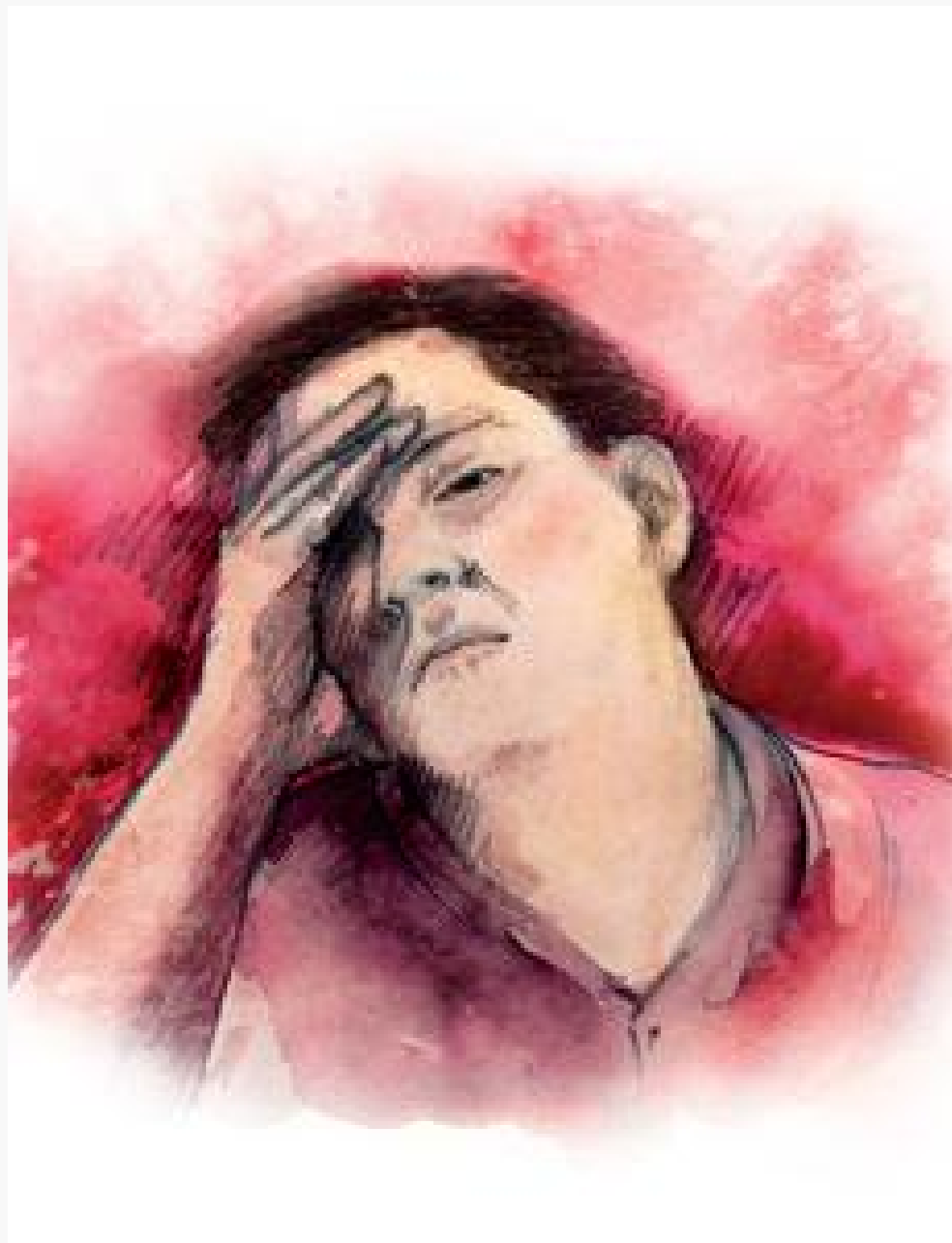
DZIEWIĘĆ ZIÓŁ

- pomaga pozbyć się ukrytego patogenu, który atakuje wierzchnią warstwę i próbuje przedostać się głębiej,
- pomaga wywołać pocenie,
- stosowana gdy są dreszcze, podwyższona temperatura ale brak jest pocenia z powodu nadmiaru Wilgoci

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga odprowadzić Wilgoć i Zimno z wierzchniej warstwy, usunąć wewnętrzne Gorąco i rozproszyć Wiatr

## 046 - JIU WEI QIANG HUO TANG



DZIEWIĘĆ ZIÓŁ

Qiang Huo - notopterygium, kłącza - Rhiz. notopterygii  
Fang Feng - ledebouriellae divaricatae, korzeń - Rad. ledebouriellae  
Cang Zhu - atraktylód lancea, kłącza - Rhiz. atractilodis  
La Jiao Gen - papryka Cayenna - Rad. capsici  
Chuan Xiong - ligusticum wallichii, kłącza - Rhiz. ligustici  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Di Huang - rehmannia glutinosa, niezmodyfikowany korzeń - Rad. rehmaniae  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Sheng Jiang - imbir lekarski, kłącza - Rhiz. zingiberis recens

## 047 - PU JI XIAO DU YIN



BIAŁY KOKON

„Pu Ji Xiao Du Yin”, to receptura Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, której zioła pomagają usunąć toksyny i Gorąc z obszaru głowy i szyi. Ich podstawowy obszar działania to ostre ataki zewnętrzne takie jak: dusznica bolesna, grypa, zapalenie zatok, zapalenie ucha środkowego (z objawami takimi jak gorączka, dreszcze, ból i obrzęk gardła, migdałków, zaczerwienione i opuchnięte oczy, powiększone węzły chłonne, opuchnięta szyja). Stosuje się je również w leczeniu tzw. Ukrytego patogenu w okolicy szyi i głowy (opryszczka, półpasiec, świnka, mononukleozą, różyczka, bóle gardła i choroby skóry).

Zgodnie z medycyną chińską, receptura zawiera zioła, które usuwają Gorąc z narządów i tkanek, usuwają toksyny - np. ropę, "oczyszczają" gardło i korygują prawidłowy mechanizm Qi. W ten sposób jest on w stanie „wyciągnąć” patogeny nawet z głębszych warstw, co pozwala energii płynąć swobodnie.

## 047-PU JI XIAO DU YIN



BIAŁY KOKON

- zastosowanie: dusznica bolesna, grypa, zapalenie zatok, zapalenie ucha środkowego (z objawami takimi jak gorączka, dreszcze, ból i obrzęk gardła, migdałków, zaczerwienione i opuchnięte oczy, powiększone węzły chłonne, opuchnięta szyja)
- Stosuje się ją również w leczeniu tzw. Ukrytego patogenu w okolicy szyi i głowy (opryszczka, półpasiec, świnka, mononukleozą, różyczka, bóle gardła i choroby skóry)

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Toksyny i Gorąc z obszaru głowy i szyi

## 047-PU JI XIAO DU YIN



BIAŁY KOKON

Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Huang Lian - cynowód chiński, kłącza - Rhiz. coptidis  
Ban Lan Gen - urzet barwierski, korzeń - Rad. isatidis  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fruc. forsythiae  
Bo He - mięta, liść - Fol. menthae  
Niu Bang Zi - łopian większy, nasienie - Sem. arctii  
Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. platycodi  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Xuan Shen - trędownik, korzeń - Rad. scrophulariae ningpoensis  
Chai Hu - przewiercień krzewiasty, korzeń - Rad. bupleuri  
Sheng Ma - sumak cimicifugae, korzeń - Rad. cimicifugae  
Chen Pi - mandarynka, kora owocu - Peric. citri reticulatae  
Xia Ku Cao - głowienka pospolita, nać z kwiatostanem - Herb.  
prunella vulgaris spica  
Si Gua Luo - trukwa - Fruc. retinervus luffae



## 048-DA PO DAN JIE SHI TANG

„Da Po Dan Jie Shi Tang”, to klasyczna receptura medycyny chińskiej, której składniki ukierunkowane są głównie na pomoc w pozbyciu się kamieni żółciowych (do 1 cm).

Zawarte w recepturze zioła pomagają usunąć Wilgotne Gorąco z pęcherzyka żółciowego i rozbić nagromadzenia (kamienie żółciowe) oraz wydalić wrsaz ze stolcem te, które torują drogę w wątrobie (jej celem jest, aby wszystko szło płynnie).

Oprócz tego w recepturze znajdują się również zioła pomagające regenerować wątrobę i drogi żółciowe. Pomagają one uwolnić nagromadzone w pęcherzyku żółciowym wilgotne gorąco, objawiające się kamieniami i piaskiem oraz pozbyć się związanych z tym problemów, takich jak ból, ucisk lub kłucie w okolicy podżebrowej. Rozpuszczają one kamienie w piasek i wspomagają perystaltykę w okolicy dróg żółciowych i samego pęcherzyka żółciowego, umożliwiając ich swobodne przejście przez stolec. Dlatego mówi się, że po zastosowaniu tej mieszanki powinien pojawić się stolec, po którym nastąpi „dobre samopoczucie i ulga”.



ODWALENIE KAMIENI

## 048-DA PO DAN JIE SHI TANG



ODWALENIE KAMIENI

- stosowana jest na kamienie żółciowe (ból, ucisk i kłucie w okolicy podżebrowej),
- pomaga rozpuścić kamienie i wspomóc perystaltykę aby je usunąć wraz ze stolcem,
- pomaga regenerować Wątrobę i drogi żółciowe

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Wilgotne Gorąco z pęcherzyka żółciowego

## 048-DA PO DAN JIE SHI TANG



ODWALENIE KAMIENI

Chai Hu - przewiercień krzewiasty, korzeń - Rad. bupleuri  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Zhi Shi - pomarańcza gorzka, niedojrzały owoc - Fruc. aurantii  
immaturus  
San Ke Zhen - Berberys Wallicha, Rad. berberidis  
Yin Chen Hao - bylica miotłowa - Herb. artemisiae scoparie  
Xiang Fu - cyperus rotundus, kłącza - Rhiz. cyperi  
Jin Qian Cao - tojeść, lysimachia christiane, nać - Herb. lysimachiae  
Yu Jin - kurkuma, bulwiaste kłącza - Rhiz. curcumae  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba  
Chi Shao - piwonia chińska, korzeń - Rad. paeoniae rubra  
San Qi - Żeń-szeń fałszywy, panax notoginseng, korzeń - Rad.  
pseudoginseng

## 049 - XIAO YI QI ER GUI TANG



WSPOMNIENIE DZIADKA

„Xiao Yi Qi Er Gui Tang”, to receptura której składniki wykorzystywane są na dolegliwości takie jak: problemy z pamięcią, wahania nastroju, upośledzenie racjonalnego osądu, utrata inicjatywy, problemy z mową, chwiejny chód, niezdolność do rozpoznawania osób i rzeczy, choroba Alzheimera i demencja starcza.

Wraz z wiekiem wzrasta skłonność naszego organizmu do zastoju. Jest też mniej substancji witalnych, narządy są osłabione a metabolizm nie jest już tak wydajny i wytwarza śluz. Połączenie tych czynników powoduje również niedożywienie cesarza, czyli serca, które odpowiada za naszego ducha Shen – osobowość, percepcję, zrozumienie i pamięć.

W najbardziej zaawansowanym stadium objawia się to jako choroba Alzheimera lub demencja starcza. U pacjentów z chorobą Alzheimera na początku choroby występuje problem z pamięcią krótkotrwałą, później z długotrwałą, aż w końcu pracuje tylko podświadoma część umysłu.

## 049-XIAO YI QI ER GUI TANG



WSPOMNIENIE DZIADKA

- problemy z pamięcią, dezorientację, wahania nastroju, upośledzenie racjonalnego osądu, utrata inicjatywy, problemy z mową, chwiejny chód, niezdolność do rozpoznawania osób i rzeczy, choroba Alzheimera i demencja starcza.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zawarte w recepturze zioła uspokajają, dostarczają energii i pożywienia (Qi i krwi), oraz przekształcają i usuwają flegmę a także otwierają zmysły. Zioła te również poruszają Qi i krew dodają im dynamizmu i przywracają właściwy obieg substancji witalnych.
- receptura pomaga przekształcić i odprowadzić z organizmu Śluz, poruszyć zastoje Krwi, uspokoić emocje i uzupełnić Qi Krew Serca.

## 049 - XIAO YI QI ER GUI TANG



WSPOMNIENIE DZIADKA

Chai Hu - przewiercień krzewiasty, nać - Rad. bupleuri

Ren Shen - żeń-szeń właściwy, korzeń - Rad. ginseng

Huang Qi - traganek błoniasty, korzeń - Rad. astragali

Suan Zao Ren - głożyna pospolita, nasienie - Sem. ziziphi spinosae

Dang Gui Wei - dzięgiel chiński, końcowa część korzenia - Rad. extremas angelicae sinensis

Chuan Xiong - ligusticum wallichii, kłącza - Rhiz. ligustici

Shi Chang Pu - tatarak trawiasty, kłącza - Rhiz. acori

Yuan Zhi - krzyżownica, korzeń - Rad. polygalae tenuifoliae

Yu Jin - kurkuma, kulowity kłącza - Rhiz. curcumae

Chen Pi - mandarynka, kora - Peri. citri

Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - Rad. salviae

Yu Bai Fu - truciec, bulwa - Rhiz. typhonii

Sheng Jiang - imbir lekarski, kłącza - Rhiz. zingiberis recens

Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis

## 051-CHAI HU SHU GAN TANG JIA JIAN

„Chai Hu Shu Gan Tang Jia Jian”, to tradycyjna receptura której celem jest łagodzenie zastoju Qi Wątroby, co korzystnie wpływa na emocje, krążenie, harmonizację przepływu krwi, uśmierzenie bólu i łagodzenie stresu.

Zawarte w niej zioła pomagają uwolnić blokady w okolicy piersi, które powodują obrzęk, wrażliwość a nawet bolesność szczególnie przed miesiączką, ale i poza nią. Zalecane są również na dolegliwości i objawy takie jak: bolesna miesiączka i nieregularna, bezsenność, niepokój, depresja, częste wzdychanie, drażliwość, nerwowość, napięcia, bóle głowy, ucisk w klatce piersiowej i mocniejsze bicie serca, nerwica żołądka, zmniejszony apetyt lub zwiększony na słodczyce, wzdęcia, odbijanie się, napięcie przedmiesiączkowe.



FALE CZUŁOŚCI

## 051-CHAI HU SHU GAN TANG JIA JIAN



FALE CZUŁOŚCI

- bolesna miesiączka i nieregularna, bezsenność, niepokój, depresja, częste wzdychanie, drażliwość, nerwowość, napięcia, bóle głowy, ucisk w klatce piersiowej i mocniejsze bicie serca, nerwica żołądka, zmniejszony apetyt lub zwiększony na słodczyce, wzdęcia, odbijanie się, napięcie przedmiesiączkowe.
- jej celem jest łagodzenie stresu

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- reguluje Qi, wzmacnia funkcje transportu Śledziony, zalecany przy zastoju Qi Śledziony i żołądka.
- uwalnia zablokowane Qi Wątroby
- pobudza krążenie krwi i Qi
- odżywia Krew
- uspokaja Yang Wątroby, reguluje Qi Wątroby



## 051-CHAI HU SHU GAN TANG JIA JIAN



FALE CZUŁOŚCI

Chen Pi - mandarynka, skórka owocu - Peri. citri  
Chai Hu - przewiercień krzewiasty, nać - Rad. bupleuri  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici  
Zhi Ke - pomarańcza gorzka, owoc - Fruc. aurantii  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Xiang Fu - cibora, kłącze - Rhiz. cyperi  
Wang Bu Liu Xing - krowiziół zbożowy - Sem. vaccariae  
Si Gua Luo - trukwa - Fruc. retinervus luffae  
Yu Jin - kurkuma, bulwiaste kłącze - Rhiz. curcumae

## 052-GU CI XIAO TONG PIAN



KOGUCI SKOK

„Gu Ci Xiao Tong Pian”, to receptura której składniki według medycyny chińskiej pomagają usunąć ból w zrostach kości i ostrogach.

Mieszanka ta dzięki zastosowanym ziołom ma za zadanie wspomagać zdrowy metabolizm kostny, szczególnie w przypadku narośli i ostróg kostnych, które mogą sprawiać spory ból, a także w przypadku osteoporozy.

Według medycyny chińskiej nerki odpowiadają za jakość kości, ich yang za siłę, a yin za odżywianie. Jeśli są osłabione, kości stają się „cienkie”, a w miejscach najbardziej obciążonych (pięty, stawy, kręgosłup itp.) tworzą się blokady. Na początku jest to przejściowe, co objawia się tylko chwilowymi bólami, później „materializuje się” w narośla kostne, które już przyjmowane są jako forma „flegma” i zastoju krwi. Bóle są nieprzyjemne, kłujące i uniemożliwiają nam normalne poruszanie się.

## 052-GU CI XIAO TONG PIAN

- pomaga usunąć ból w zrostach kości i ostrogach



KOGUCI SKOK

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Receptura ta: wzmacnia nerki, rozgrzewa ich yang, a przez to jest w stanie wzmocnić kości i ścięgna.
- Zawiera również zioła, które usuwają Zastoje, działają na zrosty kości i uśmierzają ból. Usuwają także Wiatr i Wilgoć, więc pomagają, nawet jeśli bóle reagują na zmiany pogody.

## 052-GU CI XIAO TONG PIAN



KOGUCI SKOK

Suo Yang - Herba cynomorii

Cang Er Zi - rzepień syberyjski, owoc - Fruc. xanthii

Gu Sui Bu - drynaria fortunei, kłącze - Rhiz. drynariae

Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba

Lu Ti Gen - trzcina pospolita, Rad. pyrolae

Bu Gu Zhi - ziele babchi, Sem. psoraleae

Ru Xiang - kadzidłowiec Cartera, gumożywica - Res. olibanum  
(gummi olibanum)

Niu Xi - grzebyk, korzeń - Rad. achyranthis

Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici

Hu Sui Ben - koledra siewna, nać - Her. coriandri sativi

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis

Gan Jiang - imbir, kłącze - Rhiz. zingiberis

Wang Bu Liu Xing Zi - krowiziół zbożowy - Sem. vaccariae

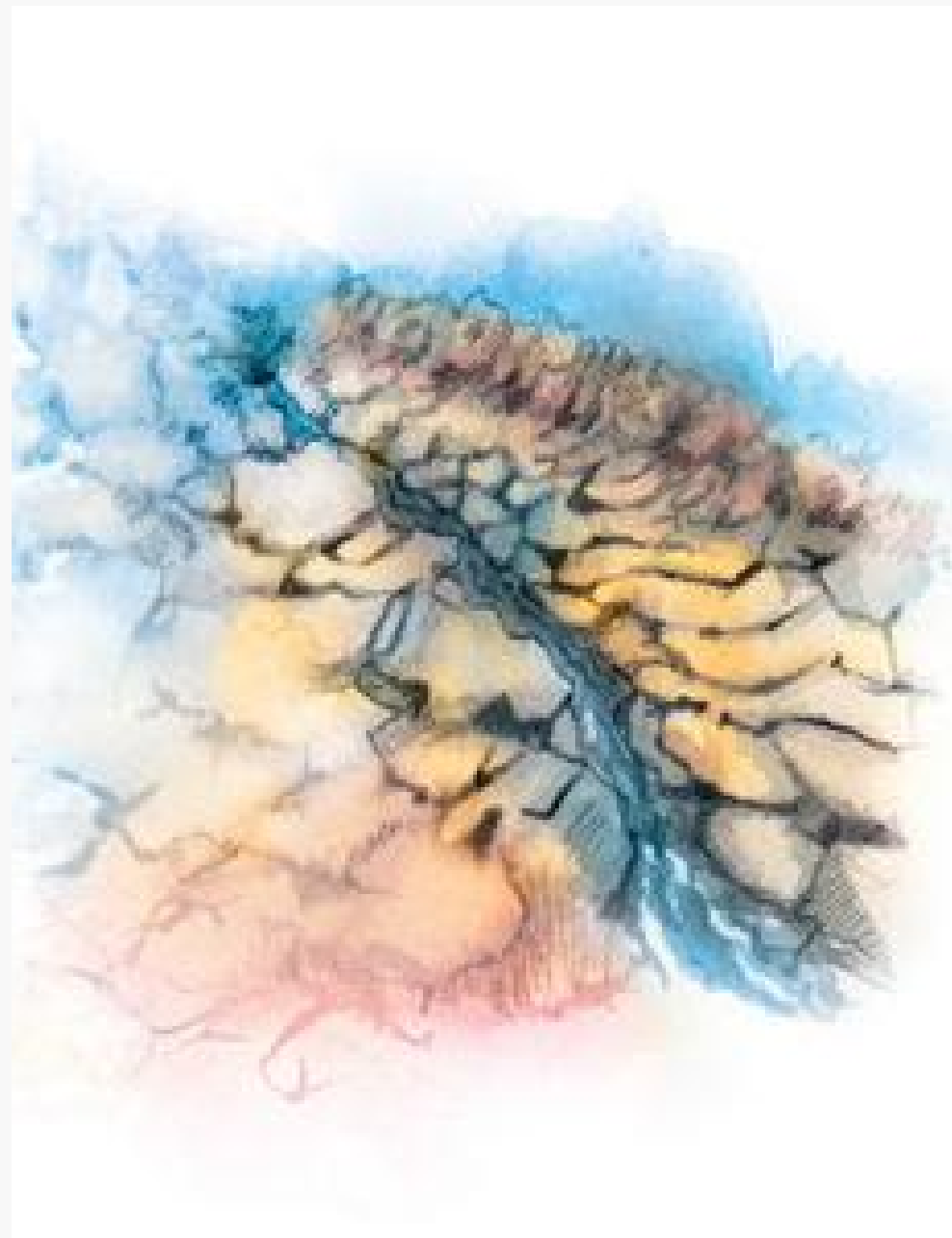
Mo Yao - balsamowiec, gumożywica - Res. myrrhae

## 055-TONG CHANG PIAN

Tong Chang Pian to receptura której składniki pomagają na zaparcia z suchym i twardym stolcem. Mogą to być przewlekłe zaparcia, zaparcia u starszych osób lub poporodowe.

Zioła pomagają nawilżyć „suchość” jelit, poruszyć Qi a tym samym ruch stolca, jak również odżywić Yin, Krew i wspomóc perystaltykę jelit. Szczególnie dobrze się sprawdzają gdy zaparcia te są spowodowane przez gorąc lub suchość z powodu niewystarczającej ilości płynów lub Krwi.

Mieszanka tych ziół jednak nie usuwa przyczyny, jeśli zaparcia są spowodowane brakiem Qi - czyli gdy brakuje energii do wydalenia stolca. Wtedy należy użyć receptury pomagającej uzupełnić Qi.



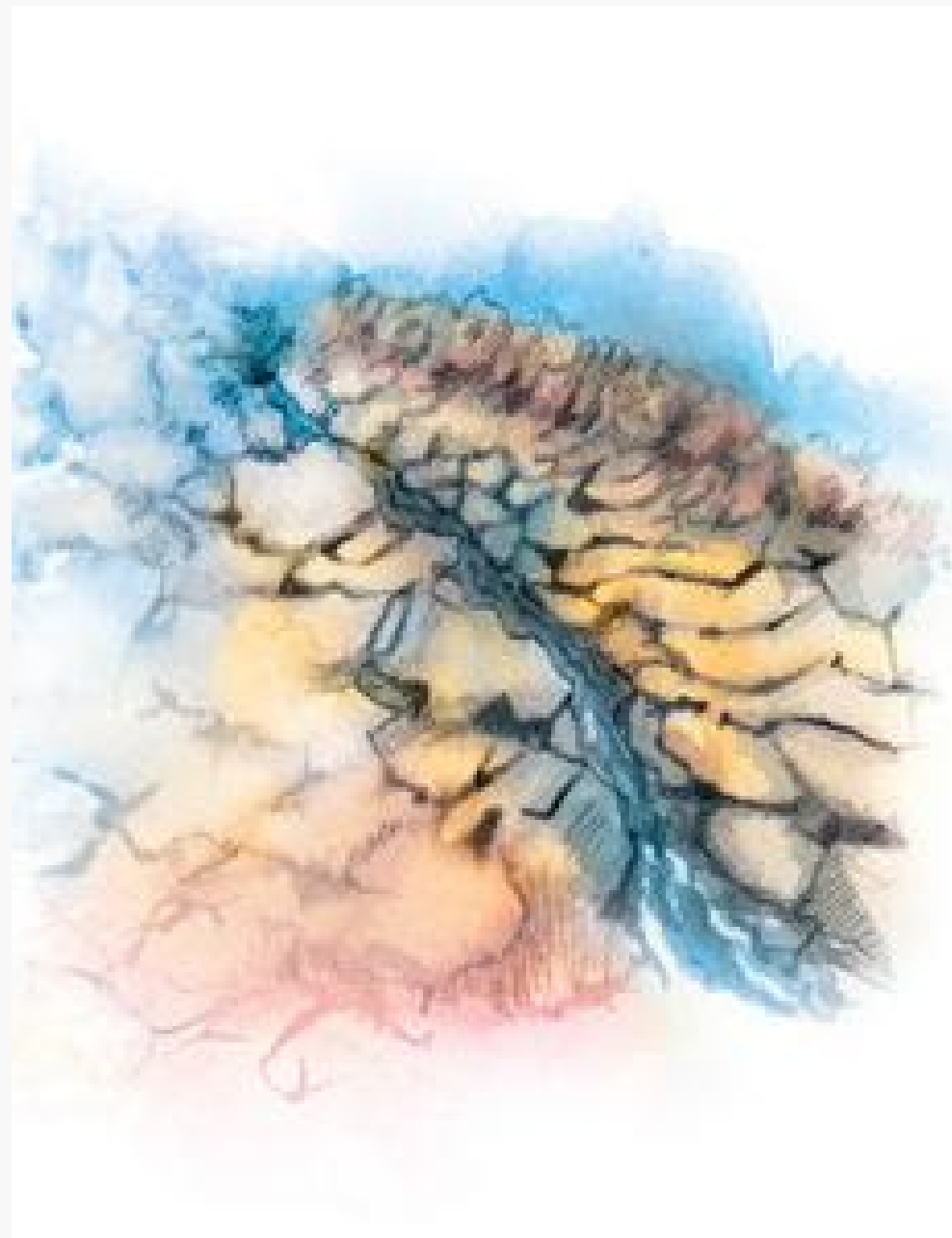
AKSAMITNY RÓW

## 055-TONG CHANG PIAN

- na zaparcia z suchym i twardym stolcem

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zioła pomagają nawilżyć „suchość” jelit, poruszyć Qi a tym samym ruch stolca, jak również odżywić Yin, Krew i wspomóc perystaltykę jelit.



AKSAMITNY RÓW

## 055-TONG CHANG PIAN

Tao Ren - brzoskwinia zwyczajna, nasiona - Sem. persicae

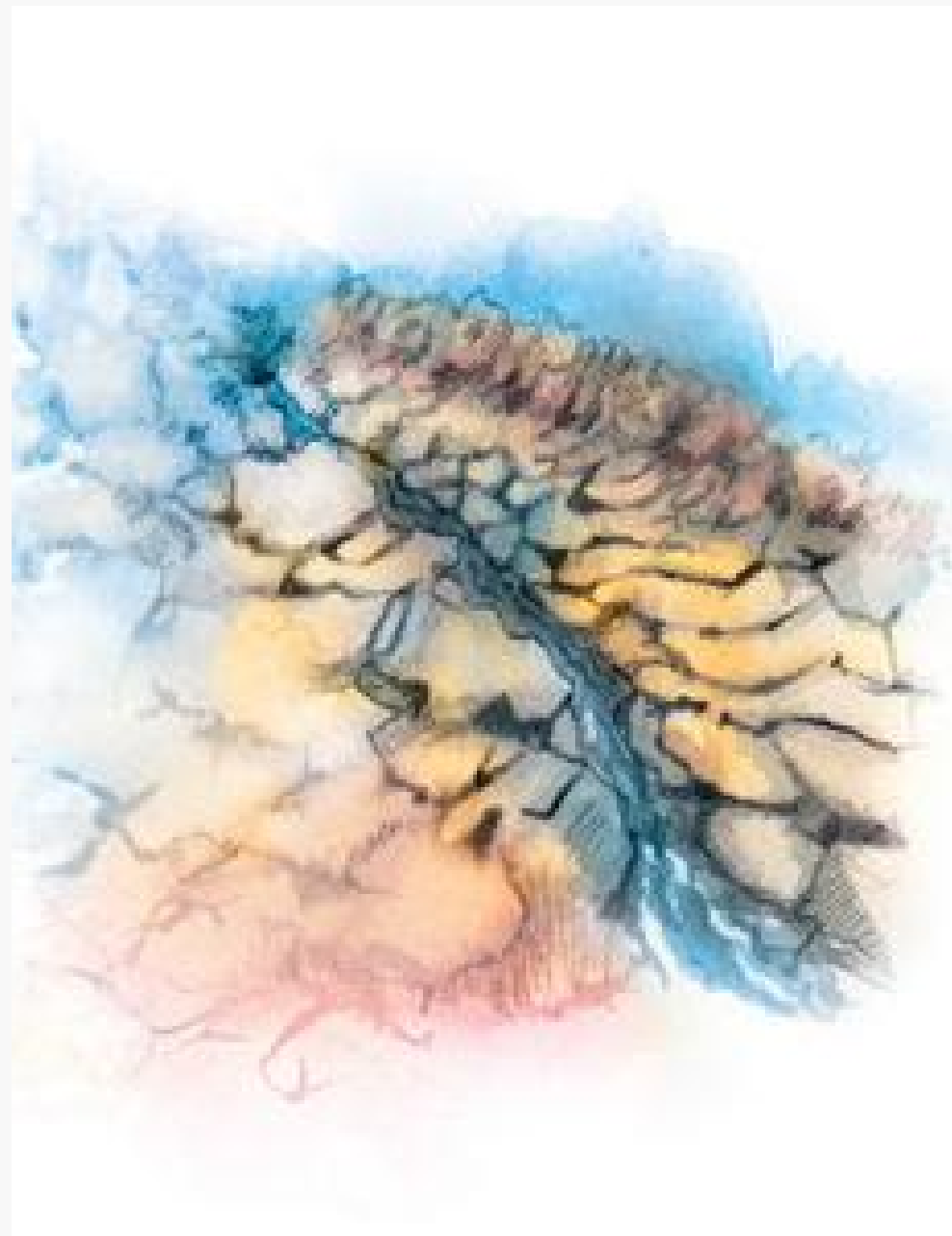
Huo Ma Ren - konopie siewne, nasiona - Fruc. cannabis

San Ke Zhen - rad. berberidis, kora - Rad. berberidis

He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori

Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis

Qiang Huo - rhizomia notopterygii, kłącze - Rhiz. notopterygii



AKSAMITNY RÓW

## 056-BAN XIA BAI ZHU TIAN MA WAN



KROK MARYNARZA

Ban Xia Bai Zhu Tian Ma Wan to receptura której składniki są stosowane przy zawrotach głowy, wirowaniu, problemach ze stabilnością, nudnościach, mdłościach, uczuciu ciężkości głowy, ucisku w klatce piersiowej, uczuciu lepkości w ustach, zaburzeniach mowy, mrowieniu lub drętwieniu kończyn.

Mają również zastosowanie w stanach po udarowych lub przy zbliżającym się udarze czy chorobie Meniere'a.

Zioła zastosowane w tej recepturze pomagają przekształcić Flegmę i uspokoić wewnętrzny Wiatr, ograniczyć wznoszący się Yang Wątroby, wzmocnić Śledzionę i Qi Żołądka oraz uspokoić zawroty głowy.



## 056-BAN XIA BAI ZHU TIAN MA WAN



KROK MARYNARZA

- stosowana przy zawrotach głowy, wirowaniu, problemach ze stabilnością, nudnościach, mdłościach, uczuciu ciężkości głowy, ucisku w klatce piersiowej, uczuciu lepkości w ustach, zaburzeniach mowy, mrowieniu lub drętwieniu kończyn.
- Ma również zastosowanie w stanach po udarowych lub przy zbliżającym się udarze czy chorobie Meniere'a.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zioła zastosowane w tej recepturze pomagają przekształcić Flegmę i uspokoić wewnętrzny Wiatr, ograniczyć wznoszący się Yang Wątroby, wzmocnić Śledzionę i Qi Żołądka

## 056 - BAN XIA BAI ZHU TIAN MA WAN



KROK MARYNARZA

Yu Bai Fu - trucięc, bulwa - Rhiz. typhonii  
Tian Ma - gastrodia wysoka - Rhiz. gastrodiae  
Bai Zhu- atraktylod wielkogłówkowy, kłótcze - Rhiz. atractylodis  
Ju Hong - owoce cytrusowe, owocnia - Exocarp. citri rubrum  
Chen Pi - mandarynka, skórczka owocu - Peri. citri  
Fu Ling - poria kokosowa, sklerota - Skler. poriae  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Sheng Jiang - imbir, kłótcze - Rhiz. zingiberis recens  
Da Zao - głóżyzna pospolita, owoc - Fruc. jujubae

## 057-TE XIAO ZAO REN AN MIAN WAN



SPOKOJNA PÓŁNOC

„Te Xiao Zao Ren An Mian Wan”, to tradycyjna receptura, której zioła pomagają harmonizować psychikę, usunąć drażliwość, ochłodzić wewnętrzny gorąc (zwłaszcza tzw. Puste Gorąco), uspokoić emocje, odżywić Krew Serca i Wątroby oraz wspierają spokojny sen.

Receptura jest skuteczna nie tylko przy problemach ze snem, ale ogólnie uspokaja np. nadciśnienie spowodowane brakiem krwi i yin. Wspomaga również pozytywny nastrój i harmonizuje psychikę. Dlatego warto ją stosować przy takich dolegliwościach jak: bezsenność, przerywany sen, lęk, niepokój, bóle głowy i nadciśnienie, nocne poty, uderzenia gorąca, suchość ust (szczególnie wieczorem i w nocy) i menopauza.

## 057-TE XIAO ZAO REN AN MIAN WAN



SPOKOJNA PÓŁNOC

- pomaga harmonizować psychikę, usunąć drażliwość i ochłodzić wewnętrzny Gorąc
- uspokaja emocje i wspiera spokojny sen.

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- He Shou Wu - pomaga odżywić Krew,
- Bai Ze Ren - pomaga odżywić serce i uspokoić Ducha, wspiera przy rozdrażnieniu, bezsenności i uczuciu niepokoju z powodu niedoboru Krwi serca. Pomaga powstrzymać nocne poty z powodu niedoboru Yin.
- Wu Wei Zi - pomaga pobudzić krążenie Qi w płucach, odżywia Yin nerek, hamuje pocenie się, wycisza ducha i uspokaja serce, stosowany przy rozdrażnieniu, palpatacjach i bezsenności i przerywanym śnie z powodu wyczerpania Krwi oraz Yin Serca.

## 057-TE XIAO ZAO REN AN MIAN WAN



SPOKOJNA PÓŁNOC

- Suan Zao Ren - pomaga uspokoić Ducha, wspiera przy bezsenności, niepokoju z powodu niedoboru Krwi, która nie odżywia Serca, lub z niedoboru Yin ze wznoszącym się ogniem. Pomaga zapobiegać nocnym potom.
- Gou Teng - pomaga pozbyć się wewnętrznego Wiatru i Gorąca, wspiera przy rozdrażnieniu, zawrotach głowy i migrenach
- Zhi Mu - pomaga usunąć gorąco i ogień, wspiera przy rozdrażnieniu, nocnych potach, krwawieniach z dziąseł, nawilża suchość i pobudza wytwarzanie płynów
- Dan Shen - wspiera przy bolesnych miesiączkach, zastoju Krwi blokującym górną część ciała która powoduje bóle w klatce piersiowej lub nadbrzuszu, przy zastoju Qi Wątroby. Oczyszcza gorąco i uspokaja rozdrażnienie i niepokój oraz kołatanie serca.
- Yuan Zhi - wycisza i uspokaja serce, stosowany jest na bezsenność i palpacje z uczuciem niepokoju oraz lęku.

## 057-TE XIAO ZAO REN AN MIAN WAN



SPOKOJNA PÓŁNOC

Suan Zao Ren - głożyna pospolita, nasiona - Sem. ziziphi spinosae  
Gou Teng - czepota, gałązki - Ram. cum uncis uncariae  
Zhi Mu - anemarrhena asphodeloides, kłącze - Rhiz. anemarrhenae  
Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - Rad. salviae  
Yuan Zhi - krzyżownica, korzeń - Rad. polygalae tenuifoliae  
He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori  
Hu Po - Succinum  
Bai Zi Ren - biota wschodnia, nasiona - Sem. biotae orientalis  
Wu Wei Zi - cytryniec chiński, owoc - Fruc. schisandrae

## 058 - SUAN ZAO REN TANG JIA WEI



MIŁY DZIADEK

Suan Zao Ren Tang Jia Wei to receptura której składniki wpływają pozytywnie na stabilność umysłową i emocjonalną. Wspierają przy wahaniach nastroju, drażliwości, nerwicy i depresji. Pomagają również przy bezsenności, apatii, nadmiernym biciu serca i andropauzie.

Wybrane zioła, ochładzają puste gorąco i uspokajają emocje. Harmonizują również układ nerwowy, usprawniając trawienie i zapobiegając odkładaniu się tłuszczu. Pomagają również przekształcić flegmę, rozluźniając płuca, co również wpływa na emocje.

## 058-SUAN ZAO REN TANG JIA WEI



MIŁY DZIADEK

- wpływa pozytywnie na stabilność umysłową i emocjonalną
- wspiera przy wahaniach nastroju, drażliwości i nerwicy
- pomaga przy bezsenności, apatii i kołataniu serca,
- stosowana przy andropauzie

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zawarte w niej zioła pomagają odżywić Serce i Wątrobę, ich Yin oraz Krew, uspokaja Ducha, oczyszczają Puste Gorąco i wspierają ruch Krwi.



## 058 - SUAN ZAO REN TANG JIA WEI



MIŁY DZIADEK

Suan Zao Ren - głożyna pospolita, nasiona - Sem. ziziphi spinosae  
Dan Shen - szalwia czerwona, korzeń - Rad. salviae  
Zhi Mu - anemarrhena asphodeloides, kłącze - Rhiz. anemarrhenae  
Ye Jiao Teng - rdest wielokwiatowy, łodyga - Cau. polygoni multiflori  
Bai Zi Ren - zbiota wschodnia, nasiona - Sem. biotae orientalis  
Fu Shen - poria kokosowa, zarodnia z korzeniem - Scler. paradiscis  
poriae cocos  
Zi Wan - aster tatarski, korzeń - Rad. asteris  
Sha Ren - amomi, owoc - Fruc. amomi  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

## 060-ER CHEN TANG



STAROŻYTNY WYWAR

„Er Chen Tang”, to klasyczna receptura medycyny chińskiej, której składniki ukierunkowane są głównie na rozpuszczanie i przekształcanie zalegającego śluzu (rzadki, biały) i Wilgoci, osuszanie ich oraz usuwanie z organizmu. Zastosowane zioła rozpuszczają flegmę i regulują przepływ Qi. Porażka usuwa powstałą mętną wilgoć poprzez oddawanie moczu. Pozostałe składniki pomagają chronić Qi i właściwe płyny, aby nie rozpraszały się. Er Chen Tang jest częścią setek mikstur, których celem jest radzenie sobie z jakąś formą tan, czyli flegmą/śluzem. Chodzi tutaj o śluz w drogach oddechowych, albo najróżniejsze powiększone i wyczuwalne namacalnie formacje pod skórą lub w ciele (powiększone węzły chłonne, tarczyca, tłuszczaki, ale także cysty lub guzy, lub narośla kostne i przepukliny). W połączeniu z wiatrem wewnętrznym może powodować groźniejsze dolegliwości takie jak udar mózgu (miażdżyca tętnic – stwardnienie tętnic, traktowana jest również jako postać flegmy).

## 060-ER CHEN TANG



STAROŻYTNY WYWAR

- zastosowanie: obrzęki, biały śluz, katar, flegma spływająca do gardła, kaszel, mdłości, nudności lub wymioty śluzu, nadwaga, śluz w stolcu, biała wydzielina (śluzowata), zwiększona produkcja śluzu w okolicy ginekologicznej, uczucie ciężkości kończyn lub całego ciała, zamglony umysł, różne asymetryczne bóle w całym ciele, zapalenie oskrzeli lub tchawicy, rozedma płuc choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy, nerwica jelitowa.

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć patologiczną Wilgoć i Śluz
- oraz reguluje przepływ Qi

## 060-ER CHEN TANG

Yu Bai Fu - trucięc, bulwa - Rhiz. typhoni

Chen Pi - mandarynka, skórką owocu - Peri. citri

Fu Ling - poria kokosowa, skler - Skler. poriae

Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

Sheng Jiang - imbir, kłqczę - Rhiz. zingiberis recens

Wu Mei - morela japońska mume, owoc - Fruc. mume - 2,6g



STAROŻYTNY WYWAR

## 062-KE CHUAN PIAN

Ke Chuan Pian to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na przeziębienie i infekcje dróg oddechowych objawiających się jako kaszel, świszczący oddech, uczucie ciężkości w klatce piersiowej i astma.

Zastosowane w recepturze zioła pomagają przekształcić zalegający śluz, poprawić swobodny przepływ oddechu i udrożnić drogi oddechowe w przypadku ataku Zimnego Wiatru. Śluz jest rzadki, przezroczysty i jest go dużo dlatego blokuje swobodny przepływ Qi Płuc, które nie może swobodnie krążyć i wchodzi w ruch przeciwny - czyli unosi się w górę powodując kaszel. Receptura jest bardzo odpowiednia np. gdy zimny typ astmy nasila się pod wpływem zimna. Można to rozpoznać dokładnie po wyraźnej reakcji na zimno i dużej ilości rzadkiego śluzu.



LEKKI ODDECH

## 062-KE CHUAN PIAN

- stosowana na przeziębienie i infekcje dróg oddechowych objawiających się jako kaszel, świszczący oddech, uczucie ciężkości w klatce piersiowej i astma.
- Receptura jest bardzo odpowiednia np. gdy zimny typ astmy nasila się pod wpływem zimna. Można to rozpoznać dokładnie po wyraźnej reakcji na zimno i dużej ilości rzadkiego śluzu.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga przekształcić zalegający śluz
- poprawić swobodny przepływ oddechu i udrożnić drogi oddechowe w przypadku ataku Zimnego Wiatru



LEKKI ODDECH

## 062-KE CHUAN PIAN

Jie Geng - rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. platycodi  
Bai Qian - ciemiężyk, korzeń - Rad. cynanchi atrati  
Qian Hu - gorysza chińska, korzeń - Rad. peucedani  
Bai Bu - stemona chińska, korzeń - Rad. stemonae  
Jing Jie - ziele schizonepety cienkolistej, nać - Herb. schizonepetae  
Yu Bai Fu - truciec, bulwa - Rhiz. typhonii  
Bei Mu - szachownica - cebula - Bulb. fritillariae cirrhosae  
Fang Feng - ledebouriellae divaricatae, korzeń - Rad. ledebouriellae



LEKKI ODDECH

## 063-SU ZI JIANG QI WAN



DUDNIENIE TAM-TAMÓW

„Su Zi Jiang Qi Wan”, to klasyczna receptura medycyny chińskiej, której składniki ukierunkowane są głównie na układ oddechowy i kaszel.

Zastosowane w niej zioła wykorzystywane są takich dolegliwościach jak: duszność, kaszel, świszczący oddech, krótki oddech i utrudniony, ciężkość w klatce piersiowej, astma alergiczna, przewlekłe zapalenie płuc (rozedma) i kaszel z białą flegmą.

Kozieradka silnie odpręża zaatakowane przez przeziębienie płuca. To właśnie ta kombinacja jest niezwykle skuteczna w leczeniu „głęboko osadzonej” flegmy i „ostrej astmy”. Pomaga w tym także korzeń szupinu o działaniu przeciwzapalnym i przeciwhistaminowym.



## 063-SU ZI JIANG QI WAN

- przeznaczona do leczenia problemów z astmą, spowodowaną obecnością tzw. „zimnej plwociny”. Zwykle jest to duża ilość białego, wodnistej śluzu, który powoduje duszność, świszczący oddech i przewlekły kaszel.
- Poza ostrą i przewlekłą astmą przeziębieniową, zioła te można zastosować również przy przewlekłym zapaleniu oskrzeli (ponownie objawiającym się kaszlem i uczuciem duszności), na kaszel wywołany przeziębieniem, rozedmą płuc lub kaszlem palacza, czy na kaszel u osób starszych ludzie.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomaga przekształcić Zimną Flegmę i odprowadzić Wilgoć, oraz ściągnąć w dół zbuntowane Qi Płuc i Żołądka, wyregulować Qi i wzmocnić Śledzionę.
- Nasiona pachnotki są niezbędnym ziołem, które przekształca flegmę i pomaga Qi płuc w zejściu, rozluźniając w ten sposób całe płuca. Inne zioła pomagają odprowadzić flegmę i przywrócić prawidłowy mechanizm Qi, ale także wspomagają ciało, uzupełniając Qi i krew.



DUDNIENIE TAM-TAMÓW

## 063 - SU ZI JIANG QI WAN



Su Zi - pachnotka zwyczajna, nasiona - Sem. perillae  
Yu Bai Fu - trucić, bulwa - Rhiz. typhonii  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Hou Po - magnolia lekarska, kora - Cort. magnoliae  
Qian Hu - gorysza chińska, korzeń - Rad. peucedani  
Rou Gui - cynamonowiec wonny, kora - Cort. cinnamomi  
Sheng Jiang - imbir, kłącze - Rhiz. zingiberis recens  
Da Zao - głożyzna pospolita, owoc - Fruc. jujubae  
Zi Su Ye - pachnotka zwyczajna, liść - Fol. perillae  
Ku Shen - szupin, korzeń - Rad. sophorae flavescentis  
Xing Ren - morela, nasiona - Sem. armeniacae  
Cheng Liu - Chinese tamarisk twing

DUDNIENIE TAM-TAMÓW

## 065 - HUAN SHAO DAN



POWRÓT MŁODOŚCI

Huan Shao Dan to receptura której składniki pomagają uzupełnić takie składniki organizmu jak Qi, Krew, Yin, Yang i esencję życiową. Stosuje się je głównie ze względu na działanie tonizujące dla Serca - które kontroluje naszą psychikę, Śledzionę - czyli całe trawienie, Nerki - które są korzeniem odporności, siły życiowej i wewnętrznego ognia.

Kiedy te narządy działają prawidłowo, wszystko płynie i jest wystarczająco odżywione, a człowiek jest zdrowy. Starość to czas, kiedy poziom Qi i krwi spada, a esencja życiowa jest wyczerpana. W organizmie dochodzi do stagnacji i zastołów. Dlatego zioła te mają również działanie przeciwstarzeniowe.

Zawarte w recepturze zioła stosowane są na pogarszający się wzrok, szumy w uszach, zmęczenie, utratę siły życiowej, kołatanie serca, kiepską pamięć, bezsenność, utratę libido, ogólne osłabienie i suchość.

## 065 - HUAN SHAO DAN



POWRÓT MŁODOŚCI

- Zawarte w recepturze zioła stosowane są na pogarszający się wzrok, szumy w uszach, zmęczenie, utratę siły życiowej, kołatanie serca, kiepską pamięć, bezsenność, utratę libido, ogólne osłabienie i suchość.
- zioła te mają również działanie przeciwstarzeniowe.

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Huan Shao Dan to receptura której składniki pomagają uzupełnić takie składniki organizmu jak Qi, Krew, Yin, Yang i esencję życiową
- Stosuje się je głównie ze względu na działanie tonizujące dla Serca - które kontroluje naszą psychikę, Śledzionę - czyli całe trawienie, Nerki - które są korzeniem odporności, siły życiowej i wewnętrznego ognia.

## 065-HUAN SHAO DAN



POWRÓT MŁODOŚCI

Di Huang - rehmannia glutinosa, zmodyfikowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata  
Shan Yao - pochrzyn chiński, bulwa - Tub. dioscoreae oppositae  
Niu Xi - grzebyk, korzeń - Rad. achyranthis  
Gou Qi Zi - kolcowój chiński, owoc - Fruc. lycii  
Shan Zhu Yu - dereń japoński, owoc - Fruc. corni  
Fu Ling - poria kokosowa, sklerota - Skler. poriae  
Du Zhong - eukomia wiązowata, kora - Cort. eucommiae  
Yuan Zhi - krzyżownica, korzeń - Rad. polygalae tenuifoliae  
Wu Wei Zi - cytryniec chiński, owoc - Fruc. schisandrae  
He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori  
Xiao Hui Xiang - koper włoski, owoc - Fruct. foeniculi  
Ba Ji Tian - morinda lekarska, korzeń - Rad. morindae  
Suo Yang - Herba cynomorii  
Shi Chang Pu - tatarak trawiasty, kłącze - Rhiz. acori  
Da Zao - głożyna pospolita, owoc - Fruc. jujubae  
Sheng Jiang - imbir, kłącze - Rhiz. zingiberis recens

## 066 - GUA LOU XIE BAI JIU TANG



OTWARCIE KOSZA

Gua Lou Xie Bai Jiu Tang to receptura której składniki stosowane są przy występowaniu ostrego bólu i ucisku w klatce piersiowej oraz w górnej części pleców jak również przy duszności, mocniejszym biciu serca i POChP (przewlekła obturacyjna choroba płuc).

Pomagają uwolnić zablokowane Yang, wspomagają ruch Qi i usuwają zastoje, przekształcają i rozluźniają Śluz i otwierają klatkę piersiową usuwają uczucie pełności spowodowane obecnością Śluzu.

Przekształcając śluz, zioła te otwierają „drogi” w klatce piersiowej i „otwiera” ją, co pomaga uwolnić zastój Qi. Sprawia to, że substancje witalne przepływają swobodnie, znika uczucie pełności i ucisku w klatce piersiowej, a my możemy oddychać głęboko i bez bólu.

## 066 - GUA LOU XIE BAI JIU TANG



OTWARCIE KOSZA

- receptura której składniki stosowane są przy występowaniu ostrego bólu i ucisku w klatce piersiowej oraz w górnej części pleców jak również przy duszności, mocniejszym biciu serca i POChP (przewlekła obturacyjna choroba płuc).

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomagają uwolnić zablokowane Yang, wspomagają ruch Qi i usuwają zastoje, przekształcają i rozluźniają Śluz i otwierają klatkę piersiową usuwają uczucie pełności spowodowane obecnością Śluzu.
- Przekształcając śluz, zioła te otwierają „drogi” w klatce piersiowej i „otwiera” ją, co pomaga uwolnić zastój Qi.

## 066 - GUA LOU XIE BAI JIU TANG

Gua Lou Pi - gurdlina - Fruc. trichosanthis pericarpium

Xie Bai - Bulb. allii macrostemi

Yu Bai Fu - trucięc, bulwa - Rhiz. typhonii



OTWARCIE KOSZA



## 067-SANG FENG TENG

„Sang Feng Teng”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na uśmierzanie bólu w okolicy łokcia poprzez poruszenie Qi i Krwi, usunięcie Gorąca z zastoju i łagodzenie stanów zapalnych.

Specjalnie dobrane zioła stosowane są na ból w okolicy stawu łokciowego, który najczęściej objawia się jako tzw. łokieć tenisisty

Nadmierny lub powtarzający się, często jednostronny wysięk, ograniczają przepływ Qi w meridianach i stawach, które są w okolicy łokcia. W obszarze stawów, gdzie ścieżki są zawsze zwężone, bardzo łatwo tworzą się przez to zastoje i blokady. Jednocześnie prawdą jest, że dopóki chodzi tylko o zastój Qi, ból jest przejściowy, tępy. Kiedy zastój Qi zamienia się w poważniejszy zastój krwi, objawia się on ostrym bólem, który często jest samoistny i pojawia się nawet w nocy.

Receptura zawiera zioła, które wnikają w ścieżki i mniejsze stawy oraz usuwają zastoje. Poruszają zarówno Qi, jak i krew, zatrzymując w ten sposób ból i poprawiając krążenie krwi w dotkniętym obszarze.



UWOLNIENIE GAŁĘZI

## 067-SANG FENG TENG

- Specjalnie dobrane zioła stosowane są na ból w okolicy stawu łokciowego, który najczęściej objawia się jako tzw. łokieć tenisisty

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- stosowana na uśmierzanie bólu w okolicy łokcia poprzez poruszenie Qi i Krwi, usunięcie Gorąca z zastoju i łagodzenie stanów zapalnych.
- Receptura zawiera zioła, które wnikają w ścieżki i mniejsze stawy oraz usuwają zastoje. Poruszają zarówno Qi, jak i krew, zatrzymując w ten sposób ból i poprawiając krążenie krwi w dotkniętym obszarze.



UWOLNIENIE GAŁĘZI

## 067-SANG FENG TENG

Sang Zhi - morwa biała, gałązka - Ram. mori

Hai Feng Teng - Caulis piperis kadsurae

Ji Xue Teng - spatolob wyprostowany, korzeń, łodyga - Caulis milletiae seu spatholobi

Xi Xian Cao - Ziele Ziegesebekii Włochatej, Herb. siegesbeckiae

Gui Zhi - cynamonowiec wonny, gałązka - Ram. cinnamomi

Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici

Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba

Chi Shao - piwonia czerwona, korzeń - Rad. paeoniae rubra

Mo Yao - balsamowiec, gumożywica - Res. myrrhae

Ru Xiang - kadzidłowiec Cartera, gumożywica - Res. olibanum  
(gummi olibanum)



UWOLNIENIE GAŁĘZI

## 068-SU HE TANG



MŁOT NA GU

„Su He Tang”, to receptura której zioła stosowane są na ukryty patogen, który powoduje zmęczenie, przewlekłe infekcje i stany zapalne, bóle stawów, mięśni, głowy, przewlekły ból gardła, problemy trawienne, nerwowo-mięśniowe. Stosowane są również przy boreliozie, kandydozie, chlamydii, przewlekłej mononukleozie, zespole przewlekłego zmęczenia, przy tasiemcach i glisdach. Nawet jeśli klasyczne leczenie ma miejsce i wszystko wydaje się być w porządku, część patogenu pozostaje ukryta w niektórych głębszych warstwach, gdzie czeka na swoją „okazję”. Mówimy wtedy o tak zwanym „ukrytym patogenie”. Może on zostać reaktywowany w dowolnym momencie, gdy poziom naszej energii obronnej spadnie poniżej krytycznej granicy lub gdy nie płynie tak, jak powinna, na przykład z powodu stresu, podczas którego ciepło jest generowane przez emocje. Zachodnie metody diagnostyczne często niczego nie ujawniają, a my czujemy się ciągle źle. Ciągłe powtarzają się stany zmęczenia i wyczerpania i wydaje nam się, że „coś po nas pełza”. Boli nas głowa, stawy czy mięśnie, czujemy lub faktycznie mamy podwyższoną temperaturę.

## 068-SU HE TANG



MŁOT NA GU

- to receptura której zioła według medycyny chińskiej stosowane są na ukryty patogen, który powoduje zmęczenie, przewlekłe infekcje i stany zapalne, bóle stawów, mięśni, głowy, przewlekły ból gardła, problemy trawienne, nerwowo-mięśniowe. Stosowane są również przy boreliozie, kandydozie, chlamydii, przewlekłej mononukleozie, zespole przewlekłego zmęczenia, przy tasiemcach i glisdach.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Receptura za pomocą ostrych i aromatycznych składników pomaga wydalić ukryty patogen z organizmu. Usuwając Gorąc i toksyny, zapobiegamy dalszemu zanikaniu Qi, ponieważ „ciepło jest wrogiem Qi. Ale receptura nie tylko usuwa „zło”. Wspiera również delikatnie „dobro”, aby osłabiony organizm mógł poradzić sobie z nieproszonym gościem: uzupełnia Qi i krew, harmonizuje potrójny ogrzewacz, a także odżywia yin.

## 068-SU HE TANG



MŁOT NA GU

- Zi Su Ye - pachnotka zwyczajna, liść - Fol. perillae  
Bo He - mięta, liść - Fol. menthae  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fruc. forsythiae  
Qing Hao - bylica roczna, nać - Herb. artemisiae annuae  
Jue Ming Zi - cynamon Cassie, nasiona - Sem. Cassiae  
Chai Hu - przewiercień krzewiasty, nać - Rad. bupleuri  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici  
Huai Hua - perełkowiec japoński, pączek - Flos sophorae japonicae immaturus  
San Qi - żeń-szeń panax notoginseng, korzeń - Rad. pseudoginseng  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Bai Shao - piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba  
Huang Qi - traganek błoniasty, korzeń - Rad. astragali  
He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori  
Bei Sha Shen - glehnia przybrzeżna, korzeń - Rad. glehniae  
Di Huang - rehmannia, korzeń - Rad. rehmaniae preparata

## 069-SU HE TANG GUAN



MŁOT NA STAWY GU

„Su He Tang Guan”, to receptura której zioła ukierunkowane są głównie na ukryty patogen powodujący problemy ze stawami. Według medycyny chińskiej stosowane są na ukryty patogen, który powoduje zmęczenie, przewlekłe infekcje i stany zapalne, bóle stawów, mięśni, głowy, przewlekły ból gardła, problemy trawienne, nerwowo-mięśniowe.

Nawet jeśli klasyczne leczenie ma miejsce i wszystko wydaje się być w porządku, część patogenu pozostaje ukryta w niektórych głębszych warstwach, gdzie czeka na swoją „okazję”. Mówimy wtedy o tak zwanym „ukrytym patogenie”. Może on zostać reaktywowany w dowolnym momencie, gdy poziom naszej energii obronnej spadnie poniżej krytycznej granicy lub gdy nie płynie tak, jak powinna, na przykład z powodu stresu, podczas którego ciepło jest generowane przez emocje. Zachodnie metody diagnostyczne często niczego nie ujawniają, a my czujemy się ciągle źle. Ciągłe powtarzają się stany zmęczenia i wyczerpania i wydaje nam się, że „coś po nas pełza”. Boli nas głowa, stawy czy mięśnie, czujemy lub faktycznie mamy podwyższoną temperaturę.

## 069-SU HE TANG GUAN

- to receptura której zioła ukierunkowane są głównie na ukryty patogen powodujący problemy ze stawami.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Receptura za pomocą ostrych i aromatycznych składników pomaga wydalić ukryty patogen z organizmu. Usuwając Gorąc i toksyny, zapobiegamy dalszemu zanikaniu Qi, ponieważ „ciepło jest wrogiem Qi. Ale receptura nie tylko usuwa „zło”. Wspiera również delikatnie „dobro”, aby osłabiony organizm mógł poradzić sobie z nieproszonym gościem: uzupełnia Qi i krew, harmonizuje potrójny ogrzewacz, a także odżywia yin.



MŁOT NA STAWY GU



## 069 - SU HE TANG GUAN



MŁOT NA STAWY GU

Zi Su Ye - pachnotka zwyczajna, liść - Fol. perillae  
Bo He - mięta, liść - Fol. menthae  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Ding Xiang - goździk, pączek - Flos caryophylli aromatici  
Chen Pi - mandarynka, skórka owocu - Peri. citri  
Mu Xiang - łopian fałszywy, korzeń - Rad. aucklandiae  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici  
Yu Jin - kurkuma, bulwiaste kłącze - Rhiz. curcumae  
San Leng - jeżogłówka, kłącze - Rhiz. sparganii  
Lu Ti Gen - korzeń gruszczyki, Rad. pyrolae  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
He Shou Wu - rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori  
Huang Qi - traganek błoniasty, korzeń - Rad. astragali  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Wu Jia Pi - eleuterokok, kora korzenia - Cor. radices acantopanacis  
Xu Duan - szczęć szorstkowata, korzeń - Rad. dipsaci  
Shen Jin Cao - widłak - Herb. lycopodii

## 070-SU HE TANG NAO GUO

Su He Tang Nao Guo to receptura której zioła ukierunkowane są głównie na ukryty patogen powodujący problemy z układem nerwowym.

Według medycyny chińskiej stosowane są na ukryty patogen, który powoduje zmęczenie, przewlekłe infekcje i stany zapalne, bóle stawów, mięśni, głowy, przewlekły ból gardła, problemy trawienne, nerwowo-mięśniowe.

Nawet jeśli klasyczne leczenie ma miejsce i wszystko wydaje się być w porządku, część patogenu pozostaje ukryta w niektórych głębszych warstwach, gdzie czeka na swoją „okazję”. Mówimy wtedy o tak zwanym „ukrytym patogenie”. Może on zostać reaktywowany w dowolnym momencie, gdy poziom naszej energii obronnej spadnie poniżej krytycznej granicy lub gdy nie płynie tak, jak powinna, na przykład z powodu stresu, podczas którego ciepło jest generowane przez emocje. Zachodnie metody diagnostyczne często niczego nie ujawniają, a my czujemy się ciągle źle. Ciągłe powtarzają się stany zmęczenia i wyczerpania i wydaje nam się, że „coś po nas pełza”. Boli nas głowa, stawy czy mięśnie, czujemy lub faktycznie mamy podwyższoną temperaturę.



MŁOT NA NERWY GU

## 070-SU HE TANG NAO GUO

- Su He Tang Nao Guo to receptura której zioła ukierunkowane są głównie na ukryty patogen powodujący problemy z układem nerwowym.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Receptura za pomocą ostrych i aromatycznych składników pomaga wydalić ukryty patogen z organizmu. Usuwając Gorąc i toksyny, zapobiegamy dalszemu zanikaniu Qi, ponieważ „ciepło jest wrogiem Qi. Ale receptura nie tylko usuwa „zło”. Wspiera również delikatnie „dobro”, aby osłabiony organizm mógł poradzić sobie z nieproszonym gościem: uzupełnia Qi i krew, harmonizuje potrójny ogrzewacz, a także odżywia yin.



MŁOT NA NERWY GU

## 070-SU HE TANG NAO GUO



MŁOT NA NERWY GU

Zi Su Ye - pachnotka zwyczajna, liść - Fol. perillae  
Bo He - mięta, liść - Fol. menthae  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fruc. forsythiae  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici  
Yu Jin - kurkuma, bulwiaste kłącze - Rhiz. curcumae  
Mu Xiang - łopian fałszywy, korzeń - Rad. aucklandiae  
Gui Jian Yu - Ramulus euonymi  
Bai He - lilia, cebula - Bulb. lili brownii  
Huang Jing - Rhiz. polygonati  
He Huan Pi - mimoza czułek, kora - Cort. albizziae  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Wu Jia Pi - eleuterokok, kora korzenia - Cor. radice acantopanacis  
Tu Fu Ling - kolcorośl, korzeń - Rhiz. smilacis  
Qing Hao - bylica roczna, nać - Herb. artemisiae annuae  
Shi Chang Pu - tatarak trawiasty, kłącze - Rhiz. acori  
Ku Shen - szupin, korzeń - Rad. sophorae flavescens

## 071-TONG YONG TONG FENG TANG



PALEC KRÓLA

„Tong Yong Tong Feng Tang”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na dolegliwości związane z dną moczanową, ostre i kłujące bóle, obrzęki i zapalenia stawów.

Zastosowane w mieszance Tong Yong Tong Feng Tang zioła, pomagają usuwać Wilgotne Gorąco z głównych meridianów, jak również z mniejszych gałęzi bocznych. Potrafią one wnikać w najmniejsze stawy, doskonale je oczyścić i uczynić drożnymi. Pomagają również usunąć Gorąc i ogniste toksyny, zatrzymać ból oraz łagodzić stany zapalne.

Inne zioła rozwiązują przyczynę – oczyszczają i usuwają Wilgotne Gorąco. Mieszanka wpływa zatem nie tylko na ostre objawy, ale także na przyczynę ich wystąpienia, dlatego jest idealnym rozwiązaniem do radzenia sobie z tymi nieprzyjemnymi dolegliwościami.

## 071-TONG YONG TONG FENG TANG

- stosowana na dolegliwości związane z dną moczanową, ostre i kłujące bóle, obrzęki i zapalenia stawów

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w mieszance Tong Yong Tong Feng Tang zióła, pomagają usuwać Wilgotne Gorąco z głównych meridianów



PALEC KRÓLA

## 071-TONG YONG TONG FENG TANG



PALEC KRÓLA

- Tian Nan Xing - Kłącze arizemy chińskiej preparowanej, Rhiz. arisaematis preparata  
Cang Zhu - atraktylód, kłącze - Rhiz. atractilodis  
Chuan Xiong - marchwica, kłącze - Rhiz. ligustici  
Long Dan Cao - goryczka wielkolistna, korzeń - Rad. gentianae  
Qiang Huo - kłącze dzięgla górskiego, rhizoma notopterygii, kłącze - Rhiz. notopterygii  
Ze Xie - żabieniec, babka wodna, kłącze - Rhiz. alismatis  
Huang Bai - korkowiec amurski, kora - Cort. phellodendri  
Tong Cao - nard papirus, pulpa - Medulla tetrapanacis  
Bai Hua She She Cao - Oldenlandia hedyotis, nać - Herb. hedyotis diffusa  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Ren Dong Teng - wiciokrzew japoński - Caulis Ionicerae  
Chi Shao - piwonia chińska, korzeń - Rad. paeoniae rubra

## 072-SHAN CI NAN XING



ZEWNĘTRZNA ULGA

Shan Ci Nan Xing to receptura której składniki wspierają w leczeniu dny moczanowej i są stosowane w medycynie chińskiej miejscowo **w postaci zewnętrznych okładów**. Zastosowane w niej zioła pomagają przy ostrym i kłującym bólu w stawie, zwłaszcza dużego palca u stopy, przy obrzękach, bolesnych i ropnych zmianach skórnych i ostrych zapaleniach stawów.

Dwa główne zioła, od których pochodzi nazwa mieszanki, oczyszczają Gorąco i ognistą toksynę, zmniejszają obrzęki, otwierają meridiany i stawy, a tym samym powstrzymują ból. Są również skutecznymi środkami przeciwbólowymi. Miejscowe stosowanie receptury przynosi zatem ulgę we wszystkich „gorących” zapaleniach stawów, gdzie staw jest czerwony, opuchnięty i bardzo bolesny. Drugim użytecznym wskazaniem są ropne i bolesne zmiany skórne.



## 072-SHAN CI NAN XING

- to receptura której składniki wspierają w leczeniu dny moczanowej (do zastosowania zewnętrznego).



ZEWNĘTRZNA ULGA

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomagają poruszyć Krew i przekształcić zastoje Krwi, usunąć gorąc, odprowadzić i osuszyć Wilgotne Gorąco oraz Wiatr.
- Dwa główne zioła, od których pochodzi nazwa mieszanki, oczyszczają Gorąco i ognistą toksynę, zmniejszają obrzęki, otwierają meridiany i stawy, a tym samym powstrzymują ból.

## 072-SHAN CI NAN XING

Ping Bei Mu - Bulbus Fritillariae Ussuriensis  
Tian Nan Xing - Rhiz. arisaematis preparata  
Ru Xiang - kadzidłowiec Cartera, gumożywica - Res. olibanum  
(gummi olibanum)  
Mo Yao - balsamowiec, gumożywica - Res. myrrhae



ZEWNĘTRZNA ULGA

## 076-ER LONG ZUO CI WAN

„Er Long Zuo Ci Wan”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na problemy z niedosłuchem, szumami usznymi, brzęczeniem i dzwonieniem w uszach. Przydatne są również przy utracie słuchu spowodowanej wiekiem lub mieszkaniem w hałaśliwym otoczeniu.

Przyczyną tych problemów może być zarówno brak odżywienia jak i nadmiar ognia wewnętrznego. Najczęściej jest to Yang Wątroby, który przy braku substancji Yin traci swoją kotwicę i unosi się do głowy, co oprócz szumu w uszach może powodować bóle głowy, zawroty głowy czy problemy ze wzrokiem. Mówi się, że objawy niedoboru wydają się być bardziej szmerem, podczas gdy wraz ze wzrostem Yang dźwięki stają się bardziej nieprzyjemne i pojawiają się wysokie gwizdy lub dzwonienie – często bardzo głośne.



CISZA DZWONÓW

## 076-ER LONG ZUO CI WAN

- to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na problemy z niedosłuchem, szumami usznymi, brzęczeniem i dzwonieniem w uszach.
- Przydatne są również przy utracie słuchu spowodowanej wiekiem lub mieszkaniem w hałaśliwym otoczeniu.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w recepturze zioła pomagają odżywić Yin Nerek, Yin i Krew Wątroby, oczyścić puste Gorąco i wycofać unoszące się Yang do głowy. Wspomagają również prawidłowe funkcjonowanie układu naczyniowego i regulują ciśnienie krwi. Przynoszą duże korzyści dla uszu i oczu i „spychają w dół” wznoszące się yang wątroby.



CISZA DZWONÓW

## 076-ER LONG ZUO CI WAN



CISZA DZWONÓW

Di Huang - rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Shan Zhu Yu - dereń lekarski, owoc - Fruc. corni

Shan Yao - pochrzyn chiński, bulwa - Tub dioscoreae oppositae

Mu Dan Pi - piwonia drzewiasta, kora korzenia - Cort. moutan radicis

Fu Ling - poria cocos, sklerota - Skler. poriae

Ze Xie - Żabieniec, babka wodna, kłącze - Rhiz. alismatis

Chai Hu - przewiercień, korzeń - Rad. bupleuri

Ci Shi - magnetyt minerał - Magnetitum

Shi Chang Pu - tatarak trawiasty, kłącze - Rhiz. acori

## 078-LONG DAN XIE GAN TANG



NIEBIESKA GORYCZKA

Jedną z przyczyn powstawania Gorąca w Wątrobie są emocje. Unosi się ono do góry, dlatego głównymi objawami są: bóle głowy, bolesne zaczerwienione oczy i uszy oraz gorzki posmak w ustach. Gdy ogień ten rozprzestrzeni się w obszar podżebrowy, pojawia się ból w tym miejscu i stany zapalne układu pokarmowego (zapalenie wątroby, żołądka czy dróg żółciowych). Gdy Wilgotne Gorąco zejdzie niżej może powodować zaczerwienienie i swędzenie narządów płciowych, mętny mocz czy trudności w oddawaniu moczu. U kobiet mogą pojawić się upławy. Podobnie jest z nadmiarem potu pod pachami. Goryczka, od której pochodzi nazwa preparatu, potrafi pięknie oczyszczać nie tylko Gorąc i Wilgotne Gorąco w Wątrobie i Pęcherzyku Żółciowym, ale również z całego ciała. Inne zioła usuwają Wilgoć, chłodzą i lekko uzupełniają Krew, aby chronić całe ciało.

Pozostałe zioła wspomagają prawidłowe trawienie, pracę wątroby i równowagę mikrobiologiczną, co jest niezwykle ważne dla naszego układu odpornościowego.

## 078-LONG DAN XIE GAN TANG

- Zastosowane w recepturze zioła wspomagają w takich dolegliwościach jak: stany zapalne w całym ciele w różnych miejscach, drażliwość i wybuchowość, wypryski, zmiany zapalne na skórze, śmierdzący pot, opryszczka, gorzki posmak w ustach, zwiększenie ciśnienie wewnątrzgałkowe, zaczerwienienie i pieczenie oczu, ropne zapalenie spojówek, bóle głowy, nawracające zapalenie ucha środkowego, bezsenność, ból i pieczenie w podżebrzu, pieczenie podczas oddawania moczu, trudności w oddawaniu moczu, zapalenie i upławy ginekologiczne (żółte), zapalenie wątroby i pęcherzyka żółciowego, infekcje dróg moczowych, zapalenie gruczołu krokowego i jąder, zapalenie szyjki macicy.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- „Long Dan Xie Gan Tang”, to receptura której zioła według medycyny chińskiej, która pomaga pozbyć się tzw. Ognia Wątroby i Pęcherzyka żółciowego i Wilgotnego Gorąca.



NIEBIESKA GORYCZKA

## 078-LONG DAN XIE GAN TANG



NIEBIESKA GORYCZKA

Long Dan Cao - goryczka, korzeń - Rad. gentianae  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Zhi Zi - gardenia jaśminowata, owoc - Fruc. gardeniae  
Chai Hu - przewiercień, korzeń - Rad. bupleuri  
Ze Xie - Żabieniec, babka wodna, kłącze - Rhiz. alismatis  
Deng Xin Cao - sit rozpierzchły, miąższ łodygi - Medulla junci  
Che Qian Zi - babka, nasiono - Sem. plantaginis  
Di Huang - rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae



## 079-NEI XIAO LUO LI PIAN



### ROZPLĄTANIE WĘZELKÓW

„Nei Xiao Luo Li Pian”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na przekształcanie Flegmy, która występuje w różnych częściach ciała w postaci guzków. Stosowane są również na powiększone, obrzmiałe i bolesne węzły chłonne.

Rozpraszają śluz w ciele, który powoduje „zgrubienia” pod skórą (powiększone węzły chłonne, guzki tarczycy czy grudki tłuszczowe pod skórą).

Wykorzystywane są również na kaszel ze śluzem, który trudno odkrztusić, krótki oddech, uczucie pełności w klatce piersiowej związane z flegmą, nalot w gardle, mdłości i wymioty.

Flegma jest jednym z najbardziej „opornych na leczenie” objawów patologicznych. I to nie tylko tak zwany „jawny” śluz, taki jak ten, który odkrztuszamy i wydmuchujemy. Być może jeszcze bardziej niebezpieczny jest ten „niezamanifestowany”, który ma zdolność wnikania w ścieżki i naczynia krwionośne. Wynika to najczęściej z obecności Gorąca, które „zagęszcza” płyny naszego ciała i objawia się najczęściej wyczuwalnymi guzkami pod skórą

## 079-NEI XIAO LUO LI PIAN

- stosowana na powiększone węzły chłonne, guzki tarczycy czy grudki tłuszczowe pod skórą
- Wykorzystywane są również na kaszel ze śluzem, który trudno odkrztusić, krótki oddech, uczucie pełności w klatce piersiowej związane z flegmą, nalot w gardle, mdłości i wymioty.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomagają przekształcić Flegmę we wszystkich jej formach, oczyszczają Gorąc, usuwają toksyny, rozbijają zastoje Krwi i poruszają Qi.
- Zastosowane w Nei Xiao Luo Li Pian składniki, pomagają zmiękczyć węzły i rozluźnić stwardnienia, usunąć ciepło i poruszyć Qi oraz krew. Poprawiają również przepływ limfy w całym układzie limfatycznym.



ROZPLĄTANIE WĘZELKÓW

## 079-NEI XIAO LUO LI PIAN



### ROZPLĄTANIE WĘZEŁKÓW

Xia Ku Cao - Głowienka pospolita, nać z kwiatami - Herb. *prunella vulgaris spica*

Bei Mu - Szachownica żółta - cebula - Bulb. *fritillariae cirrhosae*

Hai Zao - Sargassi thallus, wodorosty - *Sargassi thallus*

Bai Lian - Winnik japoński, korzeń - Rad. *ampelopsidis*

Tian Hua Fen - Gurdlina, korzeń - Rad. *trichosanthis kirilowi*

Lian Qiao - Forsycja zwisła, owoc - Fruc. *forsythiae*

San Ke Zhen - Berberys Wallicha, kora - Rad. *berberidis*

Mang Xiao - Sól Glaubera, minerał - *Natri sulfas*

Hai Ge Ke - Małże, lastura - *Cyclinae sinensis concha*

Zhi Shi - Pomarańcza gorzka, owoc niedojrzały - Fruc. *aurantii ammaturus*

Jie Geng - Rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. *platycodi*

Bo He - Mięta, liść - Fol. *menthae*

Di Huang - Rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. *rehmaniae preparata*

Dang Gui - Dzięgiel chiński, korzeń - Rad. *angelicae sinensis*

Xuan Shen - Trędownik, korzeń - Rad. *scrophulariae ningpoensis*

Gan Cao - Lukrecja, korzeń - Rad. *glycyrrhizae*

## 080-HUANG LIAN SHANG QING WAN



ŻÓŁTY SMOK

Huang Lian Shang Qing Wan to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na pomoc w likwidowaniu stanów zapalnych w różnych miejscach. Zastosowane zioła pomagają oczyścić Gorąco i pozbyć się toksyn oraz Wiatru. Dlatego stosuje się je w takich dolegliwościach jak: gorączka, pulsujące bóle głowy i ból gardła, ostre stany zapalne (np. Oczu, ziarna jęczmienia) stany zapalne uszu i zatok.

Zioła radzą sobie również z nadmiarem gorąca w żołądku i jelicie grubym, który objawia się jako: owrzodzenia jamy ustnej, zapalenie i obrzęk dziąseł, krwawienia z nosa, nieżyt żołądka i stan zapalny w jelicie grubym z zaparciami.

Formuła świetnie sprawdza się również przy infekcjach ran i owrzodzeń objawiających się zaczerwienieniem i bólem czy powstawaniem ropy.

## 080-HUANG LIAN SHANG QING WAN



ŻÓŁTY SMOK

- pomaga w likwidowaniu stanów zapalnych w różnych miejscach, dlatego stosuje się ją w takich dolegliwościach jak: gorączka, pulsujące bóle głowy i ból gardła, ostre stany zapalne (np. Oczu, ziarna jęczmienia) stany zapalne uszu i zatok.
- Zioła radzą sobie również z nadmiarem gorąca w żołądku i jelicie grubym, który objawia się jako: owrzodzenia jamy ustnej, zapalenie i obrzęk dziąseł, krwawienia z nosa, nieżyt żołądka i stan zapalny w jelicie grubym z zaparciami.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane zioła pomagają oczyścić Gorąco i pozbyć się toksyn oraz Wiatru.

## 080-HUANG LIAN SHANG QING WAN



ŻÓŁTY SMOK

Huang Lian - cynowód, kłącze - Rhiz. coptidis  
Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Zhi Zi - gardenia jaśminowata, owoc - Fruc. gardeniae  
Jing Jie - schizonepetae, nać - Herb. schizonepetae  
Bo He - mięta, liść - Fol. menthae  
Lian Qiao - forsycja zwisła, owoc - Fruc. forsythiae  
Ja Hua - złocień wielokwiatowy, kwiat - Flos. chrysanthemi morifolii  
Xuan Shen - trędownik, korzeń - Rad. scrophulariae ningpoensis  
San Ke Zhen - berberys Wallicha, kora - Rad. berberidis  
Bai Zhi - dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Man Jing Zi - niepokalanek, owoc - Fruc. viticis  
Shi Gao - gips włóknisty, minerał - Gypsum fibrosum

## 081-HUA ZHI PIAN

„Hua Zhi Pian”, to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na nieprzyjemne swędzenie w okolicy odbytu, obrzęki i hemoroidy.

Dolegliwości w okolicy odbytu występują z różnych przyczyn – najczęściej z powodu długotrwałej skłonności do zaparć lub odwrotnie – z powodu częstych „papkowatych” stolców i ciąży. Ponadto ściana naczyń może być osłabiona, może to być dolegliwość wrodzona (hemoroidy są często „dziedziczne”) lub po prostu są osłabione z powodu osłabienia śledziony.

Z jednej strony Śledziona nie utrzymuje tkanek „na miejscu”, może dojść do przepukliny, z drugiej strony nie zatrzymuje krwi w naczyniach i tworzą się hemoroidy, które mogą nam w różnym stopniu przeszkadzać np. przez krwawienie. Mieszanka nie pomoże ich usunąć – to już zmiana strukturalna, ale może je uspokoić na tyle, że „nie myślimy” o nich.



ZŁOTA ŻYŁA

## 081-HUA ZHI PIAN



ZŁOTA ŻYŁA

- Mieszanka ziół stosowana jest do wspomagania leczenia hemoroidów.
- Wpływa na wszystkie ich nieprzyjemne objawy, takie jak ból, krwawienie, stan zapalny w okolicy odbytu, obrzęk i bardzo nieprzyjemne swędzenie.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają rozbić zastoje Krwi i poruszyć Krew (uśmierzając ból), zatrzymać krwawienie, usunąć obrzęki i świąd oraz poruszyć Qi.



## 081-HUA ZHI PIAN



ZŁOTA ŻYŁA

Di Yu - krwiściąg lekarski, korzeń - Radix sanguisorbae

Huai Hua - perełkowiec japoński, pączek - Flos sophorae japonicae immaturus

Di Huang - rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Huang Qin - tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae

Zi Cai - arnebiae seu lithospermi - Rad. arnebiae seu lithospermi

Chen Pi - mandarynka, skórka z owoców - Per. citri reticulatae

Ku Shen - szupin (Sofora), korzeń - Rad. sophorae flavescentis

Sheng Ma - pluskwica, korzeń - Rad. cimicifugae

Huai Jiao - Herba Pteris

Chi Shao - piwonia czerwona, korzeń - Ra. paeoniae rubra

Ce Bai Ye - biota wschodnia - Cacumen platycladi

## 083-RUN HUA JING

Run Hua Jing to receptura której składniki wspierają w ostrych bólach i są stosowane miejscowo w postaci **zewnętrznych okładów**. Bóle te najczęściej są ostre lub tępe po urazie i wymagają ciepła. Zioła te mają działanie poruszające i rozgrzewające dlatego stosowane są na tzw. „zimne” zastoje Krwi.

Mieszanka ta jest stosowana podczas lekkich masaży tuina lub w postaci okładów, gdzie trzeba „rozgrzać” dany obszar. Oprócz składników rozgrzewających i poruszających receptura zawiera inne zioła, które rozbijają zastój Qi i blokady krwi, a tym samym uśmierzają ból oraz zmniejszają opuchliznę w dotkniętym obszarze. Wiele z nich jest stosowanych w medycynie chińskiej specjalnie do leczenia urazów. Ponieważ zioła zawarte w mieszance są bardzo dynamiczne, działają głęboko w tkankach. Recepturę można stosować również przy reumatyzmie stawów i mięśni, których ból zmniejsza się po zastosowaniu ciepła, ale także w celu poprawy słabego krążenia obwodowego z nieprzyjemnym mrowieniem lub bólem, np. w zespole Raynauda lub stanach po udarze.



NIEBIESKI SINIACZEK

## 083-RUN HUA JING



NIEBIESKI SINIACZEK

- to receptura której składniki wspierają w ostrych bólach i są stosowane w medycynie chińskiej miejscowo w postaci **zewnętrznych okładów**.
- Ponieważ zioła zawarte w mieszance są bardzo dynamiczne, działają głęboko w tkankach. Recepturę można stosować również przy reumatyzmie stawów i mięśni, których ból zmniejsza się po zastosowaniu ciepła, ale także w celu poprawy słabego krążenia obwodowego z nieprzyjemnym mrowieniem lub bólem, np. w zespole Raynauda lub stanach po udarze.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zioła te mają działanie poruszające i rozgrzewające dlatego stosowane są na tzw. „zimne” zastoje Krwi.
- Oprócz składników rozgrzewających i poruszających receptura zawiera zioła, które rozbijają zastój Qi i blokady krwi, a tym samym uśmierzają ból oraz zmniejszają opuchliznę w dotkniętym obszarze.

## 083-RUN HUA JING

Tao Ren - Brzoskwinia zwyczajna, nasiono - Sem. persicae

Cheng Liu - Chinese Tamarisk Twing

Zi Ran Tong - piryt - Pyritum

Mo Yao - mirra, gumożywice - Res. myrrhae

Ru Xiang - olibanum, gumożywice - Res. olibanum (gummi olibanum)

San Ke Zhen - berberys Wallicha, kora - Rad. berberidis

Lu Lu Tong - ambrowiec, owoc - Fruc. liquidambaris

Zhang Nao - kamfora - Camphora



NIEBIESKI SINIACZEK

## 085 - XIAO FENG PIAN

Xiao Feng Pian to receptura której składniki stosowane są na różne wykwity skórne (czerwone i swędzące), pokrzywkę i łuszczycę.

Pomagają usunąć Gorący Wiatr ze skóry, odprowadzić Wilgoć i Wilgotne gorąco, ochłodzić Krew i harmonizować warstwę ochronną.

Receptura pochodzi z XVII wieku i jest jedną z najskuteczniejszych w leczeniu świądu w chorobach skóry, takich jak egzema i pokrzywka, czy zaczerwieniona skóra z objawami trądziku, odra i ospa wietrzna. Bardzo dobrze sprawdza się również przy łuszczycy.

Około jedna trzecia ziół zawartych w mieszance pomaga usunąć Wiatr i swędzenie, jedna trzecia usuwa Gorąco, a jedna czwarta odżywia Kew i Yin – w ten sposób zioła pomagają zharmonizować warstwę obronną (odporność – w tym przypadku reakcję skóry na bodźce zewnętrzne) i jej odżywianie. Dobrze odżywiona i nawilżona skóra jest wtedy dużo bardziej odporna i zdrowsza na wszelkie czynniki zewnętrzne.



LEKKI WIATR

## 085 - XIAO FENG PIAN

- to receptura której składniki stosowane są na różne wykwity skórne (czerwone i swędzące), pokrzywkę, egzemę, trądzik i łuszczycę.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga usunąć Gorący Wiatr ze skóry, odprowadzić Wilgoć i Wilgotne gorąco, ochłodzić Krew i harmonizować warstwę ochronną.
- Około jedna trzecia ziół zawartych w mieszance pomaga usunąć Wiatr i swędzenie, jedna trzecia usuwa Gorąc, a jedna czwarta odżywia Kew i Yin



LEKKI WIATR

## 085 - XIAO FENG PIAN



LEKKI WIATR

Jing Jie - schizonepetae, nać - Herb. schizonepetae  
Fang Feng - ledebouriela, korzeń - Rad. ledebouriellae  
Dang Gui - dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis  
Di Huang - rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniaepreparata  
Ku Shen - szupin (Sofora), korzeń - Rad. sophorae flavescens  
Cang Zhu - atraktylód, kłącze - Rhiz. atractilodis  
Niu Bang Zi - łopian większy, nasiono - Sem. arcti  
Zhi Mu - anemarrhenae, kłącze - Rhiz. anemarrhenae  
Gan Cao - lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Shi Gao - gips włóknisty, minerał - Gypsum fibrosum  
Tong Cao - drzewo papierowe, miąższ - Medulla tetrapanacis

## 086 - GENG NIAN AN PIAN

Geng Nian An Pian to receptura której składniki wspierają w dolegliwościach związanych np. z menopauzą takich jak: uderzenia gorąca, nocne poty, ciepło w dłoniach, klatce piersiowej i podszewkach stóp, zawroty głowy lub szum w uszach, niepokój i lęki, bezsenność, wahania nastroju, nadciśnienie i pogorszenie pamięci.

Zawarte w recepturze zioła pomagają odżywić Yin Nerek i Wątroby, uzupełnić Krew Wątroby, usunąć Gorąc z niedoboru i ściągnąć w dół wznoszący się Yang.

Receptura ta jest specjalnie opracowana na okres, kiedy organizm stopniowo traci substancje yin i nagle brakuje tego, co chłodzi, nawilża i odżywia ciało (poziom naszej esencji życiowej, jako najbardziej witalnej substancji yin, naturalnie spada wraz z wiekiem). Kiedy yin jest mało i nie ochładza wystarczająco, yang zaczyna stosunkowo dominować w organizmie i pojawia się tzw. Puste Gorąco.



GORĄCE FALE



## 086 - GENG NIAN AN PIAN

- to receptura której składniki wspierają w dolegliwościach związanych np. z menopauzą takich jak: uderzenia gorąca, nocne poty, ciepło w dłoniach, klatce piersiowej i podszewkach stóp, zawroty głowy lub szum w uszach, niepokój i lęki, bezsenność, wahania nastroju, nadciśnienie i pogorszenie pamięci.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zawarte w recepturze zioła pomagają odżywić Yin Nerek i Wątroby, uzupełnić Krew Wątroby, usunąć Gorąc z niedoboru i ściągnąć w dół wznoszący się Yang.



GORĄCE FALE

## 086 - GENG NIAN AN PIAN



GORĄCE FALE

Di Huang - Rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Ze Xie - Żabieniec, babka wodna, kłocze - Rhi. alismatis

Mai Men Dong - Konwalnik japoński, korzeń - Rad. ophiopogonis

Xuan Shen - Trędownik, korzeń - Rad. scrophulariae ningpoensis

Mu Dan Pi - Piwonia drzewiasta, kora korzenia - Cort. moutan radice

Fu Ling - Poria cocos, sklerota - Skler. poriae

Zhen Zhu Mu - Margaritiferae usta - Concha margaritiferae

Xian Mao - Rhiz. curculiginis

Wu Wei Zi - Cytryniec chiński, owoc - Fruc. schisandrae

Ci Shi - Magnetyt minerał - Magnetitum

Gou Teng - Czepota, końcowe gałązki - Ram. cum uncis uncaria

Fu Xiao Mai - Pszenica, nasiono - Sem. tritici levis

He Shou Wu - Rdest wielokwiatowy, bulwa korzeniowa - Rad. polygoni multiflori

## 087-PIAN TOU TONG PIAN

Pian Tou Tong Pian to receptura której składniki wykorzystywane są na bóle głowy z powodu ataku Zewnętrznego Zimnego Wiatru, lub z powodu wirusów czy alergii (Gorący Wiatr).

Zastosowane w niej zioła pomagają na takie dolegliwości jak przekrwienie błony śluzowej nosa z katarzem, symptomy ataku zewnętrznego patogenu (dreszcze, zawroty głowy, bóle głowy, bóle karku i ramion), wrażliwość na Wiatr i Wilgoć (bóle głowy przy zmianie pogody), migreny.

Bardzo dobrze sprawdza się przy bólach głowy podczas zmian pogody, które pojawiają się jako reakcja na wilgoć lub wiatr nawet gdy nie ma bezpośredniego narażenia na te czynniki (ból głowy bez wychodzenia na zewnątrz)

**UWAGA!**

Receptura nie jest przeznaczona na bóle głowy spowodowane niedoborem (występują objawy niedoboru Qi, krwi) ani na bóle z powodu wzrostu yang wątroby (migrena z uczuciem wymiotów, światłowstręt, reakcje na stres, często związane z cyklem u kobiet).



WIERZA WIATROWA

## 087-PIAN TOU TONG PIAN

- receptura której składniki wykorzystywane są na bóle głowy z powodu ataku Zewnętrznego Zimnego Wiatru, lub z powodu wirusów czy alergii (Gorący Wiatr).
- Bardzo dobrze sprawdza się przy bólach głowy podczas zmian pogody, które pojawiają się jako reakcja na wilgoć lub wiatr nawet gdy nie ma bezpośredniego narażenia na te czynniki (ból głowy bez wychodzenia na zewnątrz)

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomagają wyrzucić Gorący Wiatr z głowy i okolic oczu.



WIERZA WIATROWA

## 087-PIAN TOU TONG PIAN

Chuan Xiong - Ligustici wallichii, kłącze - Rhiz. ligustici  
Du Huo - Dzięgiel omszały, korzeń - Rad. angelica pubescentis  
Fang Feng - Ledebouriela, korzeń - Rad. ledebouriellae  
Qiang Huo - Notopterygii, kłącze - Rhiz. notopterygii  
Gao Ben - Lubczyk chiński, korzeń z kłączem - Rhiz. et rad. ligustici  
Man Jing Zi - Niepokalanek, owoc - Fruc. viticis  
Bo He - Mięta, liść - Fol. menthae  
Bai Zhi - Dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Dang Gui - Dzięgiel chiński, korzeń - Rad. angelicae sinensis



WIERZA WIATROWA

## 088-TIAN MA GOU TENG WAN

Tian Ma Gou Teng Wan to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na ból głowy wywołany np. z powodu wniknięcia patogenu taki jak Wiatr.

Jest to „klasyczna” nowoczesna formuła z późnych lat pięćdziesiątych XX wieku, pierwotnie opracowana na bóle głowy związane z nadciśnieniem, ale obecnie jest powszechnie stosowana w leczeniu nadmiernych bólów głowy lub zawrotów głowy.

Zastosowane w niej zioła pomagają również w stanach, w których konieczne jest uspokojenie objawów Wiatrów Wewnętrznych, np. we wczesnych stadiach choroby Parkinsona lub w porażeniu połowicznym po udarze. Mieszanina jest uważana za lekką lub umiarkowanie aktywną - dlatego może być podawana długoterminowo. W Chinach jest popularna w praktyce geriatrycznej właśnie dlatego, że może skutecznie kontrolować drżenie, a także poprawić pamięć.



UTONIĘCIE WIATRU

## 088-TIAN MA GOU TENG WAN

- Stosowana jest na takie dolegliwości jak: pulsujący ból głowy, nadwrażliwość na hałas, światło i zapach, nudności połączone z bóle głowy, migreny, ból i ucisk w oczach, sztywność karku, dzwonieni w uszach, drgawki, drażliwość, bezsenność, nadciśnienie, zawroty głowy i skurcze twarzy.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają ograniczyć wznoszące się Yang Wątroby, wyciszyć wewnętrzny Wiatr, ochłodzić wewnętrzny Gorąc oraz wzmocnić i ustabilizować Wątrobę oraz Nerki.



UTONIĘCIE WIATRU

## 088-TIAN MA GOU TENG WAN

Tian Ma - Gastrodia - Rhiz. gastrodiae  
Gou Teng - Czepota, końcówki gałązek - Ram. cum uncis uncariae  
Shi Jue Ming - Haliotis, muszla - Concha haliotis  
Zhi zi - Gardenia jaśminowata, owoc - Fruc. gardeniae  
Huang Qin - Tarczycza bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae  
Du Zhong - Eukomia wiązowata, kora - Cort. eucommiae  
Sang Ji Sheng - Gązewnik chiński - gałązka - Loranthis ramulus  
Niu Xi - Grzebyk - Rad. achyranthis  
Yi Mu Cao - Serdecznik, nać - Herb. leonuri sibirici  
Ye Jiao Teng - Rdest wielokwiatowy, łodyga - Cau. polygonimultiflori  
Fu Shen - Poria kokosowa, zarodnia z korzeniem - Scler. paradiscis  
poriae cocos



UTONIĘCIE WIATRU



## 090-HUO XIANG ZHENG QI PIAN

Huo Xiang Zheng Qi Pian to receptura której składniki wspierają przy ostrych atakach biegunki lub wymiotów np. Grypa jelitowa.

Zastosowane w niej zioła stosowane są przy grypie jelitowej, ostrym zapaleniu żołądka i jelit, wzdęciach, zatruciach pokarmowych i skurczach żołądka oraz jelit - może temu towarzyszyć też gorączka i dreszcze.

Pomagają usunąć Wilgotne Gorąco lub Zimno i Wilgoć z ciała, zmienić ruch Qi Żołądka w dół i zharmonizować układ trawienny. Mogą być również stosowane przy chorobie lokomocyjnej (nudności i wymioty po nadmiernym ruchu lub podróży środkami transportu), po przejadaniu się z późniejszym zastojem pokarmu w żołądku lub po nadmiernym spożyciu alkoholu.



DZIKA WODA

## 090-HUO XIANG ZHENG QI PIAN



DZIKA WODA

- wspiera przy ostrych atakach biegunki lub wymiotów np. Grypa jelitowa
- zioła te stosowane są przy grypie jelitowej, ostrym zapaleniu żołądka i jelit, wzdęciach, zatruciach pokarmowych i skurczach żołądka oraz jelit - może temu towarzyszyć też gorączka i dreszcze.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomagają usunąć Wilgotne Gorąco lub Zimno i Wilgoć z ciała, zmienić ruch Qi Żołądka w dół i zharmonizować układ trawienny.

## 090-HUO XIANG ZHENG QI PIAN



DZIKA WODA

Huo Xiang - Brodziec paczulka, nać - Herb. agastachis

Zi Su Ye - Pachnotka zwyczajna, liść - Fol. perillae

Bai Zhi - Dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae

Zong Lu Pi - Petiolus Trachycarpi

Bai Zhu - Atraktylod wielkogłówkowy, kłącze - Rhiz. atractylodis

Fu Ling - Poria cocos, sklerota - Skler. poriae

Yu Bai Fu - Truciec, bulwa - Rhiz. typhonii

Hou Po - Magnolia lekarska, kora - Cort. magnoliae

Jie Geng - Rozwar wielkokwiatowy, korzeń - Rad. platycodi

Chen Pi - Mandarynka, skórka - Peri. citri

Gan Cao - Lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae

Da Zao - Głożyna pospolita, owoc - Fruc. jujubae

## 091-JIANG YA PIAN

Jiang Ya Pian to receptura której składniki ukierunkowane są na dolegliwości związane z Yang Wątroby i jej zastojem czyli wspierają w takich dolegliwościach jak: zbyt wysokie ciśnienie, bóle głowy, zawroty głowy, bezsenność, zaczerwienienie podczas stresu, drażliwość, niepokój, ucisk za oczami, zwiększona potliwość.

Zastosowane w niej zioła pomagają wycofać Yang Wątroby i ją uspokoić, usunąć Gorąc i Wilgotne Gorąco z Wątroby oraz Pęcherzyka żółciowego, odżywić yin i Krew oraz pozbyć się zastoju Qi.



ROZDĘCIE WIATRU

## 091-JIANG YA PIAN

- wspiera w takich dolegliwościach jak: zbyt wysokie ciśnienie, bóle głowy, zawroty głowy, bezsenność, zaczerwienienie podczas stresu, drażliwość, niepokój, ucisk za oczami, zwiększona potliwość.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają wycofać Yang Wątroby i ją uspokoić, usunąć Gorąc i Wilgotne Gorąco z Wątroby oraz Pęcherzyka żółciowego, odżywić yin i Krew oraz pozbyć się zastoju Qi.



ROZDĘCIE WIATRU

## 091-JIANG YA PIAN



ROZDĘCIE WIATRU

Dan Shen - Szałwia czerwona - Rad. salviae

Mu Dan Pi - Piwonia drzewiasta, kora korzenia - Cort. moutan radiceis

Huang Qin - Tarczyca bajkalska, korzeń - Rad. scutellariae

Zhi Zi - Gardenia jaśminowata, owoc - Fruc. gardeniae

Zhi Mu - Anemarrhenae, kłącze - Rhiz. anemarrhenae

Zhen Zhu Mu - Margaritiferae usta - Concha margaritiferae

Long Dan Cao - Goryczka, korzeń - Rad. gentianae

Niu Xi - Grzebyk - Rad. achyranthis.

Di Huang - Rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Xia Ku Cao - Głowienka pospolita, nać z kwiatami - Herb. prunella vulgaris spica

Ku Shen - Szupin (Sofora), korzeń - Rad. sophorae flavescentis

## 092-BAZHENG SAN

Ba Zheng San to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na ostre zapalenie dróg moczowych i bolesne oddawanie moczu.

Zastosowane w recepturze zioła pomagają usunąć Gorąc z pęcherza moczowego, odprowadzić Wilgoć, ułatwić oddawanie moczu i złagodzić ból przy oddawaniu moczu. Sprawdzają się również przy takich dolegliwościach jak: drażliwość, niepokój, bezsenność, ból w ramionach, krew w moczu, ciemny lub mętny mocz.

Jest to ostra mieszanka pierwszej pomocy w leczeniu infekcji pęcherza moczowego, a także skuteczna receptura w początkowej fazie zapalenia nerek lub prostaty. Zawarte w nim zioła wchodzi bezpośrednio na drogę nerek i pęcherza moczowego. Ma silne działanie oczyszczające zarówno gorąca, wilgotnego gorąca, jak i ognia z toksyn bakteryjnych.



CZERWONA RZEKA

## 092-BA ZHENG SAN

- to receptura której składniki ukierunkowane są głównie na ostre zapalenie dróg moczowych i bolesne oddawanie moczu.
- Sprawdza się również przy takich dolegliwościach jak: drażliwość, niepokój, bezsenność, ból w ramionach, krew w moczu, ciemny lub mętny mocz.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w recepturze zioła pomagają usunąć Gorąc z pęcherza moczowego i odprowadzić Wilgoć,



CZERWONA RZEKA



## 092-BA ZHENG SAN

Qui Mai - Goździk, nać - Herb. dianth  
Che Qian Zi - Babka, nasiono - Sem. plantaginis  
Bian Xu - Rdest ptasi, nać - Herb. polygoni  
Hua Shi - Talk - Talcum  
Zhi Zi - Gardenia jaśminowata, owoc - Fruc. gardeniae  
Gan Cao - Lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae  
Deng Xin Cao - Sit rozpierzchły, miąższ łodygi - Medulla junci  
San Ke Zhen - Berberys Wallicha, kora - Rad. berberidis



CZERWONA RZEKA

## 093-LI SHUI PAI SHI PIAN

Li Shui Pai Shi Pian to receptura której składniki wspierają w redukcji i usuwaniu kamieni i „piasku” z dróg moczowych (kamica moczowa).

Zastosowane w niej zioła pomagają usunąć mętną, Gorącą Wilgoć ze ścieżki Pęcherza moczowego, wspomagają oddawanie moczu i uśmierzają ból przy jego oddawaniu.



MĘTNE ŹRÓDŁO

## 093-LI SHUI PAI SHI PIAN

- to receptura której składniki wspierają w redukcji i usuwaniu kamieni i „piasku” z dróg moczowych (kamica moczowa).

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają usunąć mętną, Gorącą Wilgoć ze ścieżki Pęcherza moczowego



MĘTNE ŹRÓDŁO

## 093-LI SHUI PAI SHI PIAN

Jin Qian Cao - Tojeść, nać - Herb. lysimachiae  
Ren Dong Teng - Wiciokrzew japoński, łodyga - Caulis lonicerae  
Shi Wei - Pyrozja językowata, liść - Fol. pyrrosiae  
Qu Mai - Goździk, nać - Herb. dianthi  
Xu Chang Qing - Cynanchi paniculati - Rad. cynanchi paniculati  
Hua Shi - Talk - Talcum  
Dong Kui Zi - Ślaz, nasiono - Sem. malvae  
Che Qian Zi - Babka, nasiono - Sem. plantaginis  
Gan Cao - Lukrecja, korzeń - Rad. glycyrrhizae



MĘTNE ŹRÓDŁO

## 094 - XIAO HUO LUO PIAN

Xiao Huo Luo Pian to receptura której składniki stosuje się na bóle reumatyczne, które są reakcją na zmianę pogody (Wiatr, Zimno, Wilgoć) a poprawiają się pod wpływem ciepła lub przebywania w ciepłym otoczeniu.

Zawarte w niej zioła stosuje się na różne choroby stawów jednak nie dłużej niż 2 miesiące (mogą zbyt rozgrzać i spowodować Gorąco w ciele). Pomagają rozbić zastoje Krwi oraz zastój Śluzu i poprawić ruch Qi. Dlatego stosuje się je również na poranną sztywność, bóle reagujące na chorobę, mrowienie, obrzęki wokół stawów, reumatoidalne zapalenie stawów i zespół Raynauda i zespół niespokojnych nóg.



CZYSTE KANAŁY

## 094 - XIAO HUO LUO PIAN



CZYSSTE KANAŁY

- to receptura której składniki stosuje się na bóle reumatyczne, które są reakcją na zmianę pogody (Wiatr, Zimno, Wilgoć) a poprawiają się pod wpływem ciepła lub przebywania w ciepłym otoczeniu.
- stosuje się je również na poranną sztywność, bóle reagujące na chorobę, mrowienie, obrzęki wokół stawów, reumatoidalne zapalenie stawów i zespół Raynauda i zespół niespokojnych nóg

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomagają rozbić zastoje Krwi oraz zastój Śluzu i poprawić ruch Qi

## 094 - XIAO HUO LUO PIAN

Tian Nan Xing - Arizema amurska - Rhiz. arisaematis preparata  
Xiang Jia Gen  
Ru Xiang - Olibanum, gumożywice - Res. olibanum (gummi olibanum)  
Mo Yao - Mirra, gumożywice - Res. myrrhae



CZYSTE KANAŁY

## 096-FU FANG DAN SHEN PIAN

Fu Fang Dan Shen Pian to receptura której składniki stosowane są w dolegliwościach serca i naczyń krwionośnych a w Chinach wykorzystuje się w leczeniu miażdżycy tętnic wieńcowych, dusznicy bolesnej, hiperlipidemii i choroby Alzheimerera.

Zastosowane w niej zioła mają wiele korzystnych funkcji, w tym uśmierzanie bólu, wspomaganie krążenia krwi, poprawę zmniejszonego przepływu krwi, obniżanie poziomu lipidów we krwi, ochronę naczyń krwionośnych i mięśnia sercowego oraz poprawę funkcji serca. Zioła te pomagają złagodzić zastoje i blokady w obszarze naczyń serca, poruszyć Krew i zlikwidować jej zastoje, udrożnić meridiany, usunąć nagromadzony Gorąc i uspokoić emocje.

Wykorzystywane są przy bólach w klatce piersiowej, ucisku i dyskomforcie w klatce, nadmiernym biciu serca, duszności, niepokoju i drażliwości, bezsenności, bólach głowy, miażdżycy, dusznicy bolesnej, chorobie Alzheimerera i migrenach. Wspomagają krążenie krwi i zatrzymują nieprzyjemne bóle wynikające z zastołów.



BIJĄCY DZWON



## 096-FU FANG DAN SHEN PIAN



BIJĄCY DZWON

- to receptura której składniki stosowane są w dolegliwościach serca i naczyń krwionośnych
- w Chinach wykorzystywana w leczeniu miażdżycy tętnic wieńcowych, dusznicy bolesnej, hiperlipidemii i choroby Alzheimera.
- Wykorzystywana również przy bólach w klatce piersiowej, ucisku i dyskomforcie w klatce, nadmiernym biciu serca, duszności, niepokoju i drażliwości, bezsenności, bólach głowy, miażdżycy, dusznicy bolesnej, chorobie Alzheimera i migrenach.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomagają złagodzić zastoje i blokady w obszarze naczyń serca, poruszyć Krew i zlikwidować jej zastoje, udroźnić meridiany, usunąć nagromadzony Gorąc i uspokoić emocje

## 096-FU FANG DAN SHEN PIAN

Dan Shen - Szałwia czerwona - Rad. salviae  
San Qi - Żeń-szeń fałszywy, korzeń - Rad. pseudoginseng  
Bing Pian - Borneol - Borneolum



BIJĄCY DZWON

## 097-ZHUANG GU XIAO CI PIAN

Zhuang Gu Xiao Ci Pian to receptura której składniki stosowane są przy nadmiernej kruchości kości i przy tendencji do częstych złamań oraz tworzenia się garbu wraz z wiekiem (osteopenia, osteoporoza).

Zastosowane w niej zioła pomagają wzmocnić Nerki (Esencja, Yang, Yin i Jing), uzupełnić i poruszyć Krew oraz oczyścić meridiany. Ich celem jest wspomaganie tkanek narządu ruchu, zwłaszcza kości i ścięgien.

Według medycyny chińskiej za jakość kości odpowiadają Nerki. A ponieważ kości są twarde – szczególnie ich yang, dlatego sześć z dziesięciu ziół zawartych w recepturze pomaga go uzupełnić. Kości muszą być nie tylko mocne, ale także elastyczne. Dlatego należy zadbać też o yin nerek i esencję życiową Jing, której jakość ma np. duży wpływ na naszą płodność i długowieczność (wspierają ją zioła uzupełniające krew, yin i samą esencja). Silne nerki dostarczają kościom wystarczającej ilości składników odżywczych. Wraz z wiekiem Nerki słabną, co ma wpływ właśnie na kości. Dlatego należy wspierać nerki.



SOLIDNY BAMBUS

## 097-ZHUANG GU XIAO CI PIAN

- stosowana przy nadmiernej kruchości kości i przy tendencji do częstych złamań oraz tworzenia się garbu wraz z wiekiem (osteopenia, osteoporoza)

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają wzmocnić Nerki (Esencja, Yang, Yin i Jing), uzupełnić i poruszyć Krew oraz oczyścić meridiany



SOLIDNY BAMBUS

## 097-ZHUANG GU XIAO CI PIAN



SOLIDNY BAMBUS

Yin Yang Huo - Epimedium, nać - Herb. epimedii

Bu Gu Zhi - Sem. psoraleae

Gu Sui Bu - Drynarie, kłącze - Rhiz. drynariae

Du Zhong - Eukomia wiązowata, kora - Cort. eucommiae

Xu Duan - Szczec, korzeń - Rad. dipsaci

Tu Si Zi - Kianianka chińska, nasiono - Sem. cuscatae

Di Huang - Rehmania kleista, preparowany korzeń - Rad. rehmaniae preparata

Bai Shao - Piwonia biała, korzeń - Rad. paeoniae alba

Dan Shen - Szałwia czerwona - Rad. salviae

Zhi Mu - Anemarrhenae, kłącze - Rhiz. anemarrhenae

## 098 - XIANG ZHI TANG



SZYBKI WODOSPAD

Xiang Zhi Tang to receptura której składniki stosowane są przy zatruciu i ataku wirusa na układ pokarmowy gdzie głównym objawem są ostre wymioty, niestrawność, podwyższona gorączka, dreszcze i uczucie pełności w nadbrzuszu oraz skurcze jelit (ostre zapalenie żołądka i jelit, grypa jelitowa). Inne ich zastosowanie to choroba lokomocyjna, przejedzenie się czy kac.

Ziół tych nie powinno się stosować przy dużej niewydolności Krwi i Yin (ostre i aromatyczne, wysuszające zioła) oraz przy objawach Wilgotnego Gorąca (są to ciepłe zioła). Pomagają one wydalić zanieczyszczenia, złagodzić skurcze i zastój Qi w Żołądku, wydalić i rozproszyć patologiczną Wilgoć, przekierować Qi Żołądka w dół i zharmonizować układ trawienny.

## 098 - XIANG ZHI TANG



SZYBKI WODOSPAD

- to receptura której składniki stosowane są przy zatruciu i ataku wirusa na układ pokarmowy gdzie głównym objawem są ostre wymioty, niestrawność, podwyższona gorączka, dreszcze i uczucie pełności w nadbrzuszu oraz skurcze jelit
- Inne ich zastosowanie to choroba lokomocyjna, przejedzenie się czy kac

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Pomaga wydalić zanieczyszczenia, złagodzić skurcze i zastój Qi w Żołądku, wydalić i rozproszyć patologiczną Wilgoć, przekierować Qi Żołądka w dół i zharmonizować układ trawienny.
- nie powinno się jej stosować przy dużej niewydolności Krwi i Yin (ostre i aromatyczne, wysuszające zioła) oraz przy objawach Wilgotnego Gorąca (są to ciepłe zioła)

## 098 - XIANG ZHI TANG



SZYBKI WODOSPAD

Mu Xiang - *Saussurea lappa*, korzeń - Rad. aucklandiae  
Bai Zhi - Dzięgiel dahuryjski, korzeń - Rad. angelicae dahuricae  
Shan Zha - Głóg, owoc - Fruc. crataegi  
Bo He - Mięta, liść - Fol. menthae  
Chen Pi - Mandarynka, skórka - Peri. citri  
Ju Hua - Złocień wielokwiatowy, kwiat - Flos chrysanthemi morifolii  
Tian Ma - Gastrodia - Rhiz. gastrodiae  
Fu Ling - *Poria cocos*, sklerota - Skler. poriae  
Yi Yi Ren - Łzawnica ogrodowa, nasiono - Sem. coicis  
Hou Po - Magnolia lekarska, kora - Cort. magnoliae  
Huo Xiang - Brodziec paczulka, nać - Herb. agastachis  
Bai Zhu - Atraktylod wielkogłówkowy, kłącze - Rhiz. atractylodis  
Ge Gen - Kudzu, korzeń - Rad. puerariae



## 103 - SAN QI

San Qi to receptura której składniki stosowane są w celu zatrzymania krwawienia.

Mogą być wykorzystywane jako uzupełnienie przy krwawieniach z powodu Gorąca i krwawieniach z niewydolności śledziony. Przeciwskazaniem do ich stosowania są skłonności do tworzenia zakrzepów krwi.



ŻEŃ SZEŃ FAŁSZYWY

## 103-SAN QI

- receptura której składniki stosowane są w celu zatrzymania krwawienia.

Działanie według Medycyny Chińskiej:

- może być wykorzystywana jako uzupełnienie przy krwawieniach z powodu Gorąca i przy krwawieniach z niewydolności śledziony.



ŻEŃ SZEŃ FAŁSZYWY

## 103 - SAN QI

San Qi - ženšen nepravý, kořen - Rad. pseudoginseng  
Ce Bai Ye - zarez východní - Cacumen platycladi  
Ai Ye - pelyněk stříbřitý, list - Fol. Artemisiae argyi



ŻEŃ SZEŃ FAŁSZYWY

## 104-ER XAIN TANG

Er Xain Tang to receptura której składniki stosowane są na problemy związane z menopauzą, wysokim ciśnieniem, uderzeniami gorąca, drażliwością, bólami głowy, napięciem, nocnymi potami, częstym oddawaniem moczu, szumach w uszach, bezsennością i jako „zrównoważenie” poziomu hormonów.

Zastosowane w niej zioła pomagają rozgrzać Yang Nerek i wzmocnić ich Esencję, usunąć puste gorąco i uzupełnić Krew.



WYRÓWNANIE ENERGII

## 104-ER XAIN TANG

- to receptura której składniki stosowane są na problemy związane z menopauzą, wysokim ciśnieniem, uderzeniami gorąca, drażliwością, bólami głowy, napięciem, nocnymi potami, częstym oddawaniem moczu, szumach w uszach, bezsennością i jako „zrównoważenie” poziomu hormonów.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- Zastosowane w niej zioła pomagają rozgrzać Yang Nerek i wzmocnić ich Esencję, usunąć puste gorąco i uzupełnić Krew.



WYRÓWNANIE ENERGII

## 104-ER XAIN TANG

Xian Mao - Rhiz. curculiginis

Ba Ji Tian - morinda lékařská, kořen - Rad. morindae

Yin Yang Huo - škornice, nať - Herb. epimedii

Zhi Mu - anemarrhena asfodelkovitá, oddenek - Rhiz. anemarrhenae

Huang Bai - korkovník amurský, kůra - Cort. phellodendri

Dang Gui - děhel čínský, kořen - Rad. angelicae sinensis



WYRÓWNANIE ENERGII

## 108-BAN XIA XIE XIN TANG

Ban Xia Xie Xin Tang to receptura której składniki stosowane są w celu harmonizacji żołądka gdy występują nudności, wymioty, zgaga, wzdęcia, biegunka, odbijanie się czy nieświeży oddech, wrzody, refluks, zapalenie żołądka czy zespół jelita drażliwego. Pomagają one łagodzić napięcia w górnej części brzucha i wyregulować Qi Żołądka.

Zastosowane zioła pomagają rozproszyć zastój w środkowym ogrzewaczu, złagodzić napięcia w górnej części brzucha i przywrócić prawidłowy kierunek Qi. Pomagają również usunąć gorąc z żołądka i złagodzić objawy gorąca - zgaga, nieświeży oddech oraz wzmocnić Śledzionę.



ROSNĄCE ZMĘTNIENIE

## 108-BAN XIA XIE XIN TANG

- to receptura której składniki stosowane są w celu harmonizacji żołądka gdy występują nudności, wymioty, zgaga, wzdęcia, biegunka, odbijanie się czy nieświeży oddech, wrzody, refluks, zapalenie żołądka czy zespół jelita drażliwego.

### Działanie według Medycyny Chińskiej:

- pomaga łagodzić napięcia w górnej części brzucha i wyregulować Qi Żołądka
- Zastosowane zioła pomagają rozproszyć zastój w środkowym ogrzewaczu, złagodzić napięcia w górnej części brzucha i przywrócić prawidłowy kierunek Qi. Pomagają również usunąć gorąc z żołądka i złagodzić objawy gorąca - zgaga, nieświeży oddech oraz wzmocnić Śledzionę.



ROSNĄCE ZMĘTNIENIE

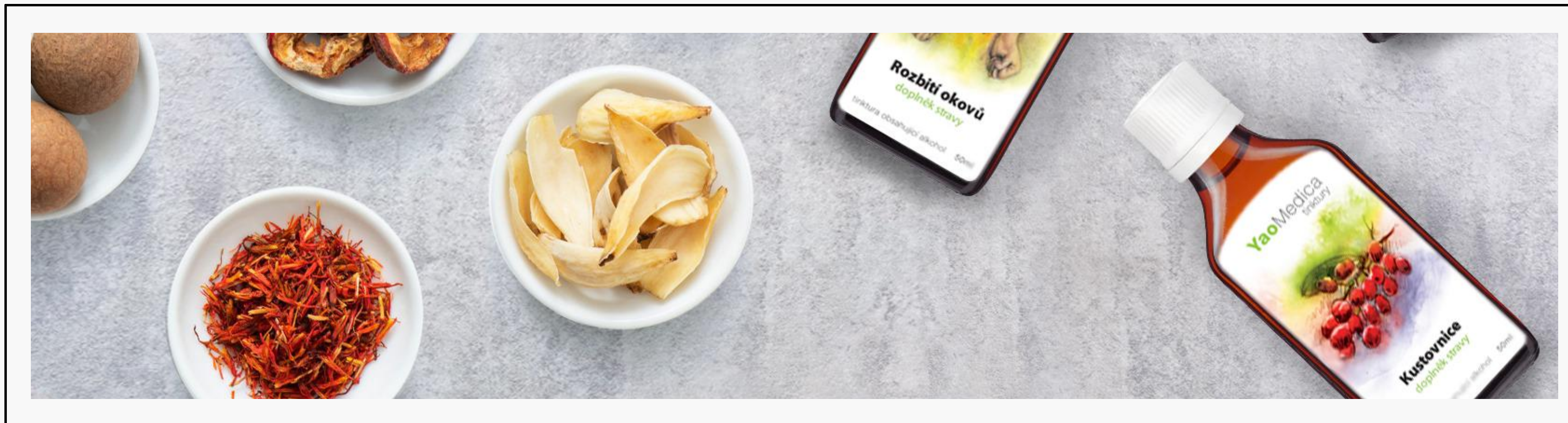


## 108-BAN XIA XIE XIN TANG

Yu Bai Fu - typhonie velká, hlíza - Rhiz. typhonii  
Huang Qin - šišák bajkalský, kořen - Rad. scutellariae  
Huang Lian - koptis čínská, oddenek - Rhiz. coptidis  
Gan Jiang - zázvor obecný, oddenek - Rhiz. zingiberis  
Dang Shen - pazvonek chloupkatý, kořen - Rad. codonopsis  
Da Zao - jujuba čínská, plod - Fruc. Jujubae  
Gan Cao - lékořice, kořen - Rad. glycyrrhizae  
Shi Gao - sádrovec minerál - Gypsum fibrosum



ROSNĄCE ZMĘTNIENIE



## PORADNIA

**YaoMedica**<sup>®</sup>  
nalewki

Jeśli potrzebujesz wsparcia w doborze receptur ziołowych,  
skontaktuj się z naszą bezpłatną poradnią:

Email: **poradnia@mycomedica.pl**

Więcej informacji o terapeutycznym zastosowaniu grzybów:

**www.GrzybyChinskie.pl**