

中  
医

# Vybrané termíny čínské medicíny a jejich uchopení v českém jazyce 3

《精选中医词汇中的表达及其在捷克语中的理解 3》

Zdeněk Chmelka, MAT  
[mujsalekcaje2016@gmail.com](mailto:mujsalekcaje2016@gmail.com)



## 中医五大支柱疗法

**Pět pilířů TČM (také Pět metod / technik TČM)**

砭 **biān** metoda bian – dnes zejm. guasha (škrabka)

针 **zhēn** jehla

灸 **jiǔ** moxa

} akupunktura (kov + oheň)

药 **yào** byliny (fytoterapie)

导引按跷 **dǎoyǐn ànqiāo** cvičení daoyin + masáže („akupresura“)

+ 养生法 **yǎngshēngfǎ** metody „pěstování života“ (cvičení – qigong, taiji, dietetika...)

# Opakování: 1. a 2. přednáška

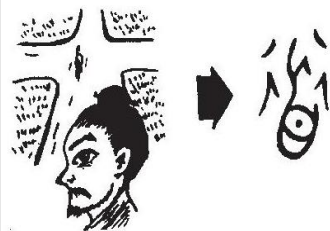


# 道

**Cesta**; Matka / Zdroj všech jevů a věcí; Prvopočátek veškerenstva; beztvary a bezejmenný Původce všech jevů a věcí; univerzální Jednota; Absolutno, „vše-zahrnující“ ...

道 dào

[附] 导(導) dǎo



*Hlava na rozcestí – oko hledající tu „správnou“ Cestu; „od hlavy až k patě“ .*

道 dào

**DAO (TAO)**

# Opakování: 1. a 2. přednáška



**阴 YIN:** nitro, kontrakce, jemnost, spodní část, chlad, tma, krev (xue), klid, hmota, prostor, ženský princip, Země...

**阳 YANG:** povrch, expanze, tvrdost, horní část, světlo, teplo, qi, pohyb, duchovno, čas, mužský princip, Nebesa...

**阴阳理论** yīnyáng lǐlùn

**TEORIE O YIN A YANGU**



# Opakování: 1. a 2. přednáška

---



- 1) *Dech*
- 2) *Vitální síla / energie*
- 3) *Vzduch*

**Zdroj post-natální (post-nebeské) energie:**

米 mǐ rýže = 阴 }  
气 qì dech = 阳 } 阴阳

气 qì

QI

氣

# Opakování: 1. a 2. přednáška



五行理论 wǔxíng lǐlùn

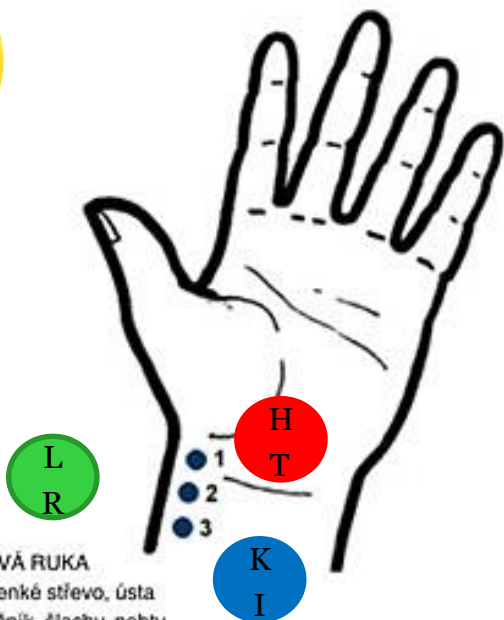
TEORIE PĚTI HYBATELŮ



木	mù	wood	dřevo
火	huǒ	fire	ohněň
土	tǔ	earth	země
金	jīn	metal	kov
水	shuǐ	water	voda

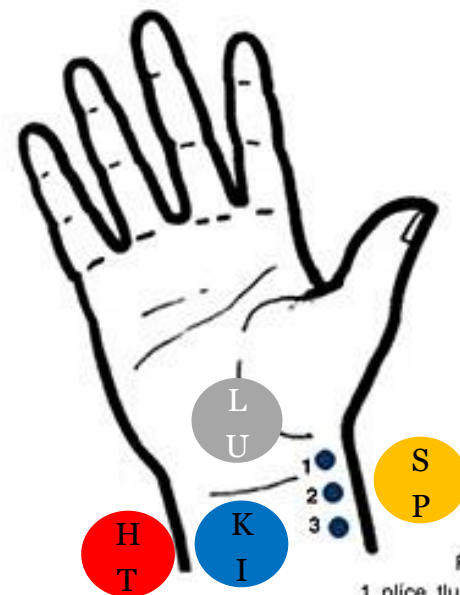


## PULSOVÁ DIAGNOSTIKA



LEVÁ RUKA

1. srdce, tenké střevo, ústa
2. játra, žlučník, šlachy, nehty
3. L ledvina, močový měchýř, genitálie



PRAVÁ RUKA

1. plíce, tlusté střevo, imunita, kůže
2. slezina, slinivka, žaludek, děloha
3. P ledvina, osrdečník, mozek, kosti

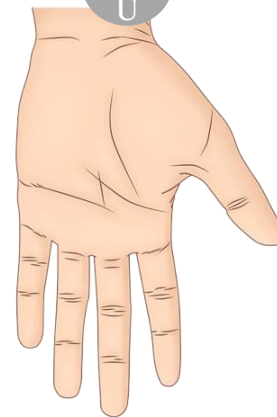
# 切診 qièzhěn



H  
T  
L  
R  
K  
I



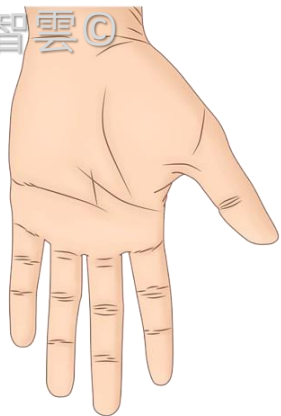
H K  
T I  
S  
P  
L U



## 切 qiè

odpovídat (něčemu)





# 切诊 qièzhěn



## 诊

zhěn



形声字。言(讠)表意,其形像张口说话,表示医生用语言询问病情和诊断病症;彡(zhěn)表声,彡有头发细密义,表示诊断疾病应细心周密。形旁简化。本义是诊断病症。

医生给病人看病断定病症:~脉 | ~断 | 门~。

~病 ~察 ~费 ~疗 ~视 ~室 ~所 ~治

出~ 初~ 复~ 候~ 会~ 急~ 切~ 求~

确~ 施~ 听~ 巡~ 应~

## 诊

vyšetřovat





# 四诊法 sìzhěnfǎ

## ČTYŘI DIAGNOSTICKÉ METODY

### TČM

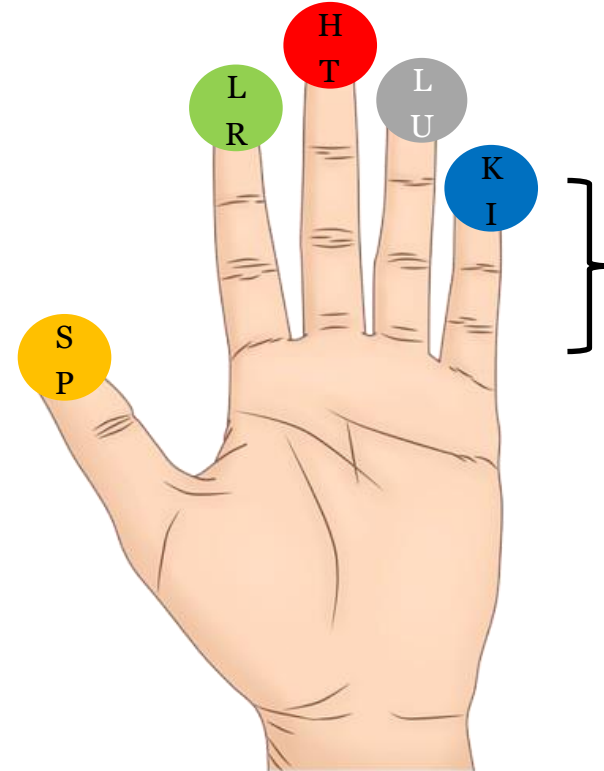


- 望诊 wàngzhěn *diagnostika pozorováním*  
(舌诊 shézhěn *dg. jazyka*)
- 闻诊 wénzhěn *dg. nasloucháním a čichem*
- 问诊 wènzhěn *dg. dotazováním*  
(十问歌 shíwèngē *Píseň 10 otázek*)
- 切诊 qièzhěn *dg. pohmatem*  
(切脉 qiè mài *dg. pulsu*)

# Prsty ruky a 5 hybatelů



1 x 6  
měsíců  
(pololetí)

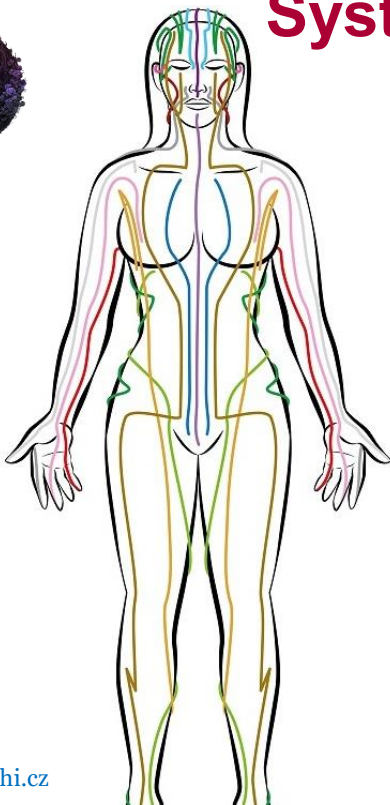
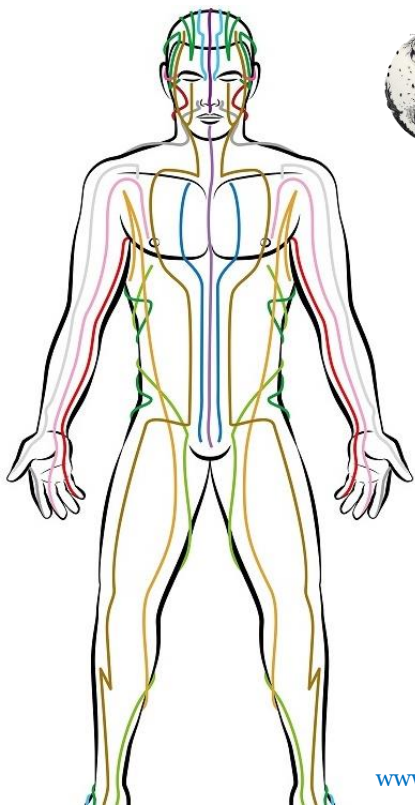


4 x 3  
měsíce

# Opakování: 1. a 2. přednáška



## Systém drah (meridiánů) 经络 jīngluò



木 **dřevo** játra / žlučník

火 **oheň** srdce / t. střevo

土 **země** slezina / žaludek

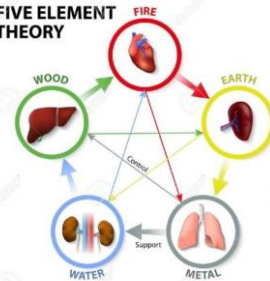
金 **kov** plíce / tl. střevo

水 **voda** ledviny / moč. měchýř

阳

阴

FIVE ELEMENT THEORY



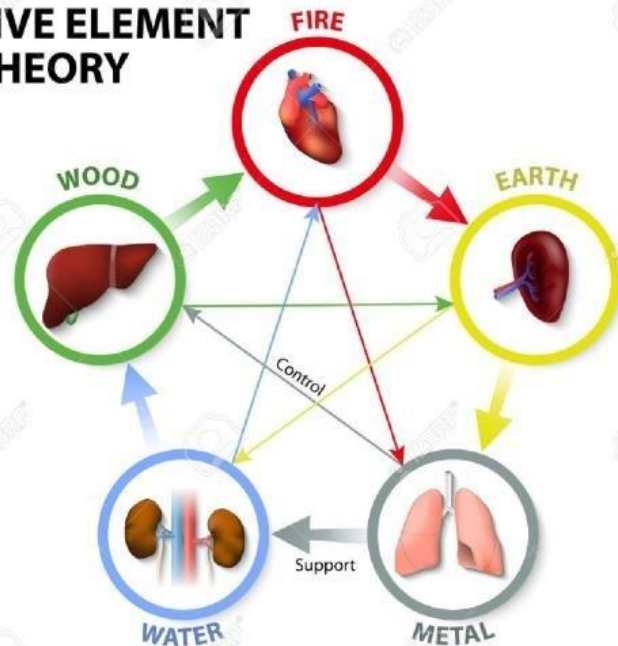
# 七情 qīqíng



## SEDMERO EMOCÍ

- 怒 nù hněv (vztek)
- 喜 xǐ euforie (radost)
- 惊 jīng šok (děs)
- 思 sī přemítání (zádumčivost)
- 悲 bēi zármutek (smutek, žal)
- 忧 yōu sklíčenost (úzkost)
- 恐 kǒng strach

### FIVE ELEMENT THEORY



Až 70 % všech našich nemocí údajně emočního původu!

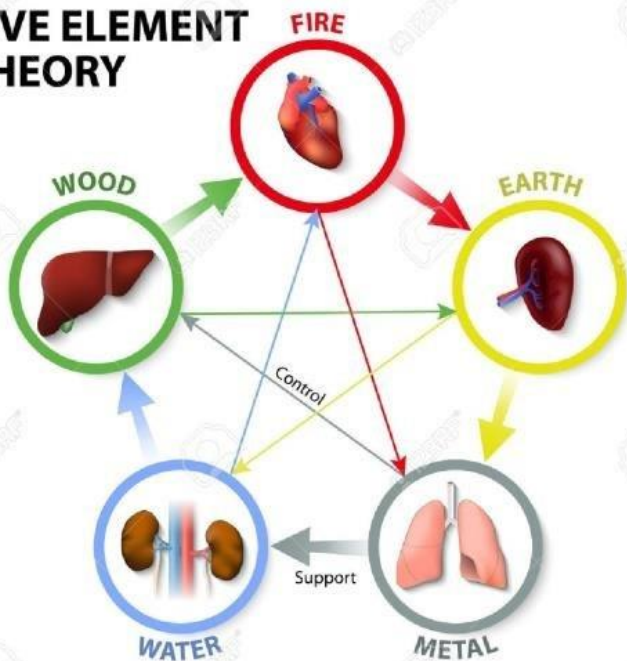


# 病理 bìnglǐ



## PATOLOGIE

### FIVE ELEMENT THEORY



**Patologie (sy):**

经络不通

jīngluò bùtōng

肾阴虚 shènyángxū

肝气滞 gānqìzhì

湿热 shīrè

血瘀 xuèyū ...



经络不通 jīngluò bùtōng ⇨ 疏通经络 shūtōng jīngluò

气血不足 qìxuè bùzú ⇨ 益气补血 yìqì bǔxuè



活血化瘀  
huóxuè huà yū





驱寒去湿 qūhán qùshī

滋阴润燥 zīyīn rùnzào

益气生津 yìqì shēngjīn

## 六淫 liùyín

风 fēng → 祛风 qūfēng

寒 hán → 驱寒 qūhán

暑 shǔ → 解暑 jiěshǔ

湿 shī → 祛湿 qūshī

燥 zào → 润燥 rùnzào

火 huǒ → 去火 qùhuǒ

## 外因·六淫



風



火



暑



濕



燥



寒



提阳扶正 tíyáng fúzhèng

消炎止痛 xiāoyán zhǐtòng

活血化瘀 huóxuè huàiyū

## 外因·六淫



風



火



暑



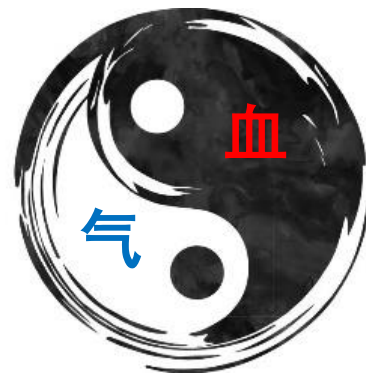
濕



燥



寒



# Zdraví pohledem TČM



正确的养生顺序 zhèngquè de yǎngshēng shùnxù

## SPRÁVNÉ POŘADÍ PÉČE O ZDRAVÍ

- 通法 tōngfǎ ⇒ 疏通经络 shūtōng jīngluò
- 排法 páifǎ ⇒ 排出毒素 páichū dúwù
- 调法 tiáofǎ ⇒ 调理脏腑 tiáolǐ zàngfǔ
- 补法 bǔfǎ ⇒ 补充营养 bǔchōng yíngyǎng





# Diferenciální diagnostika v TČM



八纲辩证 bāgāng biànzhèng

## OSMERÁ OSNOVA

POVRCH x NITRO



表 biǎo

里 lǐ

CHLAD x TEPLLO



寒 hán

热 rè

PRÁZDNOTA x PLNOST



虚 xū

实 shí

YIN x YANG



阴 yīn

阳 yáng

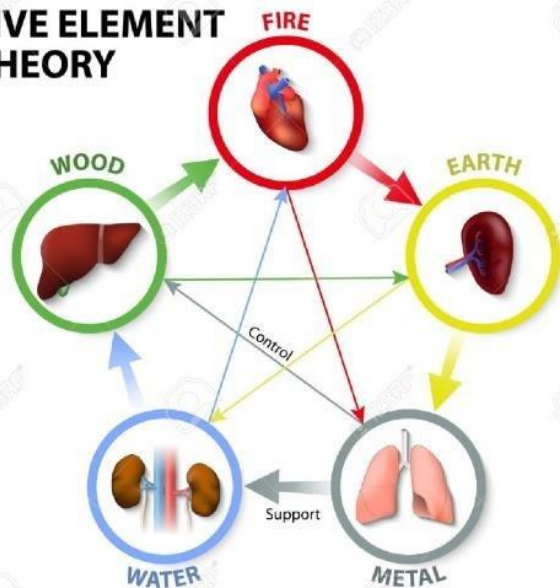
# Diferenciální diagnostika v TČM



脏腑辨证 zàngfǔ biànzhenɡ

## DIAGNOSTIKA DLE ORGÁNŮ

FIVE ELEMENT THEORY



木	dřevo	肝 / 胆	játra / žlučník
火	oheň	心 / 小肠	srdce / t. střevo
土	země	脾 / 胃	slezina / žaludek
金	kov	肺 / 大肠	plíce / tl. střevo
水	voda	肾 / 膀胱	ledviny / moč. měchýř

# Diferenciální diagnostika v TČM



脏腑辨证 zàngfǔ biànzhèng

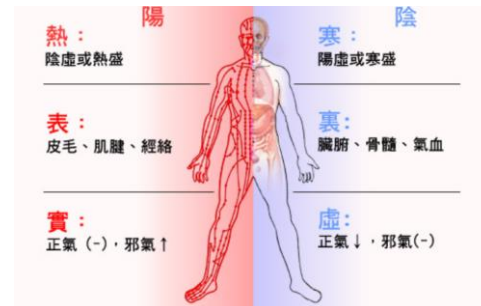
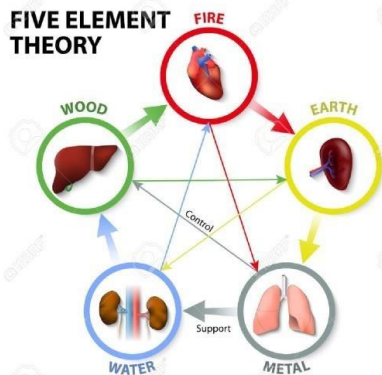
阴阳理论 yīnyáng lǐlùn

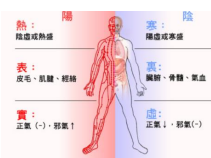
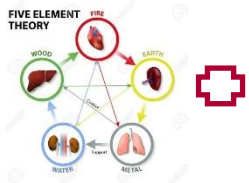
八纲辨证 bāgāng biànzhèng

DIAGNOSTIKA DLE ORGÁNŮ

TEORIE O YIN A YANGU

OSMERÁ OSNOVA





# Syndromologie v TČM



**肝血虚证** gānxuèxū zhèng **Sy prázdnoty krve jater**

**胆郁痰扰证** dǎnyù tánrǎo zhèng **Sy zneklidňování hleny ze stísněnosti žlučníku**

**心火亢盛证** xīnhuǒ kàngshèng zhèng **Sy nárustu ohně srdce**

**小肠虚寒证** xiǎocháng xūhán zhèng **Sy prázdného chladu v tenkém střevě**

**脾阳虚证** píyángxū zhèng **Sy prázdnoty yangu sleziny**

**胃热证** wèirè zhèng **Sy horkosti žaludku**

**脾胃气虚证** pí-wèi qìxū zhèng **Sy prázdnoty qi sleziny a žaludku**

**肺阴虚证** fèiyīn xū zhèng **Sy prázdnoty yin plic**

**大肠湿热证** dàcháng shīrè zhèng **Sy vlhké horkosti v tlustém střevě**

**肾不纳气证** shèn bù nàqì zhèng **Sy ledvin nenasávajících qi**

**膀胱虚寒证** pángguāng xūhán zhèng **Sy prázdného chladu v močovém měchýři**

# Vztah orgánů a chutí v TČM



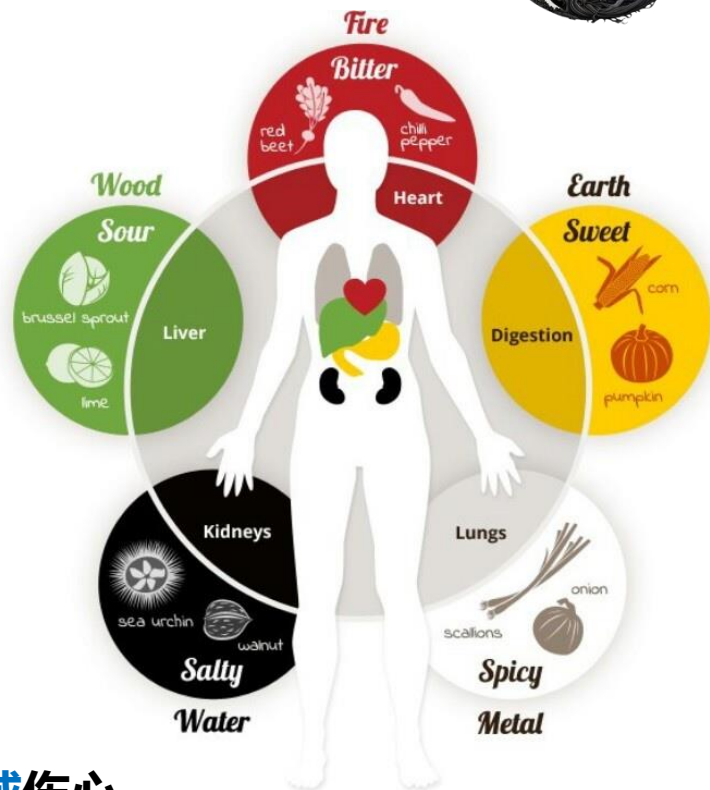
七味 qīwèi

## PATERO CHUTÍ

酸	suān	sour	kyselá
苦	kǔ	bitter	hořká
甘	gān	sweet	sladká
辛	xīn	acrid	pálivá (štiplavá)
咸	xián	salty	slaná

+ svíravá, (aromatická) a mdlá

过酸伤脾, 过苦伤肺, 过甜(甘)伤肾, 过辣伤肝, 过咸伤心。





# 四性 sìxìng

## ČTYŘI POVAHY



寒	hán	cold	chladná
凉	liáng	cool	chladivá
平	píng	balanced	vyrovnaná
温	wēn	warm	teplá
热	rè	hot	horká



阴 yīn      ochlazující  
 阳 yáng      zahřívající



**FYTOTERAPIE**



**POHLED DO ČÍNSKÉHO HERBÁŘE**  
**中药学**



## 當歸 DĀNGGUĪ (trad.) 当归 (zjedn.)

- český název: **Děhel čínský (kořen)** / *Potřeba návratu – „Vratička“* (p. Ando)
- latinský název: **Radix angelicae sinensis**
- spadá do kategorie: **BUXUE YAO 补血药** bǔxuè yào (**kategorie bylin „doplňujících krev“**)
- dávkování: **6-12 g**
- účinky:

- BUXUE 补血** bǔxuè (**DOPLŇUJE KREV**)
- HUOXUE 活血** huóxuè (**OŽIVUJE KREV**)
- RUNCHANG 润肠** rùrcháng (**SVLAŽUJE STŘEVA**)
- ZHITONG 止痛** zhìtòng (**ZASTAVUJE BOLESTI**)





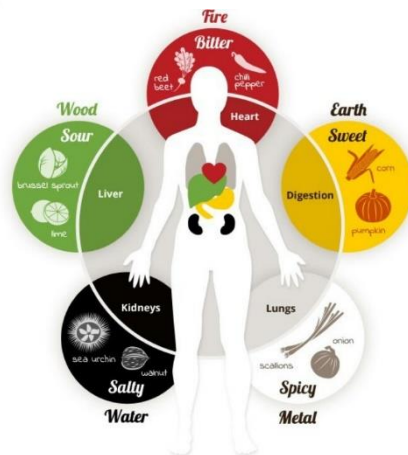
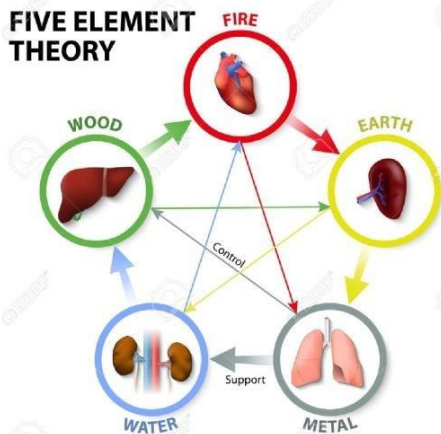
# 當歸 DĀNGGUĪ (trad.) 当归 (zjedn.)

智雲©



– charakteristika:

- a) Povaha – **TEPLÁ 温** wēn (**YANG**)
- b) Chuť – **SLADKÁ 甘** gān (**ZEMĚ**), **OSTRÁ 辛** xīn (**KOV**)
- c) Tropismus – k dráze (tj. meridiánu) **JATER 肝**, **SRDCE 心** A **SLEZINY 脾** (PLIC 肺)



## 當歸 DĀNGGUĪ (trad.) 当归 (zjedn.)

a) **BUXUE** 補血 (DOPLŇUJE **KREV**)

### Syndrom prázdnoty krve:

- chladné končety **suchá kůže, padání vlasů**, různé **menstruační potíže** a mnoho dalších
- důraz se klade i na **pohyb krve** – doplňuje qi krve
- **prázdnota krve srdce, jater, sleziny**
- **příznaky horka**
- **brnění ve svalech, spazmy**, hybnost končetin, artritida, ochablost beder
- zánět trojklanného, sedacího nervu, CMP



## 當歸 DĀNGGUĪ (trad.) 当归 (zjedn.)

b) HUOXUE 活血 (OŽIVUJE KREV)

**Blokáda krve – z chladu, stagnace i z nedostatečnosti Qi:**

- ženská onemocnění obecně: bolesti při menstruaci, neplodnost, poporodní komplikace - krvácení
- 痹症 bìzhèng (sy bolestivého zahrazení), různá poranění
- pásový opar
- vysychání, svědění, praskání kůže, padání vlasů





## 當歸 DĀNGGUĪ (trad.) 当归 (zjedn.)

c) RUNCHANG 润肠 (SVLAŽUJE STŘEVA)

**Zácpa z nedostatečnosti krve, suchost ve střevech**

d) ZHITONG 止痛 (ZASTAVUJE BOLESTI)

**Bolesti ze stagnace nebo nedostatečné výživy (prázdnoty):**

- bolesti na srdci, angina pectoris
- žaludeční vředy, bolesti břicha
- bolest hlavy všech typů
- bolest beder – stáze, chlad
- bolest kloubů a svalů, bolest u kostních výrůstků



## 枸杞子 GŎUQĪZĪ (trad.) 枸杞子 (zjedn.)

– český název: **Kustovnice čínská (plod) / Plod kustovnice** (p. Ando)

– latinský název: **Fructus lycii**

– spadá do kategorie: **BUYIN YAO 补阴药** bǔyīn yào (kategorie bylin „doplňujících yin“)

– dávkování: **9-12 g**

– účinky:

a) **BUGAN SHENYIN 补肝肾阴** bǔgān shènyīn (DOPLŇUJE **YIN** JATER A LEDVIN)

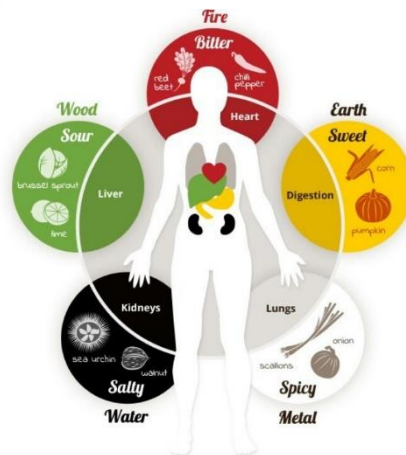
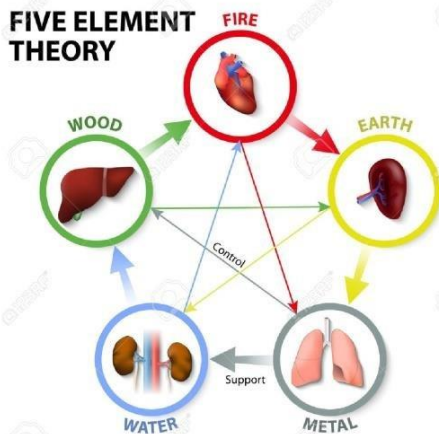
b) **MINGMU 明目** míngmù (PROJASŇUJE **ZRAK**)



# 枸杞子 Gǒuqǐzǐ (trad.) 枸杞子 (zjedn.)

– charakteristika:

- a) Povaha – **NEUTRÁLNÍ 平** píng (**YIN - YANG**)
- b) Chuť – **SLADKÁ 甘** gān (**ZEMĚ**)
- c) Tropismus – k dráze (tj. meridiánu) **JATER 肝** a **LEDVIN 肾**



## 枸杞子 GŎUQĪZĪ (trad.) 枸杞子 (zjedn.)

a) BUGAN SHENYIN 补肝肾阴 (DOPLŇUJE YIN JATER A LEDVIN)

### Nedostatečnost yin jater a ledvin:

- závratě, šumění v uších, tupé bolesti hlavy, zhoršená paměť, únava
- pobolívání v bedrech a kolenou, noční pocení
- horko pěti srdcí
- neplodnost, impotence, menstruační poruchy
- padání vlasů, předčasné projevy stárnutí, hluchota...



## 枸杞子 GŌUQǏZǏ (trad.) 枸杞子 (zjedn.)

b) MINGMU 明目 míngmù (PROJASŇUJE ZRAK)

**Potíže se zrakem z nedostatečné výživy:**

- unavený zrak, pobolívání očí, šeroslepost, světloplachost, létající skvrny před očima
- snížená zraková ostrost, rozmazané vidění





## 我们平时如何提高身体温度

### JAK NAVÝŠÍMĚ TĚLESNOU TEPLOTU

#### 1、通过正确喝水方法，喝40-50度温水，小口慢慢抿下去

Pijte vodu správně; měla by mít 40-50 stupňů, pijte po malých doušcích

#### 2、不吃寒凉冰冷食物

Vyhýbejte se studeným jídlům a nápojům

#### 3、运动促进血液循环

Více se hýbejte – cvičte (teplo urychluje pohyb krve a energie qi v těle)

#### 4、泡脚艾灸排寒湿

Napařování nohou v teplé vodě a moxování pomáhají odstranit vlhký chlad





## 冬季养生法

### DOPORUČENÍ NA ZIMNÍ OBDOBÍ

#### 1、多吃姜

Vařte si doma zázvor (lepší zdravotní účinky) – zázvorová voda ze 7 plátků, bez medu a citrónu!

#### 2、少吃柠檬

Kyselost citrónu (svíravá chuť) vtahuje dovnitř – při a po onemocnění naopak potřebujeme dostat patogen ven na povrch.

#### 3、热早餐

Dopřejte si pravidelné snídaně (07.00 – 09.00 hod.) ve formě vývarů nebo kaší (+ zázvor, skořice, kardamom...).

#### 4、多吃桂枝

Skořice zahřívá, ovšem zvyšuje i krevní tlak. Silné imuno-stimulační účinky se nacházejí ve větvičkách skořicovníku (seženete jako léčivo) – vs. běžně dostupná kůra skořicovníku.



## 冬季养生法

### DOPORUČENÍ NA ZIMNÍ OBDOBÍ

#### 5、少吃水果

Pouze s mírou užívejte čerstvého ovoce a zeleniny – ve své syrové podobě totiž zpravidla ochlazují organismus, čímž se zpomaluje i prokrvení cév.

#### 6、出点汗

V zimě bychom se neměli ve vyšší míře potit (nadměrný sport, sauna – dle konstituce), ovšem zároveň bychom neměli už vzniklé pocení ani potlačovat (boj řádné qi s patogeny – detoxikace z nitra ven).

#### 7、多穿衣服

Chráníme si i povrch těla (v zimě se jinak expanzivní energie regeneruje) – vytváříme „brnění“ pro v zimě jinak náchylnější kůži (vč. teplých ponožek, rukavic...).

#### 8、早点睡

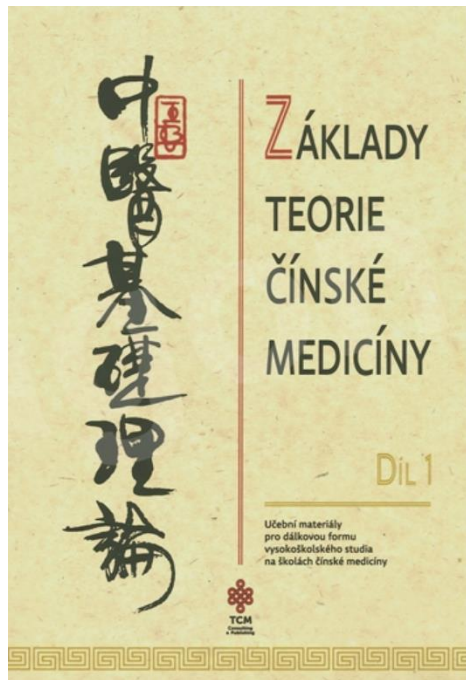
Delší noci (yin) v zimě přímo vybízí k regeneraci a dřívějšímu ulehání k spánku (kolem 21.00 hod.). Vyvarujte se rovněž emočního vypětí a nadměrné práce (od podzimu se příroda ukládá k spánku).

# Prostor k dotazům





**DOPORUČENÁ ČETBA**



**Vladimír Ando:**

***Základy teorie čínské medicíny (4 díly)***

***Klasická čínská medicína (5 dílů)***



# Kniha

## (Jiho)východní Asie

### - Můj šálek čaje

何俊梁 (智雲)

Pořídit lze zde:

- [www.pragon.cz](http://www.pragon.cz)
- [www.kosmas.cz](http://www.kosmas.cz)



(Jiho)východní Asie – můj šálek čaje  
aneb Čínský jazyk a rýže – můj denní chléb

Zážitky a postřehy českého studenta z dlouhodobého studijního pobytu v Číně

Zdeněk Chmelka





# YouTube kanál

何俊梁 (智雲)

## Zdeněk Chmelka - MŮJ ŠÁLEK ČAJE - MY CUP OF TEA 茶

- [@mujsalekcaje-mycupoftea8014](https://www.youtube.com/@mujsalekcaje-mycupoftea8014)
- [Videa zde](#)
- [Playlisty zde](#)
- [FB zde](#)



Zdeněk Chmelka - MŮJ ŠÁLEK ČAJE - MY CUP OF TEA

@mujsalekcaje-mycupoftea8014 224 odběratelů 163 videí

VÍTEJTE / WELCOME / 欢迎光临 / 환영합니다 / ようこそ! >

[mujsalekcaje2016.blogspot.com](https://mujsalekcaje2016.blogspot.com) a 3 další odkazy

DOMOVSKÁ STRÁNKA

VIDEA

PLAYLISTY

KOMUNITA

Vytvořené playlisty



RECEPTY / HEALTHY RECIPES

[Zobrazit celý playlist](#)



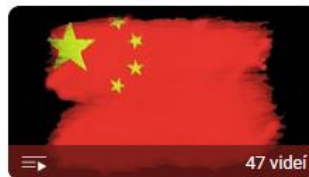
ČÍNSKÁ MEDICÍNA / CHINESE MEDICINE / 中医

[Zobrazit celý playlist](#)



Z NOVÉHO ŠÁLKU

[Zobrazit celý playlist](#)



ČÍNA / CHINA / 中国



KOREA / 한국

# 智雲© Seznam zdrojů a fotodokumentace

- CHMELKA, Zdeněk. *Čínský jazyk pro praxi čínské medicíny (praktický on-line kurz)*.
- HALVOVÁ, Judita. *Herbář – Zhong Yao Xue: 1. díl (Bu Xue + Huo Xue Hua Yu); el. verze*.
- LUCKÝ, Jozef. *Doporučení na zimní období (internet)*.
- 潘虹妃老师. *我们平时如何提高身体温度 (PPT)*.
- [www.yw11.com/zidian](http://www.yw11.com/zidian)

Případné další internetové zdroje použitých obrázků na vyžádání u autora prezentace.



中

智雲©

中  
• ZHONG  
• HUA  
• WEN  
• HUA

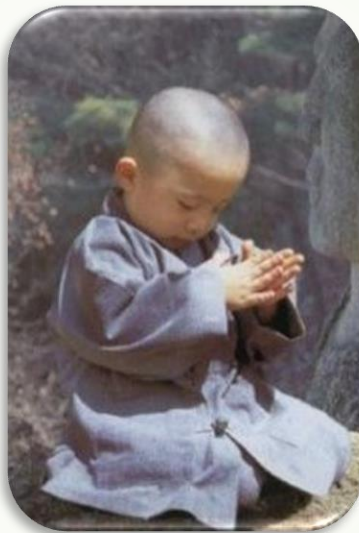
要义

大  
一  
统

Zdeněk Chmelka, MAT

2024

*Děkuji za pozornost!*



謝

謝

Zdeněk Chmelka, MAT

2024

[mujsalekcaje2016@gmail.com](mailto:mujsalekcaje2016@gmail.com)