

T38 – Sídlo středu (Central Mansion) / *shenling baizhu san*

renshen *Radix Ginseng*

baizhu *Rhizoma Atractylodis macrocephalae*

fuling *Poria*

zhigancao *Radix Glycyrrhizae prep.*

biandou *Semen Dolichoris lablab*

shanyao *Rhizoma Dioscoreae*

lianzi *Semen Nelumbinis*

sharen *Fructus Amomi*

yiiren *Semen Coicis*

jiegeng *Radix Platycodi*

taizishen *Radix Pseudostellariae*

yuzhu *Rhizoma Polygonati odorati*

xiyangshen *Radix Panacis quinquefolii*

Model: prázdnota čchi sleziny a žaludku, prázdnota jin sleziny a žaludku, vlhkost ve středním ohřivači, prázdnota čchi plic

Účinky: doplňovat čchi sleziny a žaludku, vyživovat jin sleziny a žaludku, přeměňovat vlhkost, zastavovat průjem a doplňovat plíce

Indikace: řídká stolice, průjem, špatná chuť k jídlu, špatné trávení, pocity mírné plnosti a tíhy v epigastriu, nevolnost, slabost v končetinách, bolest v epigastriu, únava, stařecká cukrovka typu [II. typu - NIDDM II], chronický kašel s bílým vodnatým hlenem, bledost bez lesku, hubenost

Jazyk: bledý, mírně oteklý, lepivý ale spíše tenký povlak, mírný povlak bez zakořenění, velmi tenký povlak ve středu jazyka, středové žaludeční praskliny, příčné slezinové rýhy

Puls: celkově slabý, mírně hladký, na pravé střední pozici může být plovoucí a prázdny

Klasický předchůdce: *shenling baizhu san* („Prášek se ženšenem, *fulingem* a *baizhu*“)

Rozbor

Velmi důležitý přípravek na doplnění sleziny a žaludku. Vznikl obměnou „Prášku se ženšenem, *fulingem* a *baizhu*“ (*shenling baizhu san*). Jeho účinky jsou v něčem podobné „Odvaru šesti ušlechtilých“ (*liujunzitan*; UTIŠENÍ STŘEDU - *Soothe the Centre* – T12), ale jsou komplexnější a mají širší využití, protože přípravek v první řadě doplňuje čchi žaludku i sleziny a přeměňuje vlhkost. Doplnuje však i jin žaludku a sleziny, a proto je vhodný v počátečních stádiích prázdnoty jin sleziny a žaludku, kdy hlavní příznaky jsou: mírná žízeň bez potřeby pít, sucho v ústech, suchá stolice, suché rty, slabá chuť k jídlu, mírné epigastrické bolesti.

Přípravek ve svém složení obsahuje celý „Odvar čtyř ušlechtilých“ (*sijunzitan*: *renshen*, *baizhu*, *fuling* a *zhigancao*), který doplňuje čchi žaludku a sleziny. *Sharen* a *yiiren* odvádějí vlhkost; první aromatickým působením přes pocení a druhý přes moč. *Sharen* také upravuje stoupání a klesání čchi středního ohřivače a pomáhá zastavovat nevolnost, zvracení a průjmy. *Shanyao* doplňuje čchi i jin žaludku a pomáhá u diabetu. *Lianzi* doplňuje žaludek i slezinu a zastavuje průjmy. *Biandou* doplňuje čchi i jin sleziny a zastavuje průjmy. *Jiegeng* vede účinek přípravku do horního ohřivače a do plic, který je pak vhodný i na doplnění čchi plic a na přeměnu hlenů. Funkce *jiegengu* se často přirovnává k veslu, které vede loďku, tj. účinky přípravku, do horního ohřivače.

Taizishen bylo přidáno na posílení vyživující funkce jin žaludku. *Yuzhu* bylo přidáno na vyživení jin žaludku a na pročištění případné prázdne horkosti. *Xiyangshen* byl přidán, protože vyživuje čchi i jin žaludku, sleziny a plic.

Tento přípravek je užitečné porovnat a odlišit od jemu podobných, tj. od UTIŠENÍ STŘEDU (*Soothe the Centre* - T12, resp. *liujunzitan*) a od NEFRITOVÉHO PRAMENE (*Jade Spring* - T08, resp. *shashen maidong tang*).

Oba, UTIŠENÍ STŘEDU a SÍDLO STŘEDU, doplňují čchi žaludku i sleziny a přeměňují vlhkost. Hlavní rozdíl spočívá v tom, že SÍDLO STŘEDU vyživuje také jin žaludku a sleziny, je však určeno jen na mírné stavy prázdnoty jin žaludku a sleziny, zejména pokud jsou spojené s prázdnotou čchi. Pokud je prázdnota jin sleziny a žaludku výrazná, je vhodnější NEFRITOVÝ PRAMEN.

UTIŠENÍ STŘEDU a SÍDLO STŘEDU se dále liší tím, že první rovněž rozhání stísněnou čchi ve středním ohřivači, což SÍDLO STŘEDU nedělá.

SÍDLO STŘEDU je oproti UTIŠENÍ STŘEDU vhodné i u osob, které mají konstitučně slabší střední ohřivač. Oba přípravky jsou určeny na prázdnotu žaludku a sleziny z nepravidelné životosprávy, avšak u osob s konstitučně

silnějším *yangmingem* se vyvíjejí syndromy, se kterými počítá UTIŠENÍ STŘEDU, zatímco u konstitučně slabšího *yangmingu* se vyvíjejí syndromy, se kterými počítá SÍDLO STŘEDU. Viz rozdílová Tab. 1.

Tab. 1 Rozdílová tabulka – srovnání tří směrů: SÍDLO STŘEDU (Central Mansion – T38), UTIŠENÍ STŘEDU (Soothe the Centre – T12) a NEFRITOVÝ PRAMEN (Jade Spring – T08).

	Sídlo středu – T38	Utišení středu – T12	Nefritový pramen – T08
Syndromy	prázdnota čchi sleziny a žaludku, prázdnota jin sleziny a žaludku, vlhkost	prázdnota čchi sleziny a žaludku, vlhkost, stagnace čchi	prázdnota jin sleziny, plic a žaludku
Účinky	doplňovat čchi sleziny a žaludku, vyživovat jin sleziny a žaludku, přeměňovat vlhkost	doplňovat čchi sleziny a žaludku, přeměňovat vlhkost, rozhýbat čchi, odstranit stagnace	vyživit jin sleziny, plic a žaludku
Příznaky	únava, mírná žízeň, sucho v ústech, ale bez potřeby pít, řídká stolice, průjem, slabá epigastrická bolest, špatná chuť k jídlu	únava, pocit tíhy, plnosti a rozpínání v epigastriu, podrážděnost, nepříjemná chuť, slabá epigastrická bolest, špatná chuť k jídlu	žízeň, sucho v ústech s potřebou pít po malých doušcích, sucho v hrdle, suchý kašel, únava, pocity horkosti navečer
Barva pokožky	matná, bledá, bez lesku	matná, bledá s větším leskem, bledě žlutá	bledá, červeň na lícních kostech, která se „vznáší“ nad bledostí
Těl. konstituce	mírně hubená	nadváha	hubenost
Pocity v epigastriu (nadbřišku)	slabá epigastrická bolest, slabý pocit tíhy v epigastriu	slabá epigastrická bolest a pocitování tíhy, plnosti a rozpínání v epigastriu	palčivá epigastrická bolest, bez rozpínání, plnosti nebo pocitů tíhy
Jazyk	bledý, povlak tenký a lepivý, může se objevovat ve skvrnách a bez kořene, středová žaludeční rýha nebo rozptýlené žaludeční praskliny, velmi mírně odlupující se ve středu, mírné příčné slezinové rýhy po stranách	bledý, oteklý, může mít mírně zarudlé okraje (pokud je stagnace čchi výrazná), povlak tlustý a lepivý	normální nebo červený se středovou žaludeční rýhou, nebo s rozptýlenými žaludečními prasklinami, mírné příčné slezinové rýhy po stranách, ve středu oloupaný
Puls	slabý, mírně plovoucí a prázdný na pravé střední pozici	slabý, ale také hladký; může být mírně strunovitý (pokud je stagnace čchi výrazná)	plovoucí a prázdný, především na pravé střední pozici; rychlý, pokud je přítomna prázdná horkost
Etiologie	nepravidelná dieta, slabá <i>yangmingová</i> konstituce, přepracování	nepravidelné dieta, nadměrné požívání mastných jídel, relativně silná <i>yangmingová</i> konstituce, nadměrná fyzická zátěž	nepravidelné dieta, jedení v pozdních hodinách, nepravidelné stravování, přepracování, stres

Duševní a emoční model

Klíčové slovo: zakotvení sebe sama, tzv. grounding

Přípravek je určen na dlouhodobou prázdnotu žaludku a sleziny. Prvek země je centrem ostatních čtyř prvků, centruje a ukotvuje nás (doslovně i metaforicky). Osoba trpící oslabením prvku země, se cítí nezakotvena a neusazena sama v sobě - nevycentrovaná. Často také její chůze vypadá jako bez základu. Zvedá paty, jako by kráčela jen na bříšcích chodidla bez položení paty. Náladou bývá depresivní. Deprese pramení z pocitu nesounáležitosti, izolace, nezakořenění a nedostatkem usazení se v sobě. Tyto osoby velmi často opustily domov ve velmi raném věku.

Upozornění a kontraindikace

Jedná se o jemně působící přípravek se širokým záběrem na doplnění čchi, který se může užívat dlouhodobě bez jakýchkoliv skutečných kontraindikací. Jelikož obsahuje byliny odvádějící i přeměňující vlhkost, nehrozí nebezpečí, že by doplňující byliny způsobily stagnaci.

V kostce: prázdnota čchi a jin žaludku a sleziny. Trávicí obtíže, zejména dlouhodobě neformovaná stolice nebo průjem.

Rozdíly oproti klasickému předchůdci: ● výraznější účinek vyživování jin



bledý, částečně
sloupnutý



bledý, částečně
sloupnutý, hluboká
ST rýha, suchý



částečně
sloupnutý,
ST rýha



bledý, nateklý,
částečně
sloupnutý