

UVOLNĚNÍ SEVŘENÍ

T26 - Release Constraint

xiangfu *Rhizoma Cyperi*
chuanxiong *Rhizoma Chuanxiong*
cangzhu *Rhizoma Atractylodis*
shanzhizi *Fructus Gardeniae*
shenqu *Massa Medicata fermentata*

hehuanpi *Cortex Albiziae*
shichangpu *Rhizoma Acori tatarinowii*
gancao *Radix Glycyrrhizae*
yuanzhi *Radix Polygalae*

Model: stagnace čchi jater

Účinky: regulovat čchi, odstraňovat stagnace, zklidňovat játra, pozvednout ducha u depresi

Indikace: duševní deprese, dlouhodobě potlačovaný hněv, zášť nebo frustrace; emoční stres, únava (spíše ze stagnace než z prázdnoty čchi), pocity tlaku v hrudi a epigastriu, bolesti hlavy, říhání, vzdychání, pocity mírné nevolnosti a mírné dušnosti

Jazyk: mírně červený po stranách (v oblasti jater)

Puls: strunovitý a plný na obou stranách

Klasický předchůdce: *yuejuwan* („Pokroutky na překonání napětí“)

Kontraindikace: těhotenství

Rozbor

Přípravek je osvědčená varianta klasických „Pokroutek na překonání napětí“ (*yuejuwan*) lékaře *Zhu Danxiho* (1281-1358). *Zhu* byl přesvědčen, že duševní stísněnost vychází ze „šesti stagnací“: čchi, krve, vlhkosti, hlenů, horkosti a potravy. *Yuejuwan* obsahoval pět produktů, které řešily šest stagnací (protože *cangzhu* řeší dvě - vlhkosti i hlenů). I když je určen šesti stagnacím, klade důraz na stagnaci čchi z emočního napětí.

UVOLNĚNÍ SEVŘENÍ je velice účinné u emočního napětí a depresi, které vycházejí ze stagnace čchi jater, především u mužů. Liší se od známějšího „Prášku pro pohodu“ (*xiaoyaosan*, OSVOBOZENÍ LUNY (Freeing the Moon – T32) viz níže) tím, že je vhodný v případech, kdy stagnace čchi jater převládá a stav je především plného typu. Naopak *xiaoyaosan* (OSVOBOZENÍ LUNY) je určen pro stavy smíšené prázdnoty a plnosti: prázdnotu krve jater, čchi sleziny a stagnaci čchi jater. Mezi těmito dvěma přípravky dobře rozlišují puls a jazyk. Pokud je puls strunovitý a jazyk je červený, používá se UVOLNĚNÍ SEVŘENÍ. Pokud je puls celkově zadržávající nebo tenký a částečně strunovitý a jazyk je po stranách bledý, používá se OSVOBOZENÍ LUNY. *Hehuanpi* bylo přidáno na zklidnění jater a na tišení mysli a éterické duše. *Shichangpu* bylo přidáno k otevření otvorů mysli.

Přípravek též harmonizuje játra a žaludek, proto je vhodný zejména v případech stagnace čchi jater napadající žaludek, což se stává dojde-li k emočnímu rozrušení v průběhu jídla.

Tři nejdůležitější příznaky pro použití přípravku jsou unavenost, deprese a strunovitý puls.

Duševní a emoční model

Klíčové slovo: *ukončení nelibosti*

Přípravek se zaměřuje na emoční a duševní projevy stagnace čchi jater vyvolávající zahrazení mysli: náladovost, duševní deprese, předmenstruační napětí, podrážděnost, frustrace, rozmrzelost a netrpělivost. Typickým projevem zahrazené mysli je především určitá duševní zmatenost vycházející ze stagnace a rovněž silný odpor k jakékoliv duševní nebo citové změně. Přípravek je při tomto typu duševní deprese neobyčejně účinný. Na tělesné úrovni se objevují pocity rozpínání, vzdychání, říhání, únava, bolest v podžebří, pocity tlaku v hrudi, nepravidelná menstruace, nemotornost, rozpínání v prsou a strunovitý puls (který se může vyskytovat i jen vlevo). Ve většině případů se jazyk nemusí měnit, přičemž ve vážných případech může být po stranách mírně červený.

Přípravek též harmonizuje játra a žaludek, proto je vhodný zejména v případech stagnace čchi jater napadající žaludek, která vzniká při emočních rozrušení během příjmu jídla.

Upozornění a kontraindikace

Přípravek se může užívat dlouhodobě bez jakéhokoliv zvláštního omezení, pokud jsou přítomny jasné příznaky stagnace a puls je celkově strunovitý. Je kontraindikován v těhotenství.

V kostce: rozhýbáním čchi a tišením jater řešit depresi ze stagnace čchi jater, podporovat přicházení a odcházení *hun*

Rozdíly oproti klasickému předchůdci: ● mírná úprava pro ošetření duševní deprese



mírně červené
strany a špička

SROVNÁNÍ	UVOLNĚNÍ SEVŘENÍ (T26)	OSVOBOZENÍ LUNY (T32)
Model	stagnace čchi jater nerovnováha jater a žaludku	prázdnota krve jater, prázdnota čchi sleziny nerovnováha jater a sleziny
Osmerá osnova	plný	plný–prázdny
Puls	celkově strunovitý	strunovitý, ale tenký nebo strunovitý nalevo a zadržávající napravo
Etiologie	jen emoční	emoční, ale také jiná (přepracování, porod)
Emoční etiologie	hněv, rozhořčení, zášť	frustrace, podrážděnost, méně intenzivní hněv, obavy, smutek
Oblast	epigastrium	prsa, epigastrium, břicho
Mysl	neustálená a mírně zahrazená	neustálená a oslabená
Jazyk	červené strany	normální nebo i bledší po stranách
Pohlaví	spíše muži	spíše ženy