

# Účinky

## Spol'ahlivosť účinkov

Čínska medicína je medicínou empirie – pozorovania. Čínski lekári mali možnosť na veľkej vzorke ľudí overiť tisíce rôznych bylinných kombinácií. Obvykle to boli ľudia veľmi vzdelaní, ktorí svoje pozorovania starostlivo zapisovali pre ďalšie generácie nasledovníkov. Vykonávanie lekárskeho povolania bolo už vtedy viazané na absolvovanie náročných skúšok garantujúcich zvládnutie náročnej problematiky liečby.

Od vydania prvých učebníc čínskej medicíny uplynulo už viac ako dvetisíc rokov. Súčasnosť však nezostáva pozadu. Je zdokumentované množstvo blahodarných účinkov čínskych bylinných zmesí u chronicky chorých, rekonvalescentov, konvenčne nevyliciteľných chorých, športovcov, ľudí s duševným vypätím, stresom alebo s civilizačnými ochoreniami. V našej „Kytici“ nájdete len zmesi, ktoré prešli ako skúškou času, tak sitom požiadaviek dnešnej doby.

## Neškodnosť pri kombinácii s užívanými liekmi

Mnohí z vás, ktorí vyhľadávajú bylinnú liečbu, už užívate farmakologické prípravky, teda lieky súčasnej medicíny, a často sa pýtate, či sa tieto dve metódy „nepobijú“. Počas posledných desaťročí sa vo svete uskutočnilo nespočetné množstvo výskumov a štúdií, ktoré sa zaoberali touto otázkou. Stretávame sa s trendom „integrovanej medicíny“, teda vzájomného dopĺňania sa týchto dvoch hlavných prúdov. V tomto svetle sme aj my uskutočnili výber vhodných bylinných zmesí, u ktorých neboli popísané nežiaduce reakcie s farmakologickými prípravkami.

Robíme všetko pre Vašu bezpečnosť. Naším cieľom je Vaše zdravie.

## Neškodnosť pri dlhodobejšom používaní

V tradičnej čínskej medicíne sa pre liečivé rastliny používa termín Yao. Týmto slovom sa označuje aj jedlo, ak sa podáva upravené pre konkrétny somatotyp človeka alebo jeho ochorenie. Hovorí sa, že tieto liečivky sú predĺženou rukou jedálnička.

### Liečivé byliny sa v čínskej medicíne delia do troch skupín:

- byliny určené na akútne podanie, kde sa nepredpokladá dlhšia doba užívania
- byliny na chronické stavy
- byliny neutrálne, vyznačujúce sa slabším pôsobením a nevyhranenými vlastnosťami

Pri výbere bylinných zmesí do e-shopu sme kládli dôraz na dôkladnú kategorizáciu

týchto zmesí – pri každom preparáte teda nájdete návod na použitie. Ďalším aspektom je zvykanie si organizmu na bylinné preparáty. Nesúhlasíme napríklad s propagáciou ženšenových preparátov ako prípravkov určených na celoživotné užívanie. Podľa tradičnej čínskej medicíny tým dochádza k oslabovaniu vlastnej vitálnej energie organizmu, ktorý potom bez tohto „nakopnutia“ už nedokáže sám účinne fungovať a žiada si svoju „dávku“. V našich návodoch nájdete tiež podrobný popis, ktorý optimalizuje užívanie zmesí.