

# HAX5.9

## Tangkuei & Bupleurum Formula

逍遥散

xiāoyáo sǎn

Prášek pro pohodu

### Složení

kořen prorostlíku ( <i>chaihu</i> )	sklerocium pórnatky ( <i>fuling</i> )	nať máty ( <i>bohe</i> )
kořen děhele ( <i>danggui</i> )	oddenek atraktylodu ( <i>baizhu</i> )	kořen lékořice ( <i>zhigancao</i> )
kořen pivoňky ( <i>baishao</i> )	oddenek zázvoru ( <i>paojiang</i> )	

### VYSVĚTLENÍ SLOŽENÍ DLE PRINCIPŮ TRADIČNÍ ČÍNSKÉ MEDICÍNY:

*Chaihu*, *danggui*, *baishao*, *fuling*, *baizhu* a *paojiang* jsou v receptuře zastoupeny shodným poměrem, vzájemně se nijak nepřevyšují, naopak se mezi sebou podporují, ale i kontrolují, zkrátka organicky k sobě patří. Každá z bylin nějaké tělesné procesy podporuje a jiné naopak usměrňuje či přímo omezuje, společně tak umí své účinky plasticky ztělesnit do obnovy orgánové souhry mezi játry a slezinou. *Chaihu* zprůchodňuje játra, uvolňuje stísněnosti nejen jater, ale i žlučníku; svojí silnou čchi podporuje jangovou čchi v rozptylování a (hybatel) dřevo v ohýbání, napřimování, pronikání, rozšiřování a dosahování. *Baizhu*, *fuling*, *zhigancao* a *paojiang* teple doplňují a posilují zemi (*pi-wei*), aby dobře rodila čchi a krev, dobře přeměňovala i přepravovala, tj. případně dále nezhoršovala stupeň stísnění mechanismu čchi (*qiji*) vytvářením vlhkosti, hlenů či hromaděním stravy; navíc dobře fungující a vyživená země není tolik náchylná k podmaňování dřevem (játry). *Danggui* a *baishao* navazují na účinky slezinových bylin: přímo podporují rození krve, a tím přispívají ke zprůchodňování jater prostřednictvím výživy a změkčování. Účinek receptury završují máta a lékořice. *Bohe* rozptyluje stísněnou čchi jater, tím posiluje účinek *chaihu*, k tomu zároveň odvádí a rozptyluje horkost, a nadto zbavuje i nečisté čchi. Nad rámec svých doplňujících a uvolňujících účinků harmonizuje *zhigancao* též výsledný účinek receptury; navíc ve dvojici s *baishao* má významný účinek i na uvolňování svalového napětí.

### V ČÍNĚ SE PŘÍPRAVKU PŘISUZUJÍ TYTO ÚČINKY:

- ✓ zprůchodňuje játra a vyživuje krev (*shugan yangxue*)
- ✓ posiluje slezinu a harmonizuje střed (*jianpi hewei*)
- ✓ napravuje menstruaci (*tiaojing*)

### V ČÍNĚ SE PŘÍPRAVEK TRADIČNĚ POUŽÍVÁ NA:

- ✓ **stísnění jater s prázdností krve s kombinovanými fyzickými příznaky plnosti a prázdnoty jako:** vyčerpanost, tíseň na hrudi, pocity rozpínání v prsou, ospalost, zatmívání před očima, pocity těžké hlavy až bolesti hlavy, závratě, palpitace, napětí v oblasti ramenou či krku, pocity roztažení břicha, snížená chuť k jídlu, stolice měkká, příp. obtížně vyloučitelná (typu neschopnosti „spokojeně“ dokončit vyprazdňování), snížená chuť k jídlu, pocity roztažení po jídle, ztráta váhy, chronické průjmy, poruchy menstruace; v menší míře (z nedostatku svlažování krví, ať již z prázdnoty či ze stísnění) též horkost pěti srdcí, suchost v ústech, hořko v ústech, návaly horkosti,
- ✓ **stísnění jater s prázdností čchi a krve s kombinovanými psychickými příznaky plnosti a prázdnoty jako:** deprese, úzkosti, podrážděnost, duševní a emocionální nevyrovnanost s neklidem a vyčerpaností ducha
- ✓ **gynekologické obtíže ze stísnění a zauzlení se čchi jater (*ganqi yujie*), příp. s prázdností krve a prázdností sleziny, nebo ze stagnace či zahrazení *chongmai* a *renmai* s přítomností stagnující vlhkosti:** napětí v podbřišku, bolest při palpaci podbřišku, premenstruační syndrom či menopauzální obtíže (psychické obtíže popsané výše, migrény, bolestivé oči, střídání se zimnic s návaly horkosti, premenstruační akné), menstruační bolesti ze stísnění krve (*xueyu*), nepravidelná menstruace (*yuejing butiao*) a případně z ní i vyplývající neplodnost, zvětšení břicha z akumulací (*jiju*), cysty v prsou
- ✓ **terén prázdnoty jin a krve u mladých dívek s nerovnováhou vrstev výživy a ochrany:** návaly horkosti, přílivové horkosti, chřadnouce končetiny, pozvolna se vyvíjející sálání horkosti z kostí, hlenovitý kašel ap.
- ✓ pulsy strunovité (*xian*) a prázdný (*xu*), jazyk bledý až bledě červený
- ✓ stavy odpovídající biomedicínským příznakům jako bolesti žaludku, žaludeční neurózy, gastritida, chronická hepatitida, vč. virové, virové zátěže (EBV, HPV, herpesy), chronické záněty hrdla, chronické obtíže kůže, smutek, deprese, (některé prameny směs dokonce uvádí jako prevenci tvorby vrásek v důsledku vymizení mračen), nervová slabost, stres, neschopnost volně vyjadřovat emoce, anémie, chronický únavový syndrom, premenstruační syndrom s fibroidy v prsou, perinomenopauzální syndrom,

prázdnota sleziny (krve a čchi) se stísněním jater  
(*ganyu pixu, ganqi yujie, gan-pi butiao*)

bolestivé roztažení

- \* hrudi
- \* prsou
- \* břicha
- \* podbřišku

závratě

jazyk bledý až  
bledě červený

trávicí obtíže

pulsy: *xian, xu*

gynekologické i menopauzální obtíže z *ganqiyu*

děložní fibroidy ap. – dobrých výsledků bude dosaženo jen při souladu se syndromovým modelem TČM (*ganyu pixu, ganqi yujie, gan-pi butiao*)

#### TRADIČNÍ ČÍNSKÉ KOMBINACE:

- ✓ se *shudihuangem* u závažnější prázdnoty krve a *yin* s premenstruačními křečemi, bolestmi ramen či lopatek, nadměrným menstruačním krvácením ap. (kombinací vzniká směs *hei xiaoyaosan*)
  - ✓ s *yunzhi* (Corious, outkovka) pro oddělené noční užívání při terénu s prázdnou jin, zauzlení se čchi a hlenů, se škodlivinami přikrčenými (*fuxie*) či hostovskými (*kexie*) oportunisticky využívajícími prázdnou čchi a krve (přes den možno užívat společně)
  - ✓ s *lingzhi* (Ganoderma, lesklokorka, reishi) pro oddělené noční užívání při terénu se suchostí plic, dušností, obtížemi kůže, vyčerpaností esence *jing* ap. (přes den možno užívat společně)
  - ✓ s HBC3.9 *chaihu shugan tang* u výrazných pocitů roztažení v prsou
  - ✓ s WBO1.9 *liuwei dihuangwan* při výraznější prázdnotě jin jater a ledvin (k užívání buď společně či odděleně, přičemž na noc by se HAX5.9 neužívala pro svůj účinek na pozvedávání jangu)
  - ✓ s WBO7.9 *qi-ju dihuangwan* při prázdnotě a poškození jin jater (*ganyin xusun*), a také na jaře
  - ✓ s WLH1.8 *siwutang* při výraznější prázdnotě krve\*
  - ✓ s WLH2.9 *tao-hong siwutang* při prázdnotě krve jater s premenstruačním syndromem a následnou nedostatečnou menstruací, nebo pro podporu (při selhávání) vaječnicků
  - ✓ s WLH3.9 *guipiwán* u výraznější prázdnoty krve sleziny a srdce (*xin-pi xuexu*), příp. i se zahuštěním a zauzlením se vlhkostí\*
  - ✓ s WCX4.9 *xiang-sha liujunzítang* u sklonu k pocitům na zvracení, příp. průjmům či kašovitě stolici\*
  - ✓ s WLC5.9 *bazhentang* při výraznější současné prázdnotě čchi a krve\*
  - ✓ s WLC6.9 *shiquan dabu wan* při výraznější současné chladné prázdnotě čchi a krve\*
- \* (vhodné k užívání společnému/souběžnému, nebo k oddělenému v rámci dne)

#### UPOZORNĚNÍ:

Receptura pochází z díla *Taiping huimin hejiju fang* (Předpisy Tchaipingského úřadu harmonických receptů prospívajících lidu, 1110 n.l.) a řadí se do metody harmonizování (*hefa, hejiefa, tiaohefa*). Obnovuje, napravuje, harmonizuje souhru funkcí orgánů jater a sleziny, ale též i mezi čchi a krví. Rozptyluje stísnění čchi a rozhýbává krev, aniž by zraňovala řádnou čchi. Z toho vyplývá, že není určena na stavy prosté prázdnoty (*qixu, xuexu*). Při stísnění čchi jater s výraznější prázdnou jin jater a ledvin je třeba ji vhodně kombinovat. (viz např. některé kombinace výše) Směs vhodně odpovídá cyklické fyziologii žen, které jsou v důsledku menstruačního krvácení více náchylné k prázdnotě krve a v jejím důsledku i ke stísnění jater. Je vhodná pro použití během všech čtyř fází menstruace, přičemž zejména typické je pro ni použití ve čtvrté (premenstruační) fázi a nejméně paušálně se užívá v první („krev v pohybu“) fázi, kdy se používá jen při nedostatečné či bolestivé menstruaci ze *xueyu*, neboť jinak by vedla k dodatečnému navýšení fyziologického krvácení až do nadměrného, čímž by přispívala ke vzniku či k prohloubení prázdnoty krve s následnou nedostatečnou výživou jater vedoucí k jejich stísnění, tedy na začátek tohoto odstavce. Nevhodně může zvýšit menstruační krvácení i při přítomnosti horkosti, zejména užívala-li by se ve třetí či čtvrté fázi menstruace; při přítomnosti horkosti se užívá varianta HAX5.19 *jiawei xiaoyaosan (dan-zhi xiaoyaosan)*.

Pro muže i ženy je určena zejména na situace, kdy nadměrná játra (stísněná čchi jater) překonávají prázdnou slezinu, což bývá doprovázeno příznaky jako jsou pocity dušnosti v hrudi, hypochondrické bolesti, chladné končetiny, plnost a bolest v epigastriu či břicho, nedostatek chuti k jídlu, průjmy, bolestivé nutkání na stolici a u žen ještě pocity roztažení prsou a nepravidelná menstruace. Ke zhoršování příznaků může docházet ve větší míře na jaře. Pokud by se v takovém stavu jen doplňovalo, dojde ke zhoršení stísnění. Pokud jen rozptylovalo, prohloubila by se prázdnota.

Obdobné užití má i HAX5.19 *jiawei xiaoyaosan (dan-zhi xiaoyaosan)*, která je ale vhodnější při přítomnosti příznaků horkosti, což je i obraz častější u mužů. Pro obdobný obraz (*ganyu pixu*), ale s výraznějšími příznaky vnitřního větru, např. i na jaře, je vhodnější HFL1.9 *yigansan*. Pro stav současné prázdnoty jater a sleziny, kdy případné stísnění čchi a krve koření právě v těchto prázdnotách, více vyhovuje směs HAX3.9 *danggui shaoyao san*. Pro harmonizaci jater a sleziny se jako základní směsi užívají též HAX4 *tongxie yaofang* (prázdnota sleziny se zmohutněním jater – *ganwang pixu*), ale i HBC2.9 *sinisan* (stagnace ve slezině a žaludku se stísněním jater - *ganyu pizhi*, to už je ale plný stav, nikoliv kombinace plnosti a prázdnoty).

Pro orgánovou harmonizaci jater a žaludku, tedy stav čchi jater napadající žaludek (*ganqi fanwei*), je vhodnější HBC3.9 *chaihu shugan tang*. Obě směsi jsou si velmi blízké: jedná se o dvě nejběžnější směsi na zprůchodnění jater při stísnění čchi jater. HBC3.9 cílí výhradně na stísnění čchi jater, které může být i závažné. HAX5.9 cílí na stísnění čchi jater s prázdnou krve a sleziny, tzn. mírněji rozptyluje, ale více vyživuje, a je tak vhodnější u osob s prázdnou a pro dlouhodobější užívání.

Pro plné stavy stísnění jater je možné uvažovat o směsích jako XJC4.9 *yuejuwan*. Společně s HAX5.9 se jedná asi o dvě nejběžnější směsi na zprůchodnění jater s přítomností silné emoční složky. XJC4.9 rozhýbává čchi a krev a používá se výhradně u stavů plnosti, resp. zásadnějších stísnění a stagnace – kromě čchi též tekutin, krve apod. HAX5.9 se naopak používá u kombinovaných stavů plnosti a prázdnoty.

#### DÁVKOVÁNÍ:

2–6 tablet denně. Tablety je nejlépe zapít vlažnou vodou, 15-20 minut před jídlem, nejlépe na lačný žaludek. Pro svůj účinek na pozvedávání jangové čchi se neužívá před spaním.