

# Prescriptions Calmer Shen et calmer Shen Produits Lourds

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
calmer le SHEN avec des produits lourds tranquilliser le Coeur et calmer le SHEN			syndromes d'excès de YANG du Foie et du Coeur avec dysphorie, folie / manie, éblouissements, agitation, insomnie, palpations, palpitations sévères, épilepsie, frayeur / effroi

## \* ZHU SHA AN SHEN WAN (froid)

calme le Shen

ZHU SHA, HUANG LIAN, ZHI GAN CAO, SHENG DI HUANG, DANG GUI  
calmer le Coeur et calmer le SHEN, purger le feu et nourrir le YIN, clarifier la chaleur et nourrir le sang,  
syndrome de montée du feu du Coeur et de déficience du YIN et du sang

## SHENG TIE LIO YIN (Lfroid)

limaille de fer

TIAN MEN DONG, MAI MEN DONG, BEI MU, DAN NAN XING, JU HONG, YUAN ZHI, SHI CHANG PU, LIAN QIAO, FU LING, FU SHEN, XUAN SHEN, GOU TENG, DAN SHEN, ZHU SHA, SHENG TIE LUO  
apaiser le coeur et chasser le TAN, calmer le SHEN et calmer les émotions  
syndrome DIAN KUANG par montée du TAN feu qui perturbe le Coeur.

## ZHEN ZHU MU WAN (froid)

ZHEN ZHU MU, DANG GUI, SHU DI HUANG, REN SHEN, SUAN ZAO REN, BAI ZI REN, XI JIAO, FU SHEN, CHEN XIANG, LONG GU, JIN YIN HUA, BO HE, ZHU SHA  
nourrir le YIN et nourrir le sang, apaiser le Coeur et calmer le SHEN,  
syndrome de déficience de YIN et de sang et de montée du YANG du Foie

## CI ZHU WAN (froid)

CI SHI, ZHU SHA, SHEN QU  
calmer le SHEN par les produits lourds, apaiser le Coeur et calmer le SHEN, faire descendre le YANG et éclaircir les yeux,  
syndrome de déficience du YIN des Reins, d'hyperactivité / flottement du YANG du Coeur

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
nourrir le YIN et enrichir le sang calmer le Coeur et calmer le SHEN		syndrome de déficience de YIN et de sang et de montée du YANG déficience avec. dysphorie par déficience, insomnie, palpitations, transpiration nocturne, pollutions nocturnes, amnésie, langue rouge peu d'enduit	

## \* SUAN ZAO REN TANG (neutre)

**SUAN ZAO REN, GAN CAO, ZHI MU, FU LING, CHUAN XIONG**  
nourrir le sang et calmer le SHEN, clarifier la chaleur et calmer la dysphorie,  
syndrome de déficience du sang du Foie et de montée du feu / chaleur déficience

## \* TIAN WANG BU XIN DAN (Lfroid) pilule empereur céleste qui tonifie le Cœur, ménopause

**SHENG DI HUANG, REN SHEN, DAN SHEN, YUAN SHEN, BAI FU LING, WU WEI ZI, YUAN ZHI, JIE GENG, DANG GUI SHEN, TIAN MEN DONG, MAI MEN DONG, BAI ZI REN, SUAN ZAO REN, ZHU SHA**  
nourrir le YIN et nourrir le sang, nourrir le YIN et clarifier la chaleur, tonifier le Coeur et calmer le SHEN,  
syndrome de déficience du Coeur et des Reins, de déficience de sang et YIN et feu déficience

## BAI ZI YANG XIN WAN (Lfroid) nourrir le cœur

**BAI ZI REN, GOU QI ZI, MAI MEN DONG, DANG GUI, SHI CHANG PU, FU SHEN, XUAN SHEN, SHU DI HUANG, GAN CAO**  
nourrir le Coeur et calmer le SHEN, tonifier les Reins et nourrir le YIN,  
syndrome déficience de YIN et de sang et perte de l'harmonie Reins / Coeur avec égarement mental,

## \* HUANG LIAN E JIAO TANG (froid)

**HUANG LIAN, HUANG QIN, SHAO YAO, JI ZI HUANG, E JIAO**  
nourrir le YIN et faire descendre le feu, calmer la dysphorie et calmer le SHEN,  
syndrome de déficience de YIN et de montée du feu dans la maladie de SHAO YIN

## JIAO TAI WAN (chaud) pilule de la rencontre paisible

**HUANG LIAN, ROU GUI**  
permettre / rétablir la communication entre le Coeur et les Reins,  
syndrome de dyshannonie Reins / Coeur et de surabondance du feu du Coeur,

## \* GAN CAO XIAO MAI DA ZAO TANG (frais)

**GAN CAO, XIAO MAI, DA ZAO**  
nourrir le Coeur et calmer le SHEN, harmoniser le Centre et apaiser les spasmes,  
syndrome de ZANG ZAO par déficience du YIN du Coeur et stagnation dépression du Foie

## \* YANG XIN TANG (chaud) nourrir le cœur

**REN SHEN, HUANG QI, FU LING, FU SHEN, DANG GUI, CHUAN XIONG, ZHI GAN CAO, BAN XIA QU, BAI ZI REN, SUAN ZAO REN, YUAN ZHI, WU WEI ZI, ROU GUI, SHENG JIANG, DA ZAO**  
nourrir le Coeur et calmer le SHEN, enrichir l'énergie et tonifier le sang,  
syndrome déficience du Coeur et affaiblissement du sang, frayeur fréquente, agitation.

# Prescriptions Calmer Shen et **calmer Shen Produits Lourds**

## \* ZHU SHA AN SHEN WAN

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe				
calmer le Coeur et calmer le SHEN purger le feu et nourrir le YIN clarifier la chaleur et nourrir le sang		syndrome de montée du feu du Coeur et de déficience du YIN et du sang avec agitation anxieuse / dysphorie (MN FAN), insomnie, beaucoup de rêves, palpitations, sensation de brûlure dans le thorax, chaleur agitée au thorax, nausées,	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;"><b>pouls</b></td> <td>fin, rapide,</td> </tr> <tr> <td><b>langue</b></td> <td>rouge, pointe rouge,</td> </tr> </table>	<b>pouls</b>	fin, rapide,	<b>langue</b>	rouge, pointe rouge,
<b>pouls</b>	fin, rapide,						
<b>langue</b>	rouge, pointe rouge,						

..... Cinnabaris - <b>Sulfure de mercure</b> EMP		<b>ZHU SHA</b>	<b>Produits lourds qui calment le SHEN</b>	Md : C	S : Doux	N : Froid	<b>15</b>	calmer Shen par produits lourds, apaiser cœur clarifier feu cœur, clarifier chaleur éliminer toxine, traiter les inflammations cutanées
..... Rhizoma Coptidis	MIN	HUANG LIAN	<b>clarifier la chaleur et assécher l'humidité</b>	Md : C, F E, (VB,Rte)	S : Amer	N : Froid	<b>18 - 12</b>	clarifier chaleur assécher humidité, purger feu éliminer toxine, clarifier purger feu Cœur, Esto Foie
..... Radix Glycyrrhizae - <b>Racine de réglisse</b>	AMB	ZHI GAN CAO	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : C, P, Rte, E,	S : Doux	N : neutre	<b>16 - 10</b>	réfrigère la gorge, harmonise les ingrédients
..... Radix Rehmanniae	ASS	SHENG DI HUANG	<b>clarifier la chaleur et rafraîchir le sang</b>	Md : C, F, R	S : Amer, Dx	N : Froid	<b>8 - 10</b>	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang, arrêter le sang, nourrir le YIN et produire les L.O., arrêter la soif
..... Radix Angelicae Sinensis - <b>Racine d'Angélique</b>	ASS	DANG GUI	<b>Produits pour tonifier le sang</b>	Md : F,C, Rte	S : Doux,	N : tiède	<b>8 - 10</b>	nourrit et mobilise le sang, humidifie intestins

# Prescriptions Calmer Shen et calmer Shen Produits Lourds

## SHENG TIE LIO YIN : limaille de fer

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
apaiser le coeur et chasser le TAN calmer le SHEN et calmer les émotions		DIAN KUANG par montée du TAN feu qui perturbe le Coeur.	

Radix Asparagi	<b>TIAN MEN DONG</b>	Produits qui nourrissent le Yin	Md : P, R	S : Doux, amer	N : froid, très froid		1/ clarifier le Poumon et faire descendre le feu '2/ nourrir le YIN et humecter la sécheresse '- humecter le Poumon et nourrir les Reins '3/ humecter les Intestins et désobstruer les selles
Radix Ophiopogonis	<b>MAI MEN DONG</b>	Produits qui nourrissent le Yin	Md : P, C, E	S : Doux, légèrement amer	N : froid		1/humecter le Poumon et nourrir le YIN '2/ nourrir l'Estomac et produire les L.O. '3/ clarifier le Coeur et calmer la dysphorie '4 humecter les Intestins et désobstruer les selles
Bulbus Fritillariae	<b>BEI MU</b>	tiédissent (Transforment) le Tan Chaleur	Md : P, C	S : amer (KU) - doux (GAN)	N : légèrement froid (WEI HAN)	<b>60</b>	1/ résoudre le TAN et arrêter la toux + humecter le Poumon : CHUAN BEI MU, 2/ clarifier la chaleur, disperser la nodosité et réduire l'abcès
Arisaemae Curn Felle Bovis - bile bœuf ou mouton, ou porc	<b>DAN NAN XING</b>	tiédissent (Transforment) le Tan Froid	Md :	S : amer (KU) - légèrement	N : frais (LANG)		1/ clarifier et résoudre le TAN chaleur '2/ éteindre le vent et calmer les convulsions
Citrus Grandis Obeck - citron, pamplemousse rose	<b>HUA JU HONG = JU HONG</b>	Régulation du QI	Md : Poumon (FEI), Rate (PI), Estomac (WEI).	S : piquant (XIN), amer (KU)	N : tiède (WEN)		- régulariser la circulation de l'énergie et relâcher le Centre '- disperser le froid '- favoriser la digestion '- assécher l'humidité et résoudre le TAN
Radix Polygalae - herbe au lait	<b>YUAN ZHI</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : P, C, et R en option	S : P, Amer	N : Tiède		apaiser cœur calmer Shen nourrir cœur, expulser TAN arrêter toux, expulser TAN ouvrir orifices, réduire l'abcès gonflement disperser la nodosité
Rhizoma Acori Graminei	<b>SHI CHANG PU</b>	Produits Chaud qui ouvrent les orifices	Md : C, E, - Rte - F	S : Piquant	N : Tiède aromatique		ouvrir orifices réveiller SHEN, résoudre TAN humidité, tranquiliser cœur calmer Shen, résoudre humidité harmoniser Estomac
Fructus Forsythiae Semen Forsythiae	<b>LIAN QIAO</b>	clarifier la chaleur et éliminent toxine	Md : P, C, VB (P,V, IG)	S : Maner	N : Froid légèrement	<b>9 (6)</b>	clarifier la chaleur et éliminer la toxine, réduire les abcès, réduire le gonflement et disperser les nouures, disperser le vent chaleur, disperser et expulser le pervers du BIAO, Clarifier le Cœur et calmer la dysphorie,
Sclerotium Poriae Rubrae - chair rouge du champignon	<b>FU LING</b>	diuretique excréter humidité	Md : -	S : -	N : -	<b>10, 15</b>	'- clarifier la chaleur et favoriser l'élimination de l'humidité '- faire s'excréter l'humidité et purger disperser la chaleur
Poria Cum Radice Pino - pied du champignon du pin	<b>FU SHEN</b>	diuretique excréter humidité	Md : Cœur (XTN), Rate (PI)	S : doux (GAN)	N : neutre (PING)		'- calmer le Cœur et apaiser le SHEN
Radix Scrophulariae	<b>XUAN SHEN = YUAN SHEN</b>	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang	Md : P, E, R	S : Amer, Doux, Salé	N : Froid		clarifier chaleur, rafraîchir sang nourrir YIN, purger feu éliminer toxine, favoriser gorge disperser nodosités, disperser nodosité, humecter intestin, traiter constipation

## Prescriptions Calmer Shen et **calmer Shen Produits Lourds**

### suite SHENG TIE LIO YIN : limaille de fer

Ramulus Uncariae Cm Uncis		<b>GOU TENG</b>	Clarifier chaleur du foie	Md : Foie (GAN), Enveloppe du Cœur (E.C.)	S : doux (GAN)	N : légèrement froid (WEI)		1/ éteindre le vent et arrêter les convulsions 2 clarifier la chaleur et apaiser le Foie 3 abaisser la pression (sanguine) HTA
Radix Salviae Miltiorrhizae - <b>racine de sauge</b>	ASS	DAN SHEN	Activer SANG et Expulser STASE : Activer SANG + Expulser Stase	Md : Cœur, E.C, Foie	S : Amer (KU)	N : légèrement Froid	6 (10)	1/ activer le sang et expulser la stase 2/ rafraîchir le sang et réduire 1'abcès 3/ nourrir le sang et calmer le SHEN clarifier le Cœur et calmer la dysphorie
Cinnabaris - <b>Sulfure de mercure</b>	EMP	ZHU SHA	Produits lourds qui calment le SHEN	Md : C	S : Doux	N : Froid	15	calmer Shen par produits lourds, apaiser cœur clarifier feu cœur, clarifier chaleur éliminer toxine, traiter les inflammations cutanées
Ferrum - <b>Fer</b>		SHENG TIE LUO	Produits lourds qui calment le SHEN	Md : C, F, R	S : Piquant	N : Frais		apaiser le cœur et apaiser le foie, réduire l'abcès éliminer la toxine

# Prescriptions Calmer Shen et **calmer Shen Produits Lourds**

## ZHEN ZHU MU WAN

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe	
nourrir le YIN et nourrir le sang apaiser le Cœur et calmer le SHEN		syndrome de déficience de YIN et de sang et de montée du YANG du Foie avec agitation psychique, insomnie, palpitations par intermittence, vertiges, éblouissements,		
neurasthénie, schizophrénie, tachycardie paroxysmique, arythmie		teint sans éclat,	<b>pouls</b>	fin et tendu

.....  
Concha Margaritifera Usta -  
**nacre de coquille de perle**

.....  
Radix Angelicae Sinensis -  
**Racine d'Angélique**

.....  
Radix Ginseng - **Ginseng**

.....  
Semen Ziziphi Spinosae -  
**Jujube**

.....  
Semen Biotae - **Amande**  
**arbovitae**

<b>ZHEN ZHU MU</b>	<b>Apaiser foie descendre Yang</b>	Md : Foie (GAN), Cœur (XIN).	S : salé (JUAN)	N : froid (HAN)	<b>22,5 -25</b>	1/ apaiser le Foie et faire descendre le YANG calmer le Cœur et le SHEN 2/ clarifier le Foie et éclaircir les yeux
DANG GUI	<b>Produits pour tonifier le sang</b>	Md : F,C, Rte	S : Doux,	N : tiède	<b>45-12</b>	nourrit et mobilise le sang, humidifie intestins
REN SHEN	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : R,P,C, R&P	S : Doux	N : tiède	<b>45-20</b>	tonifier QI YUAN, restaurer pouls traiter prostration, tonifier Rate enrichir Poumon, produire L.O. arrêter soif, calmer SHEN et fortifier le mental, tonifier l'énergie défensive
<b>SUAN ZAO REN</b>	<b>Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN</b>	Md : C, F - VB et rate option	S : Doux	N : Neutre	<b>30-12</b>	nourrir cœur calmer Shen enrichir foie, le YIN arrêter restreindre transpiration, nourrir cœur calmer SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
<b>BAI ZI REN</b>	<b>Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN</b>	Md : C, R, G.I., F,	S : Doux	N : Neutre	<b>30-12</b>	nourrir le cœur et calmer le SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles

# Prescriptions Calmer Shen et calmer Shen Produits Lourds

## suite ZHEN ZHU MU WAN

.....  
Cornu Rhinocerotis Cornu  
Bubali - **Corne de rhinoceros**

.....  
Poria Cum Radice Pino - **piéd du champignon du pin**  
Lignum Aquilariae Resinatum

.....  
Os Draconis - **Os fossilisés préhistorique**

.....  
Caulis Lonicerae. Chevrefeuille

.....  
Herba Menthae - **menthe piquante**

.....  
Cinnabaris - **Sulfure de mercure**

<b>XI JIAO SHUI NIU JIAO SHUI NIU JIAO NONG SUO FEN</b>	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang	Md : C, F, E	S : Amer, Salé	N : Froid	<b>15-3</b>	clarifier chaleur, rafraichir sang arrêter sang, clarifier Cœur, calmer SHEN apaiser convulsions, purger feu, éliminer toxine résoudre BAN
<b>FU SHEN</b>	diuretique excréter humidité	Md : Cœur (XTN), Rate (PI)	S : doux (GAN)	N : neutre (PING)	<b>15-12</b>	'- calmer le Cœur et apaiser le SHEN
<b>CHEN XIANG</b>	Régulation du QI : contre courant	Md : Rate (PI), Estomac (WEI), Reins (SHEN).	S : piquant (XIN), amer (KU),	N : tiède (WEN),	<b>15-6</b>	1/ faire circuler l'énergie et arrêter la douleur 2/ faire descendre le reflux et arrêter les vomissements '- tiédir le centre 3/ faire descendre le reflux et apaiser la dyspnée tiédir les Reins et favoriser la fonction de réception du QI
<b>LONG GU</b>	Produits lourds qui calment le SHEN	Md : C, F, R	S : Doux, astringent	N : Froid ou neutre	<b>15-20</b>	calmer Shen produits lourds, apaiser foie faire descendre Yang, retenir faire l'astringence, produire muscle traiter inflammations cutanées
<b>JIN YIN TENU = REN DONG TENG</b>	clarifier la chaleur et éliminent toxine	Md : P, E, G.I., (C)	S : Doux	N : Froid	<b>qté app.</b>	clarifier la chaleur et éliminer la toxine, clarifier le vent chaleur des JING LUO, soulager l'obstruction
<b>BO HE</b>	LIBERER BIAO PIQUANTS FRAIS (vent/Chaleur)	Md : P, F	S : Piquant	<b>N : Fraîche</b>	<b>qté app.</b>	Favoriser la gorge, favoriser les éruptions et arrêter le prurit
<b>ZHU SHA</b>	Produits lourds qui calment le SHEN	Md : C	S : Doux	N : Froid	<b>1</b>	calmer Shen par produits lourds, apaiser cœur clarifier feu cœur, clarifier chaleur éliminer toxine, traiter les inflammations cutanées

# Prescriptions Calmer Shen et calmer Shen Produits Lourds

## CI ZHU WAN

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
calmer le SHEN par les produits lourds apaiser le Coeur et calmer le SHEN faire descendre le YANG et éclaircir les yeux		syndrome de déficience du YIN des Reins, d'hyperactivité / flottement du YANG du Coeur et de dysharmonie Reins / Coeur avec palpitations, insomnie, surdité, B.O., vision trouble épilepsie.	
neurasthénie, schizophrénie, troubles fonctionnels du système nerveux sympathique, épilepsie, hallucinations, dégénérescence du nerf optique, maladies des yeux et des oreilles, etc.			

..... Magnetitum - <b>Minerai</b> <b>magnétite oxyde ferrique</b> .....	EMP	<b>CI SHI</b>	<b>Produits lourds qui calment le SHEN</b>	Md : F, C, R,	S : P, Salé	N : Froid	<b>60</b>	calmer SHEN produits lourds, apaiser foie faire descendre YANG, affiner oreilles éclaircir Yeux
..... Cinnabaris - <b>Sulfure de mercure</b> .....	MIN	<b>ZHU SHA</b>	<b>Produits lourds qui calment le SHEN</b>	Md : C	S : Doux	N : Froid	<b>30</b>	calmer Shen par produits lourds, apaiser cœur clarifier feu cœur, clarifier chaleur éliminer toxine, traiter les inflammations cutanées
..... Massa Fermentata Medicinalis Massa Medicinalis .....	ASS	<b>SHEN QU = LIU QU</b>	<b>Produits Eueptique Digestion</b>	Md : Rate (PI), Estomac (WEI)	S : doux (GAN), piquant (XIN)	N : tiède (WEN)	<b>120</b>	- favoriser la digestion et résoudre l'accumulation d'aliments '- renforcer la Rate et harmoniser l'Estomac



# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## \* SUAN ZAO REN TANG

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
nourrir le sang et calmer le SHEN clarifier la chaleur et calmer la dysphorie		syndrome de déficience du sang du Foie et de montée du feu / chaleur déficience qui perturbent le SHEN et le Coeur, maladies de consommation avec insomnie, dysphorie par déficience, palpitations, transpirations nocturnes, bouche et gorge sèche	
neurasthénie, schizophrénie, névrose cardiaque, tachycardie paroxysmique, syndrome de la ménopause, etc.		vertiges, éblouissements, ou distension et douleur de la tête, vision trouble,	
			<b>pouls</b> tendu, pouls fin rapide, pouls fin tendu

Semen Ziziphi Spinosae - <b>Jujube</b>	EMP	<b>SUAN ZAO REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, F - VB et rate option	S : Doux	N : Neutre	<b>15 - 18</b>	nourrir cœur calmer Shen enrichir foie, le YIN arrêter restrindre transpiration, nourrir cœur calmer SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
Radix Glycyrrhizae - <b>Racine de réglisse</b>	AMB	GAN CAO	Produits pour tonifier l'énergie	Md : C, P, Rte, E,	S : Doux	N : neutre	<b>3 - 6</b>	réfrigère la gorge, harmonise les ingrédients
Rhizoma Anemarrhenae	ASS	ZHI MU	clarifier la chaleur et purger le feu	Md : E, P, R	S : Amer, Doux	N : Froid	<b>6 - 10</b>	clarifier chaleur purger feu, clarifier purger Poumon Estomac, nourrir YIN humecter sécheresse, réduire sensation de chaleur venant os et chasser la chaleur, produire les L.O. et arrêter la soif
Sclerotium Poriae Rubrae - <b>chair rouge du champignon</b>	ASS	FU LING	diuretique excréter humidité	Md : -	S : -	N : -	<b>6 - 10</b>	'- clarifier la chaleur et favoriser l'élimination de l'humidité '- faire s'excréter l'humidité et purger disperser la chaleur
Rhizoma Ligustici	MIN	<b>CHUAN XIONG</b>	Activer SANG et Expulser STASE : Stase + circule Qi + Douleur	Md : Foie, V.B., E.C.	S : piquant (XIN)	N : tiède (WEN)	<b>3 - 6</b>	1 activer le sang et faire circuler l'énergie 2 expulser le vent et arrêter la douleur

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

**\* TIAN WANG BU XIN DAN : pilule empereur céleste qui tonifie le Cœur, ménopause**

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
nourrir le YIN et nourrir le sang nourrir le YIN et clarifier la chaleur tonifier le Cœur et calmer le SHEN		syndrome de déficience du Cœur et des Reins de déficience de sang et YIN feu déficience avec insomnie, dysphorie par déficience, palpitations, asthénie psychique, amnésie, émissions nocturnes, transpirations nocturnes, selles sèches et obstruées, bouche sèche	
neurasthénie, syndrome de la ménopause, tachycardie paroxysmique, HTA, hyperthyroïdie, myocardite, etc.		ulcérations bouche	<b>pouls</b> fin, rapide <b>langue</b> rouge, peu d'enduit

Radix Rehmanniae	EMP	SHENG DI HUANG	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang	Md : C, F, R	S : Amer, Dx	N : Froid	-120-120-20	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang, arrêter le sang, nourrir le YIN et produire les L.O., arrêter la soif
Radix Ginseng - Ginseng	MIN	REN SHEN	Produits pour tonifier l'énergie	Md : R,P,C, R&P	S : Doux	N : tiède	45-20	tonifier QI YUAN, restaurer pouls traiter prostration, tonifier Rate enrichir Poumon, produire L.O. arrêter soif, calmer SHEN et fortifier le mental, tonifier l'énergie défensive
Radix Salviae Miltiorrhizae - racine de sauge	MIN	DAN SHEN	Activer SANG et Expulser STASE : Activer SANG + Expulser Stase	Md : Cœur, E.C, Foie	S : Amer (KU)	N : légèrement Froid	15-60-10	1/ activer le sang et expulser la stase 2/ rafraîchir le sang et réduire l'abcès 3/ nourrir le sang et calmer le SHEN clarifier le Cœur et calmer la dysphorie
Radix Scrophulariae	ASS	XUAN SHEN = YUAN SHEN	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang	Md : P, E, R	S : Amer, Doux, Salé	N : Froid	15-60-15	clarifier chaleur, rafraîchir sang nourrir YIN, purger feu éliminer toxine, favoriser gorge disperser nodosités, disperser nodosité, humecter intestin, traiter constipation
Sclerotium Poriae Rubrae - chair rouge du champignon	ASS	BAI FU LING	diurétique excréter humidité	Md : -	S : -	N : -	15-60-10	'- clarifier la chaleur et favoriser l'élimination de l'humidité '- faire s'excréter l'humidité et purger disperser la chaleur
Fructus Schisandrae	MIN	WU WEI ZI	Produits pour tonifier l'énergie	Cf classe des astringents			15-60-6	
Radix Polygalae - herbe au lait	ASS	YUAN ZHI	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : P, C, et R en option	S : P, Amer	N : Tiède	15-60-6	apaiser cœur calmer Shen nourrir cœur, expulser TAN arrêter toux, expulser TAN ouvrir orifices, réduire l'abcès gonflement disperser la nodosité
Radix Platycodi	AMB	JIE GENG	tiédissent (Transforment) le Tan Chaleur	Md : P (FEI)	S : piquant (XIN), amer (KU)	N : neutre (PING)	15-60-3	1/ résoudre le TAN et arrêter la toux 2/ favoriser la gorge et ouvrir la voix 3/ favoriser la fonction de dispersion de l'énergie du Poumon 4/ drainer le pus et réduire l'abcès
Radix Angelicae Sinensis - Racine d'Angélique	MIN	DANG GUI SHEN	Produits pour tonifier le sang	Md : F,C, Rte	S : Doux,	N : tiède	60-60-10	nourrit et mobilise le sang, humidifie intestins

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## suite TIAN WANG BU XIN DAN : pilule empereur céleste qui tonifie le Cœur, ménopause

Radix Asparagi	ASS	<b>TIAN MEN DONG</b>	Produits qui nourrissent le Yin	Md : P, R	S : Doux, amer	N : froid, très froid	<b>60-60-15</b>	1/ clarifier le Poumon et faire descendre le feu '2/ nourrir le YIN et humecter la sécheresse '- humecter le Poumon et nourrir les Reins '3/ humecter les Intestins et désobstruer les selles
Radix Ophiopogonis	ASS	<b>MAI MEN DONG</b>	Produits qui nourrissent le Yin	Md : P, C, E	S : Doux, légèrement amer	N : froid	<b>60-60-15</b>	1/humecter le Poumon et nourrir le YIN '2/ nourrir l'Estomac et produire les L.O. '3/ clarifier le Coeur et calmer la dysphorie '4 humecter les Intestins et désobstruer les selles
Semen Biotae - <b>Amande arbovitae</b>	MIN	<b>BAI ZI REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, R, G.I., F,	S : Doux	N : Neutre	<b>60-60-15</b>	nourrir le cœur et calmer le SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
Semen Ziziphi Spinosae - <b>Jujube</b>	ASS	<b>SUAN ZAO REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, F - VB et rate option	S : Doux	N : Neutre	<b>60-60-15</b>	nourrir cœur calmer Shen enrichir foie, le YIN arrêter restrindre transpiration, nourrir cœur calmer SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
Cinnabaris - <b>Sulfure de mercure</b>	AMB	<b>ZHU SHA</b>	Produits lourds qui calment le SHEN	Md : C	S : Doux	N : Froid	<b>5-15-0,5</b>	calmer Shen par produits lourds, apaiser cœur clarifier feu cœur, clarifier chaleur éliminer toxine, traiter les inflammations cutanées

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## BAI ZI YANG XIN WAN : nourrir le cœur

Action / Fonction	Application	Syndrome	Signe
nourrir le Cœur et calmer le SHEN tonifier les Reins et nourrir le YIN		déficience de YIN et de sang et perte de l'harmonie Reins / Cœur avec égarement mental, palpitations insomnie beaucoup de rêves sommeil agité, amnésie, transpirations nocturnes	

Semen Biotae - <b>Amande arbovitae</b>		<b>BAI ZI REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, R, G.I., F,	S : Doux	N : Neutre	30-12	nourrir le cœur et calmer le SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
Fructus Lycii		<b>GOU QI ZI</b>	Produits pour tonifier le sang	Md : R - F	S :Amer	N : Tiède		1/ tonifier les Reins et enrichir le JING '1- nourrir le YIN et tonifier le sang '2/ nourrir le Foie et éclaircir les yeux '3/ humecter le Poumon
Radix Ophiopogonis	ASS	<b>MAI MEN DONG</b>	Produits qui nourrissent le Yin	Md : P, C, E	S : Doux, légèrement amer	N : froid	60-60-15	1/humecter le Poumon et nourrir le YIN '2/ nourrir l'Estomac et produire les L.O. '3/ clarifier le Cœur et calmer la dysphorie '4 humecter les Intestins et désobstruer les selles
Radix Angelicae Sinensis - <b>Racine d'Angélique</b>	ASS	<b>DANG GUI</b>	Produits pour tonifier le sang	Md : F,C, Rte	S : Doux,	N : tiède	8 - 10	nourrit et mobilise le sang, humidifie intestins
Rhizoma Acori Graminei		<b>SHI CHANG PU</b>	Produits Chaud qui ouvrent les orifices	Md : C, E, - Rte - F	S : Piquant	N : Tiède aromatique		ouvrir orifices réveiller SHEN, résoudre TAN humidité, tranquiliser cœur calmer Shen, résoudre humidité harmoniser Estomac
Poria Cum Radice Pino - <b>piéd du champignon du pin</b>		<b>FU SHEN</b>	diuretique excréter humidité	Md : Cœur (XTN), Rate (PI)	S : doux (GAN)	N : neutre (PING)		'- calmer le Cœur et apaiser le SHEN
Radix Scrophulariae		<b>XUAN SHEN = YUAN SHEN</b>	clarifier la chaleur et rafraîchir le sang	Md : P, E, R	S : Amer, Doux, Salé	N : Froid		clarifier chaleur, rafraîchir sang nourrir YIN, purger feu éliminer toxine, favoriser gorge disperser nodosités, disperser nodosité, humecter intestin, traiter constipation
Radix Rehmanniae Praeparatae		<b>SHU DI HUANG</b>	Produits pour tonifier le sang	Md : F, R	S : Doux	N : tiède		tonifier sang, régulariser règles, nourrir Reins tonifier YIN, enrichir JING enrichir moelle tonifier enrichir Foie et les Reins
Radix Glycyrrhizae - <b>Racine de réglisse</b>	AMB	<b>GAN CAO</b>	Produits pour tonifier l'énergie	Md : C, P, Rte, E,	S : Doux	N : neutre	3 - 6	réfrigère la gorge, harmonise les ingrédients

# Prescriptions Calmer Shen et **nourrir et calmer Shen**

## \* HUANG LIAN E JIAO TANG

Action / Fonction	Application	Syndrome	Signe				
nourrir le YIN et faire descendre le feu calmer la dysphorie et calmer le SHEN		syndrome de déficience de YIN et de montée du feu dans la maladie de SHAO YIN avec chaleur agitée au coeur, insomnie,	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;"><b>pouls</b></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">fin et rapide</td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;"><b>langue</b></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 2px;">rouge, peu d'enduit</td> </tr> </table>	<b>pouls</b>	fin et rapide	<b>langue</b>	rouge, peu d'enduit
			<b>pouls</b>	fin et rapide			
<b>langue</b>	rouge, peu d'enduit						
dernier stade des maladies de la chaleur avec fièvre traînante, déficience du YIN et des L.O dysphorie par déficience, insomnie							

.....  
Rhizoma Coptidis

.....  
Radix Scutellariae

.....  
Radix Paeoniae Alba - **Racine  
de Pivoine Blanche**

.....  
jaune d'œuf de poule

.....  
Colla Coru Asini - **Gélatine de  
peau d'âne**

HUANG LIAN	<b>clarifier la chaleur et assécher l'humidité</b>	Md : C, F E, (VB,Rte)	S : Amer	N : Froid	5,5 -6,6	clarifier chaleur assécher humidité, purger feu éliminer toxine, clarifier purger feu Cœur, Esto Foie
HUANG QIN	<b>clarifier la chaleur et assécher l'humidité</b>	Md: P, Vb, E, (C, Rte)	S : Amer	N : Froid	5,5 -6,6	clarifier chaleur assécher humidité, clarifier Poumon, purger feu éliminer toxine, arrêter sang, cal fœtus, abaisser pression sanguine
SHAO YAO	<b>Produits pour tonifier le sang</b>	Md : F, Rte	S : Amer, acide	N : Froid	5,5 -6,6	nourrir le sang et régulariser les règles, raffermir le YIN et arrêter la transpiration
JI ZI HUANG					2p	vent du foie jaune d'œuf
E JIAO	<b>Produits pour tonifier le sang</b>	Md : P, F, R	S : Doux	N : Neutre	8,5 - 10,2	tonifier le sang, arrêter le sang, régulariser les règles et apaiser le fœtus, nourrir le YIN, humecter le Poumon

# Prescriptions Calmer Shen et **nourrir et calmer Shen**

## JIAO TAI WAN : pilule de la rencontre paisible

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
permettre / rétablir la communication entre le Coeur et les Reins		syndrome de dyshannonie Reins / Coeur et de surabondance du feu du Coeur, agitation anxieuse, agitation, palpitations, membres inférieurs froids, impossibilité à s'endormir, etc.	

..... Rhizoma Coptidis	MIN	HUANG LIAN	clarifier la chaleur et assécher l'humidité	Md : C, F E, (VB,Rte)	S : Amer	N : Froid	8	clarifier chaleur assécher humidité, purger feu éliminer toxine, clarifier purger feu Cœur, Esto Foie
..... Cortex Cinnamomi - <b>cannelle</b>		ROU GUI	Produits tièdir interne expulser Froid	Md : r, Rte, C, F	S : piquant (XIN), doux (GAN),	N : chaud ou très chaud	1,5	1/ tonifier le feu et assister le YANG '- tièdir les Reins '2/ disperser le froid et arrêter la douleur '3/ tièdir et désobstruer les JING MAI
.....								

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## \* GAN CAO XIAO MAI DA ZAO TANG

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
nourrir le Coeur et calmer le SHEN harmoniser le Centre et apaiser les spasmes		syndrome de ZANG ZAO par déficience du YIN du Coeur et stagnation dépression du Foie avec perte de contrôle des émotions, tristesse, tendance à pleurer, sommeil agité, comportement inhabituel, fréquents bâillements,	<b>pouls</b> fin, rapide <b>langue</b> rouge, peu d'enduit

..... Radix Glycyrrhizae - <b>Racine de réglisse</b> .....	AMB	GAN CAO	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : C, P, Rte, E,	S : Doux	N : neutre	<b>9-9-15</b>	réfrigère la gorge, harmonise les ingrédients
..... Fructus Triticis Levis - <b>blé</b> .....		<b>FU XIAO MAI</b>	<b>Produits Astringents : Déficience de Yin &amp; Yang</b>	Md : Coeur (XIN)	S : doux (GAN), (doux (GAN), salé (YIAN))	N : frais (LIANG)	<b>9-15-30</b>	1/ enrichir l'énergie (YI QI) '- arrêter la transpiration par l'astringence '2/ chasser la chaleur (CHU RE).
..... Fructus Ziziphi <b>Jujubae</b> .....		DA ZAO	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : R, E, F	S : Doux	N : tiède	<b>5p-10p-10p</b>	tonifier centre (réchauf. moy), enrichir QI, nourrir Sang apaiser SHEN, modérer harmo prod médicinaux

# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## \* YANG XIN TANG : nourrir le cœur

Action / Fonction	Application	Syndrôme	Signe
nourrir le Coeur et calmer le SHEN enrichir l'énergie et tonifier le sang		déficience du Coeur et affaiblissement du sang, frayeur fréquente, agitation. lupus érythémateux systémique.	

Radix Ginseng - **Ginseng**

REN SHEN	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : R,P,C, R&P	S : Doux	N : tiède		tonifier QI YUAN, restaurer pouls traiter prostration, tonifier Rate enrichir Poumon, produire L.O. arrêter soif, calmer SHEN et fortifier le mental, tonifier l'énergie défensive
----------	---	-----------------	----------	-----------	--	--

Radix Astragali Seu Hedysari

HUANG QI	<b>clarifier la chaleur et assécher l'humidité</b>	Md : Rte, P	S : doux	N : Tiède		tonifier Centre enrichir énergie, faire monter YANG, renforcer défense consolider BIAO, arrêter transpiration, évacuer toxine produire tissus, favoriser l'élimination eau réduire le gonflement
----------	--	-------------	----------	-----------	--	--

Sclerotium Poriae Rubrae - **chair rouge du champignon**

FU LING	<b>diurétique excréter humidité</b>	Md : -	S : -	N : -		'- clarifier la chaleur et favoriser l'élimination de l'humidité '- faire s'excréter l'humidité et purger disperser la chaleur
---------	-------------------------------------	--------	-------	-------	--	--

Poria Cum Radice Pino - **ped du champignon du pin**

FU SHEN	<b>diurétique excréter humidité</b>	Md : Cœur (XTN), Rate (PI)	S : doux (GAN)	N : neutre (PING)		'- calmer le Cœur et apaiser le SHEN
---------	-------------------------------------	----------------------------	----------------	-------------------	--	--------------------------------------

Radix Angelicae Sinensis - **Racine d'Angélique**

DANG GUI	<b>Produits pour tonifier le sang</b>	Md : F,C, Rte	S : Doux,	N : tiède		nourrit et mobilise le sang, humidifie intestins
----------	---------------------------------------	---------------	-----------	-----------	--	--

Rhizoma Ligustici

MIN

<b>CHUAN XIONG</b>	<b>Activer SANG et Expulser STASE : Stase + circule QI + Douleur</b>	Md : Foie, V.B., E.C.	S : piquant (XIN)	N : tiède (WEN)		1 activer le sang et faire circuler l'énergie 2 expulser le vent et arrêter la douleur
--------------------	--	-----------------------	-------------------	-----------------	--	--

Radix Glycyrrhizae - **Racine de réglisse**

AMB

ZHI GAN CAO	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : C, P, Rte, E,	S : Doux	N : neutre		réfrigère la gorge, harmonise les ingrédients
-------------	---	--------------------	----------	------------	--	---

Rhizoma Pineffiae - **tubercule de pinellia**

<b>BAN XIA QU</b>	<b>tiédissent (Transforment) le Tan Froid</b>	Md : Rte, E, P, (Rte,E)	S : piquant (XIN)	N : tiède (WEN)		1/ assécher l'humidité et résoudre le TAN '2/ faire descendre le reflux et arrêter les vomissements '3/ réduire la masse et disperser la nodosité '4/ en usage externe : éliminer la toxine, disperser la nodosité et réduire l'abcès
-------------------	---	-------------------------	-------------------	-----------------	--	---



# Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

## suite YANG XIN TANG : nourrir le cœur

.....  
Semen Biotae - **Amande**  
**arbovitae**

.....  
Semen Ziziphi Spinosae -  
**Jujube**

<b>BAI ZI REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, R, G.I., F,	S : Doux	N : Neutre		nourrir le cœur et calmer le SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles
<b>SUAN ZAO REN</b>	Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN	Md : C, F - VB et rate option	S : Doux	N : Neutre		nourrir cœur calmer Shen enrichir foie, le YIN arrêter restrindre transpiration, nourrir cœur calmer SHEN, humecter les intestins et désobstruer les selles

## Prescriptions Calmer Shen et nourrir et calmer Shen

### suite YANG XIN TANG : nourrir le cœur

Radix Polygalae - <b>herbe au lait</b> ASS	<b>YUAN ZHI</b>	<b>Produits nourrissent le Cœur et calment SHEN</b>	Md : P, C, et R en option	S : P, Amer	N : Tiède		apaiser cœur calmer Shen nourrir cœur, expulser TAN arrêter toux, expulser TAN ouvrir orifices, réduire l'abcès gonflement disperser la nodosité
Fructus Schisandrae MIN	<b>WU WEI ZI</b>	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Cf classe des astringents				
Cortex Cinnamomi - <b>cannelle</b>	<b>ROU GUI</b>	<b>Produits tièdir interne expulser Froid</b>	Md : r, Rte, C, F	S : piquant (XIN), doux (GAN),	N : chaud ou très chaud		1/ tonifier le feu et assister le YANG '- tièdir les Reins '2/ disperser le froid et arrêter la douleur '3/ tièdir et désobstruer les JING MAI
Rhizoma Zingiberis - Recens - <b>Gingembre</b>	<b>SHENG JIANG</b>	LIBERER BIAO PIQUANT TIEDE (vent/froid)	Md : P, Rte, E	S : Piquant, doux	<b>N : Tiède Légèremement</b>		disperser froid libérer BIAO par sudorification, tièdir l'Estomac arrêter vomissements, tièdir Centre, tièdir Poumon arrêter la toux, éliminer toxine
Fructus Ziziphi <b>Jujubae</b>	<b>DA ZAO</b>	<b>Produits pour tonifier l'énergie</b>	Md : R, E, F	S : Doux	N : tiède		tonifier centre (réchauf. moy), enrichir QI, nourrir Sang apaiser SHEN, modérer harmo prod médicinaux