

nom botani	nom francais	chinois	saveur	nature	méridien	type	action majeure	posologie	Action	indication association
viande	caille	AN CHUN ROU	doux	neutre	Rt, E, G.I.	asséchant			<ul style="list-style-type: none"> - tonifier les 5 Organes - clarifier l'humidité chaleur - arrêter la diarrhée 	affaiblissement du corps, diarrhée avec sang dans les selles, dysenterie, parasitose, syndrome BI humidité (SHI BI), etc.
viande	canard	BAI YA ROU ou YA ROU	doux, salé	frais, neutre	P,Rt, R	asséchant			<ul style="list-style-type: none"> - enrichir le YIN et nourrir l'Estomac - clarifier la chaleur déficience - favoriser l'élimination de l'eau et réduire le gonflement 	faiblesse de l'état général, avec chaleur interne par déficience de YIN, insomnie, fièvre, sensation de chaleur venant des os (GU ZHENG), soit dans le diabète, toux, expectorations sanguinolentes, bronchite chronique, oedème (nutritionnel, hépatique, néphrétique), neurasthénie, asthme et lombalgie chez les personnes âgées, prévention de l'artériosclérose chez les personnes âgées, etc. - ascite, oedème - néphrite chronique avec
poissons	anguille poissons semi gras poissons gras	SHAN YU	doux	tiède	F, Rt, R				<ul style="list-style-type: none"> - tonifier la déficience - chasser le vent humidité - renforcer les tendons et les os - élimine humidité - renforce fonction foie, Rate, reins 	lésion interne due au surmenage (LAO SHANG), asthénie, amaigrissement, syndrome BI par vent froid humidité (FENG HAN SHI BI), syndrome LIN après accouchement, dysenterie avec pus et sang dans les selles, diarrhée chronique, borborygmes avec froid à l'abdomen, hémorroïdes avec hémorragie, hémorroïdes avec fistule anale, prolapsus du rectum par déficience d'énergie, ulcère chronique de la jambe, paralysie faciale (en usage externe), épistaxis (en usage externe), etc. - renforcer les os et les tendons
poissons	carpe poissons maigres	LI YU	doux	neutre	Rt, R, [P]	élimine humidité eau			<ul style="list-style-type: none"> - favoriser l'élimination de l'eau et réduire le gonflement - désobstruer les seins (favoriser la lactation) - faire descendre l'énergie - arrêter la toux et apaiser la dyspnée - ouvrir l'Estomac et fortifier la Rate - nourrir le sang 	oedème de la grossesse, oedème avec plénitude et distension. - déficience de la Rate, oedème, bérubéri avec oedème des membres inférieurs, dysurie - oedème (d'origine hépatique ou néphrétique) - agalactie, hypogalactie - toux chronique et souffle court - diarrhée liquidienne, accumulation de froid dans l'Estomac - troubles digestifs chroniques.

poissons	carpe tétarde / bâtarde / carassin	JI YU	doux	neutre	Rt, E, G.I.	élimine humidité eau	1 - 2 poisso ns.	- fortifier la Rate et favoriser l'élimination de l'humidité - réduire l'œdème - favoriser la lactation	déficiences de la Rate Estomac, mauvais appétit, manque de force, dysenterie, sang dans les selles, oedème avec distension abdominale et enflure des membres, syndrome LIN, abcès et inflammations cutanées, ulcération, hypogalactie, etc.
crustacés	crabe	XIE	salé	froid	F, E	activer le Xue éliminer humidité	- activer le sang, disperser le sang - réunir les os / réduire les fractures - clarifier la chaleur - favoriser l'élimination de l'humidité	brûlure, dermatite douloureuse due au vernis, furoncles, etc. - blessure traumatique des tendons et des os, fracture osseuse : faire macérer les crabes dans de l'alcool jaune (HUANG JIU) chaud, boire l'alcool. - humidité chaleur avec jaunisse : faire sauter les crabes, les réduire en poudre, à prendre avec de l'alcool jaune (HUANG JIU).	
légumineux:	<i>haricot médicinal / dolé</i>	<i>DAO DOUou DAO DOU ZI</i>	doux	<i>tiède</i>	E, R	asséchant			
céréale	maïs	YU MI ou YU SHU SHU	doux	neutre	E, V	asséchant	tonifier le yin favoriser élimination des urines diminution du taux de cholestéro l sanguin, - diminution de la tension artérielle, - diminution	- fortifier la rate et harmoniser le centre, - favoriser élimination des urines digestion difficile, calcul de la VB troubles cardiaques, HTA troubles urinaires, cystite état d'angoisse insomnie réveil nocturne	déficiences de la Rate Estomac, anorexie, manque de force. - dysurie, oedème.

céréale	millet	SU MI ou SHU MI	doux salé	frais, [neutre]	Rt, E, R	asséchant humidifiant	tonifier le yin harmoniser le Centre, enrichir le Rate, - nourrir le YIN et les liquides YE		- harmoniser le Centre, enrichir le Rate, - nourrir le YIN et les liquides YE - enrichir les Reins - chasser la chaleur - chasser l'humidité chaleur - favoriser l'élimination des urines - éliminer la toxine - CHEN SU MI (millet vieux) : arrêter la dysenterie, apaiser la soif agitée	déficience de la Rate Estomac, régurgitations, vomissements, anorexie, indigestion, gastralgie, - chaleur déficience de la Rate Estomac, XIAO KE avec bouche sèche, soif agitée, - faiblesse et endolorissement des lombes et des genoux, - humidité chaleur avec dysurie, mictions difficiles, goutte à goutte, - aphte, brûlure : eau de trempage du millet, en usage externe, - diarrhée, dysenterie,
céréale	orge	DA MAI	doux, salé	frais	Rt, E, V	asséchant	tonifier le yin	35 - 75g	- fortifier la Rate et ouvrir l'Estomac, - tonifier la Rate et harmoniser l'Estomac - favoriser l'élimination de l'eau - calmer la dysphorie et arrêter la soif - arrêter la lactation - relâcher le thorax bronchite chronique avec glaire stagnation alimentaire inflammation voies urinaires	déficience de la Rate Estomac, anorexie, diarrhée, indigestion, accumulation alimentaire, plénitude et distension à l'abdomen et à l'épigastre, - douleur dans les syndromes LIN, dysurie, oedème, - chaleur agitée (FAN RE) avec soif, - brûlure : en usage externe. - déficience de la Rate Estomac, anorexie, diarrhée : réduire en poudre de l'orge sauté (CHAO), à prendre avec une décoction de CHE QUAN ZI. - chaleur agitée avec soif: seul en décoction, ou en gruau avec du millet.
céréale	riz long blanc	JING MI ou GENG MI	doux	neutre	Rt, E	asséchant	tonifier le yin T°centre T°Rate Esto	15 - 30 g.	- tonifier le Centre et enrichir l'énergie - fortifier la Rate et harmoniser l'Estomac, - arrêter la diarrhée et la dysenterie - apaiser la soif agitée	amaigrissement et affaiblissement corporels, personnes âgées, personnes affaiblies, femmes accouchement, convalescents, etc. - déficience de la Rate Estomac, dysharmonie de l'énergie de l'Estomac, vomissements, anorexie, - diarrhée, dysenterie, - lésion du YIN et des liquides YE par la chaleur, soif agitée (FAN KE) avec bouche sèche.

	riz rond blanc	DA MI	doux	neutre	Rt, E	asséchant humidifiant	Harmonisation sphère digestive réchauffer la sphère digestive	- tonifier le Centre et enrichir l'énergie - fortifier la Rate et harmoniser l'Estomac - arrêter la diarrhée et la dysenterie - apaiser la soif agitée	- amaigrissement et affaiblissement corporels, personnes âgées, - personnes affaiblies, femmes après accouchement, convalescents, etc. - déficience de la Rate Estomac, dysharmonie de l'énergie de l'Estomac, vomissements, anorexie, - diarrhée, dysenterie, - lésion du YIN et des liquides YE par la chaleur, soif agitée (FAN KE) avec bouche sèche. - déficience du corps et manque de force, indigestion : cuit avec des graines de lotus (LIAN 21) et des graines de coix (YI YI REN), ou des jujubes (HONG ZAO). - état de faiblesse : mélanger 6 g de poudre de ROU GUI, 6 g de poudre de SHA REN et 6 g de HUA JIAO avec 60 g de poudre de riz, prendre 6 g du mélange avec de l'eau chaude, 3 fois par jour. - diarrhée chronique avec inappétence : faire tremper 250 g de riz dans de l'eau froide pendant une nuit, égoutter le riz, faire griller le riz à feu
céréale	riz glutineux / gluant	NUO MI	doux	tiède	Rt, E, P	asséchant	tonifier le yin	- 15 - 30 g. - tonifier et enrichir la Rate Estomac - réchauffer l'Estomac, - harmoniser l'Estomac, - arrêter la diarrhée - enrichir l'énergie et tonifier le Poumon - arrêter la transpiration	déficience de la Rate Estomac, froid déficience de la Rate Estomac, diarrhée, selles molles, affaiblissement corporel, déficience par surmenage, anodé, gastralgie, -transpiration par défiance de l'énergie, manque de force, s o d e court et fatigue au mouvement, - soif dans le diabète, diabète insipide, etc.
céréale	sarrasin	QIAO MAI	doux	frais	Rt, E, G.I.	asséchant	tonifier le yin	'- faire descendre l'énergie et réduire l'accumulation (d'aliments) - ouvrir l'Estomac (l'appétit) et relâcher l'oppression - distension intestinale, - renforcer la Rate - clarifier la chaleur et éliminer la toxine, expulser le vent et la douleur - diarrhée chronique transpiration diffuse - THA hémorroïdes leucorrhée troubles hépatique	accumulation alimentaire dans l'Estomac et les Intestins avec distension, plénitude et douleur abdominales, - déficience de la Rate et humidité chaleur avec diarrhée, dysenterie, téniasse, leucorrhées, - dysenterie de jeûne dysenterie - choléra sec, - inflammations cutanées avec douleur, abcès du dos, érysipèle, scrofule, brûlure : en usage externe.- céphalée par vent.

légumineu: soja jaune	HUANG DA DOU	doux	neutre	Rt, G.I, R	asséchant peu humidifiant	10 - 30 g.	- fortifier la Rate et réduire le gonflement (JIAN PI XIAÛ ZHONG), - relâcher le Centre - humecter la sécheresse et favoriser l'élimination de l'eau - chasser l'humidité - éliminer la toxine	déficiences de la Rate Estomac, d'énergie et de sang, amaigrissement, hypogaiactie, anémie, - malnutrition infantile (GAN JI), diarrhée, dysenterie bactérienne, entérite, distension l'abdomen, - déficiences de la Rate avec oedème, distension abdominale et gonflement des membres, bérubéri, flaccidité des membres inférieurs, leucorrhées, - douleur d'obstruction (BI TONG) par vent humidité - intoxication alimentaire, inflammation de la gorge, conjonctivite, inflammations de la bouche, abcès, furoncles et inflammations cutanées purulentes avec gonflement et douleur, - hémorragie traumatique, HTA, artériosclérose, toxémie de la grossesse.
légumineu: soja noir	HEI DOU	doux	neutre	Rt, R	asséchant peu humidifiant	0- 15g.	- tonifier les Reins et nourrir leYIN, - tonifier le sang et activer le sang, usage - chasser l'humidité et favoriser l'élimination de l'eau, extern - réduire le gonflement, e : - expulser le vent quautit - éliminer la toxine, éappa - éliminer la toxine des médicaments priée.	- déficiences des Reins, XIAO KE, soif, stérilité, surdité, sueur nocturne, transpiration profuse, - affaiblissement après maladie et après accouchement, convulsions du post-partum, rhume, - déficiences de sang, déficiences des Reins et du Foie, vertiges, vision trouble, - déficiences de la Rate, oedème avec distension abdominale et gonfment. des membres, bérubéri, flaccidité des membres inférieurs, jaunisse avec oedème, - douleur d'obstruction, obstruction par humidité, - douleur et contracture des 4 membres, rhumatisme, - contractures, crampes et spasmes musculaire, douleur osseuse, - abcès et inflammations cutanées purulentes soif agitée par canicule chaleur, insolation, prévention des coups de soleil, oedème, diarrhée, dysenterie, érysipèle, eczéma, miliaire, abcès, furoncles, ulcérations cutanées, oreillons, intoxication alimentaire et alcoolique, empoisonnement aux médicaments (aconit) et aux métaux (plomb, arsenic), etc. - hyperlipémie, hypercholestérolémie, hypertriglycéridémie, hyperlipoprosinwie, etc.
légumineu: soja vert haricot mongo	Lü DOU	doux	froid	C, E,	asséchant	Posologie : - décoction : 20 - 30 g, jusqu'à 100 - 250 g, - usage externe : quantité	- clarifier la chaleur et éliminer la toxine, - réduire la canicule, favoriser l'élimination de l'eau. - réduire la lipidémie - éliminer la toxine des métaux et des plantes toxiques	

céréale	sorgho	GAO LIANG	doux, astringent	tiède, [neutre]	Rt, E	asséchant très	tonifier le yin tiédir le Centre et renforcer la Rate - faire s'excréter l'humidité	35g à 75g	- tiédir le Centre et renforcer la Rate - faire s'excréter l'humidité et arrêter la dysenterie - assécher l'humidité et faire l'astringence des Intestins - arrêter la diarrhée (ZHI XIE), - arrêter les vomissements et la diarrhée dans les syndromes cholériques	froid déficience du Centre, déficience de la Rate avec encerclement de l'humidité, indigestion, anorexie, dyspepsie chez l'enfant, diarrhée, diarrhée cholérique, dysenterie, douleur abdominale, gastralgie, - dysurie par humidité chaleur, - asthénie mentale, faiblesse après accouchement, etc.
légume	céleri Branche	QIN CAI	doux, amer, piquant	frais, [froid, neutre à tendance fraîche]	E, F, V, P, R	asséchant élimine humidité eau	rafraichiss ant calmant	100 - 200 g.	- apaiser le Foie et clarifier la chaleur - clarifier le Foie et faire descendre la pression sanguine - fortifier l'Estomac et faire descendre l'énergie - résoudre le TAN et faire descendre l'énergie - expulser le vent et favoriser l'élimination de l'humidité - clarifier la chaleur et favoriser l'élimination de l'eau	- diabète, hématurie, céphalées, HTA, - insomnie, perte blanche, douleur abdominale - excès de la chaleur et du YANG du Foie, vertiges, éblouissements, céphalée, migraine, HTA, sensation de distension de la tête, - rougeur du teint et des yeux, chaleur agitée (FANRE), - agitation anxiieuse, soif, ou chaleur sur le Poumon avec toux : - en aliment cuit, seul ou avec LUO BO, boire le bouillon et manger les aliments. - en jus, à boire mélangé avec du miel blanc (BAI FENG MI). - accumulation de chaleur sur la Vessie, dysurie : en aliment cuit ou en jus.
légume	chou de Pékin	BAI CAI ou HUANG YA BAI CAI	doux	neutre, 1 peu froid	P, E, V	asséchant			- nourrir l'Estomac et favoriser la digestion - clarifier la chaleur, arrêter la soif et calmer la dysphorie - arrêter la toux - favoriser l'élimination des urines	- chaleur sur l'Estomac et le Poumon, agitation anxiieuse, soif, ou chaleur sur le Poumon avec toux : - en aliment cuit, seul ou avec LUO BO, boire le bouillon et manger les aliments. - en jus, à boire mélangé avec du miel blanc (BAI FENG MI). - accumulation de chaleur sur la Vessie, dysurie : en aliment cuit ou en jus.
légume	citrouille courge courgette potiron	NAN GUA	doux	tiède	Rt, E	accumuler Humidité asséchant	QI		- tonifier le Centre et enrichir l'énergie - résoudre le TAN et évacuer le pus - éliminer la toxine - éliminer les parasites, éliminer les ascaris - réduire l'inflammation et arrêter la douleur	- déficience d'énergie avec manque de force, déficience de la Rate, ou malnutrition : cuit avec du riz (JING MI), ou avec du gingembre frais (SHENG JIANG) et du sucre roux (HONG TANG). - abcès du Poumon, expectorations purulentes : cuit avec de la viande de boeuf (NIU ROU). - parasitose intestinale (oxyures, ascaris). - ascaridiose : SHENG NAN GUA, 500 g par jour chez l'adulte, 250 g chez l'enfant. - malaria, intoxication à l'opium. - névralgie intercostale.

légume	courge amère / momordique -	KU QUA	amer	froid	E,C,F	asséchant clarifier la chaleur	6-9g.	- clarifier la chaleur et éliminer la canicule - clarifier les yeux	- maladie de la chaleur ou canicule chaleur avec fièvre, soif agitée - en aliment. - couper en 2 cun KU GUA, éliminer la pulpe, remplir de thé vert, refermer, faire sécher à l'ombre, boire en guise de thé, 6 - 9 g à chaque fois diarrhée dysentérique, dysenterii - en jus à consommer avec de l'eau bouillante. - écraser un KU GUA, mélanger à 100 g de sucre, laisser reposer 2 heures, extraire le jus, boire en une seule fois. - chaleur du Foie avec douleur ou rougeur des yeux : seul, ou avec JU HUA et SANG YE. - douleur à l'épigastre, douleur gastrique : diluer dans de l'eau. - 6 g de poudre de KU GUA
légume	courge d'hiver bénincase	DONG GUA	doux, fade	frais	P, G.I., I.G., V	asséchant	60 - 120 g.	- favoriser l'élimination des urines et réduire le gonflement - clarifier la chaleur et résoudre le TAN , - chasser la canicule, calmer la dysphorie et arrêter la soif - clarifier la chaleur et éliminer la toxine , réduire l'inflammation	- oedème de toutes causes (néphrétique, cardiaque, hépatique), - oedème avec gonflement et distension, bérubéri avec oedème, syndrome LIN, dysurie. - oedème, dysurie : cuit en aliment, seul, ou avec une carpe (LI YU), ou avec des azukis (CHI XIAO DOU). - néphrite chronique : cuire à l'eau une carpe avec 1 kg de bénincase. - urines peu abondantes pendant la grossesse : élanger du jus de bénincase avec du miel (FENG MI), 1 tasse, 2 fois par jour pendant plusieurs jours. - TAN chaleur, toux et dyspnée, expectoration abondante, bruit de TAN (TAN MING) : - mettre du BING TANG dans un DONG GUA tendre, cuire à la vapeur, boire le jus. - avec SHENG JIANG. - soif dans les maladies fébriles et de la canicule chaleur, insolation : cuire en écodion 20 g de pulpe de bénincase, boire à volonté comme du thé, ou en jus. - intoxication par les poissons et l'alcool, abcès avec gonflement, abcès du Poumon, abcès de

légume	courge éponge éponge végétale	SI GUA	doux	frais	P, F, E	asséchant clarifier la chaleur		- clarifier la chaleur -résoudre le TAN - rafraîchir le sang - favoriser l'élimination des urines - éliminer la toxine - favoriser les seins (la lactation)	- maladie de la chaleur avec fièvre et soif agitée (FAN KE), douleur de In gorge - chaleur du Poumon avec toux et dyspnée, expectorations jaunes et épaisses, - chaleur dans le sang avec sang dans les selles, hémorroïdes saignantes, fistule anale, métrorragies, - syndrome LIN de sang (XUE LIN), - abcès et inflammations cutanées avec gonflement et douleur, - galactostase.	
fruit	cerise	YING TAO	doux, acide	tiède	---	asséchant	QI	dysharmonie Rate Estomac ac	- tonifier le Centre et enrichir l'énergie (BU ZONG YI QI), - expulser le vent humidité	affaiblissement corporel. après maladie. dysharmonie de la rate Estomac - paralysie et flaccidité des 4 membres. - syndrome BI, douleur des membres inférieurs et des lombes par vent humidité : cetiges macérées dans du vin de riz /MI JIU) pendant 10 jours, 30 - 60 g par jour. - rougeole.
fruit secs	châtaigne d'eau	BI QI	doux	froid	P,E,F	humidifiant asséchant	30 - 60 g.	- clarifier la chaleur et produire les L.O. - résoudre l'humidité et expulser le TAN - rafraîchir le sang - favoriser la digestion - réduire l'accumulation et disperser la nodosité - éclaircir les yeux - faire descendre la pression sanguine	lésion des L.O. au cours des maladies de la chaleur, chaleur agitée, soif: seul, ou jus de châtaigne d'eau, de poire fraîche (LI), de WEI GEN frais, de MAI DONG et de racine de lotus (OU) = WU ZHI YIN. - TAN chaleur, toux, douleur de la gorge : seul en jus, ou avec LUO HAN GUO en décoction. - chaleur du Poumon, toux : cuire à petit feu 200 g de châtaignes et 100 g de méduse, à consommer en 2 fois. - chaleur interne, douleur de gorge, inflammation de la bouche, aphte : boire le jus de 100 g de châtaignes d'eau pelées, à boire 2 fois par jour, matin et soir.	
fruit	citron	NING MENG	acide	froid (1 peu), neutre	P, E, F	humidifiant asséchant - Régulation du QI : contre courant		- clarifier la chaleur et éliminer la canicule, - produire les L.O. et arrêter la soif - harmoniser l'Estomac - apaiser le foetus - résoudre le TAN, - favoriser l'élimination des urines et réduire le gonflement	canicule chaleur avec soif agitée (FAN RE), ou chaleur de l'Estomac avec soif : seul en jus, ou avec GAN ZHE. - dysharmonie de l'énergie de l'Estomac, vomissements, anorexie, ou agitation du foetus : seul, ou préparé avec du sucre et du sel, à prendre après les repas. - TAN chaleur avec toux : en decoction dans l'eau avec JIE GENG,	

agrume	mandarine	JU	doux, acide	frais, [tiède]	P, E	humidifiant asséchant		- ouvrir l'Estomac (l'appétit) et régulariser la circulation de l'énergie - produire les L.O. et arrêter la soif - humecter le Poumon et résoudre le TAN - favoriser l'élimination des urines	accumulation d'énergie dans la région thoraco-diaphragmatique, vomissements, éructations, mauvais appétit, - déficience du YIN de l'Estomac, bouche sèche, soif, - toux avec expectorations par chaleur du Poumon, bronchite chronique, - dysurie, - consommation excessive d'alcool.
fruit	pastèque melon d'eau	XI GUA	doux	froid	C, E, V	asséchant humidifiant	100 - 150 g.	- clarifier la chaleur et éliminer la canicule, - calmer la dysphorie, - produire les L.O. et arrêter la soif, - favoriser l'élimination des urines, - favoriser l'élimination de l'humidité	canicule chaleur, ou maladies de la tiédeur chaleur (WEN RE BING), lésion des L.O. par la chaleur surabondante, agitation anxieuse, soif : seul en jus à boire, ou en décoction avec XIAN YIN HUA, XIAN ZHU YU et SHENG DI. - vertiges et vomissements dans l'insolation : seul en jus, boire 50 - 10 ml de temps eu temps. - chaleur de YANG MING, soif agitée, langue sèche : seul en jus, à boire lentement. - asthme chaleur : 1 bol de jus frais de pastèque, à boire avec du sucre, pendant 1 semaine. - soif dans le diabète : 30 g de peau de pastèque (Xi GUA PI) + 30 g de peau de bénincase (DONG GUA PI), en décoction dans l'eau, à boire refroidi. - montée du feu du Coeur, aphtes et inflammations sur la langue et dans la bouche : cru en aliment, ou en décoction avec SHENG DI, DAN ZHU W. - accumulation d'humidité chaleur, urines peu abondantes et rouges : seul, ou en décoction avec BAI MAO GEN.

fruit	raisin	PU TAO	doux, acide	neutre, [neutre à tendance tiède]	P, Rt, E, R, F, I.G.	humidifiant asséchant	QI	- enrichir le YIN et produire les L.O. - tonifier et enrichir l'énergie et le sang - tonifier le Foie et les Reins , - fortifier les os et les tendons - favoriser l'élimination des urines traiter les syndromes LIN	maladies fébriles avec soif agitée et bouche sèche : raisin frais, en jus, ou avec du miel en extrait mou 1 cuillère à thé à prendre avec une tasse d'eau. - déficience d'énergie et de sang, palpitations, asthénie psychique, transpirations nocturnes : raisins secs + longanes (LONG YA ROU), en décoction, ou en extrait mou - anémie, asthénie psychique. - déficience du Foie et des Reins, faiblesse et endolorissement des lombes et des genoux : mettre à macérer du raisin avec du REN SHEN dans de l'alcool, 10 - 20 ml en usage interne, et friction des lombes chaque matin en usage externe. - toux par déficience (de YIN) du Poumon. - urines peu abondantes et rouges : raisin frais, en jus. - syndrome LIN, douleur à la miction, hématurie : - 120 g de raisin frais + 20 g de racines fraîches de lotus, en jus à boire 3 fois par jour. - raisin frais + racines fraîches de lotus (XIAN OU) +XIAN SHENG DI, en jus à boire. - oedème. -douleur d'obstruction (BI TONG) par vent humidité. - dysenterie bacillaire : boire chaud une tasse de thé vert concentré + 50 ml de jus de raisin et 20 ml de jus de gingembre + un peu de miel.
fruit	aubépine	SHAN ZHA	doux, acide	tiède (un peu), [neutre à tendance_tiède]	Rt, E, F	asséchant		- favoriser la digestion et résoudre l'accumulation (d'aliments) - favoriser la digestion et fortifier l'Estomac - activer le sang et résoudre 1 disperser la stase - abaisser la pression sanguine et le taux de lipides sanguins	accumulation d'aliments et de viande, excès de nourriture et de boissons, malnutrition infantile, masses abdominales, hépatosplénomégalie, TAN YIN, plénitude au thorax et à l'abdomen supérieur, polype des cordes vocales, hyperplasie kystique des seins, diarrhée, dysenterie, sang dans les selles, douleur aux jambes gonflement des testicules, stase de sang avec anémie, douleur abdominale après accouchement, lochies persistantes, douleur abdominale du post-partum, rétention de lait, HTA, hyperlipidémie, maladies coronariennes, angine de poitrine, sénilité due à l'âge, scorbut, etc. - expérience sur 40 cas d'ascaridiose

assaisonne	piment	LA JIAO	piquant	chaud	C, Rt, E	asséchant	0,9 - 2,4 g.	- tiédir le Centre et fortifier l'Estomac, - ouvrir l'Estomac et favoriser la digestion, - disperser le froid et assécher l'humidité, - faire la sudorification	mauvaise digestion chronique, vomissements. Froid déficience rate estomac avec douleur froid à l'épigastre, diminution de l'appétit, diarrhée liquidienne, douleur froide à l'abdomen
------------	---------------	----------------	---------	--------------	----------	-----------	-----------------	--	--
