

消食导滞

xiāoshí dǎozhì

Rozptýlit potravu a odvést stagnaci

XJH1-2280

保和丸

bǎohéwán

Pokroutky zachování harmonie

Účinné složky

<i>shenqu</i>	<i>lianqiao</i>
<i>shanzharou</i>	<i>xiangfu</i>
<i>maiya</i>	<i>cangzhu</i>
<i>fuling</i>	<i>houpo</i>
<i>chenpi</i>	<i>gancao</i>

Vysvětlení

Toto je základní směs pro stagnace potravy, a to zejména v začátcích takových poruch. Stagnace stravy, zejména masité a tučné, velmi účinně rozptýluje *shanzharou*. *Shenqu* dobře působí při následcích přehnané konzumace alkoholu a jídla, v čemž mu pomáhá i *maiya* harmonizující střed a specificky podporující trávení škrobů a ovoce. Vyrovnané *xiangfu* s pálivou a sladkou chutí působí na uvolnění stísněnosti jater. *Cangzhu* vysušuje vlhkost a přeměňuje hleny, čímž pomáhá *xiangfu* v jeho podpoře sleziny a žaludku (*pi-wei*). *Chenpi* rovněž vysušuje vlhkost a přeměňuje hleny, navíc reguluje čchi. *Fuling* podporuje vylučování moči a tiší ducha. *Lianqiao* mírně chladné povahy pročišťuje horkost, vylučuje jedovatosti a rozptýluje zauzleniny. Mírně teplé, hořké a pálivé *houpo* podporuje oběh čchi a vysušuje vlhkost. *Gancao* harmonizuje účinky produktů ve směsi.

Účinky

- rozptýluje [nahromaděnou] potravu a harmonizuje žaludek (*xiaoshi hewei*)

Indikace

- poruchy trávení, zranění stravou (*shangshi*) s bolestmi břicha a pocitem plnosti v žaludku a břiše (*fuman*)
- zvracení kalných hlenů
- následky nadměrné konzumace alkoholu, tabáku, tučných a sladkých potravin
- postižení vlhkou horkostí (*shire*) v průběhu léta
- průjem

Použití

- následky dietních chyb s pocitem plnosti žaludku a břicha, případně i s bolestmi, kyselá a páchnoucí říhání, nausea [pocity na zvracení] a zvracení, nechutenství, jazyk se žlutým a tučným povlakem, pulz hladký (*hua*)
- bolesti žaludku a břicha se stagnací potravy (*shiji futong*) ze stagnace čchi (*qizhi*), akumulace horkosti ze zranění stravou (*shangshi jire*) v rámci syndromu zauzlené horkosti v tlustém střevě (*dachang jiere*)
☞ rovněž je možno použít XJC3
- zvracení z nahromadění potravy (*shiji outu*) s protisměrnou čchi (*qini*)
☞ je-li přítomno mnoho *tanu*, použít s NAM2
- zvracení ze stravovací nerovnováhy, z potravy zraňující slezinu a žaludek (*shi shang pi-wei*)
☞ doporučuje se použít současně NAM2
- nadměrný jang jater stoupající vzhůru - u kuřáků, alkoholiků a u nadměrného příjmu tučných a sladkých jídel
- průjemy z vlhké horkosti v tlustém střevě (*dachang shire*) za letních veder (*shuwen*)
☞ doporučuje se použít současně MBH3
- průjem ze stravovací nerovnováhy, z potravy zraňující slezinu a žaludek (*shi shang pi-wei*)
☞ doporučuje se použít současně HBC2
- akutní (případně i chronické) gastroenteritidy [zánět žaludku a tenkého střeva], hepatitidy [zánět jater], pankreatitidy [zánět slinivky], cholecystitidy [zánět žlučníku]
- nadýmání břicha, kyselá říhání, nechutenství

Poznámky

Ke klasickému složení se uvádí, že směs není vhodná pro stagnaci stravy na terénu prázdnoty sleziny; v úpravě prof. Leunga, kdy kromě úpravy poměrů též přidal byliny posilující trávení a střed (*maiya*, *cangzhu*, *houpo*, *gancao*), ztrácí původní upozornění na závažnosti.

V době užívání je potřeba se vyhnout mastným, tučným potravinám. Směs by měla být užívána s opatrností v těhotenství. Srovnajte s TBX8 (hlavní použití *jianzhi baojian*), variantou XJH1, přeměňující *tan* (tuk) a s mírně projímavými účinky.