

GOU QI ZI

*Kustovnica čínská *

Ohlas červených bobúľ kustovnice čínskej trvá zhruba 2000 rokov. Už tak dlho patrí v Číne medzi najvyhľadávanejšie liečivé potraviny. Kustovnica čínska je trnitý ker s jasne červenými drobnými plodmi na dlhých stopkách. Vzhľadom sa podobá šípke, chuťou je však sladší a bez kyslého dozvuku. Kustovnica podporuje dlhovekosť, silu a sexuálnu potenciu. Výrazne posilňuje obranyschopnosť organizmu.



Tento liečivý klenot starých mudrcov sa používa po stáročia v celej Číne ako omladzujúce ovocie.

Podľa tradičnej čínskej medicíny má kustovnica neutrálnu povahu a pôsobí na meridiány pečene a ľadvín, ktoré harmonizuje. Zlepšuje krvotvorbu, pomáha znižovať krvný tlak, obsah tuku i cukru v krvi, rozhojňuje jin. Pravidelná konzumácia kustovnice zároveň podporuje zvlhčenie pľúc a zlepšenie zraku, jeho ostrosť závisí práve na stave pečene. Plody sú využívané v liečebných zmesiach pri chorobách z nedostatku jinu, ktoré sú sprevádzané smädom, vrátane napr. tuberkulózy či cukrovky v ich počiatkoch, ďalej pri závratiach, zhoršenom videní a chronickom kašli.

Sušené plody kustovnice čínskej zlepšujú pamäť a využívajú sa pri liečbe lupienky. Obsahujú celú radu zdraviu prospešných látok,

ÚČINKY KUSTOVNICE ČÍNSKEJ

- Posilňuje obranyschopnosť organizmu
- Podporuje dlhovekosť, silu a sexuálnu potenciu
- Harmonizuje ľadviny a pečeň
- Zlepšuje zrak, zvlhčuje pľúca
- Znižuje krvný tlak, obsah cukru i tuku v krvi
- Pomáha pri chronickom kašli, lupienke
- Stimuluje krvotvorbu

Spôsob použitia:

Priama konzumácia ako sušené ovocie.

Čaj: plody zalejeme horúcou vodou a necháme 20 minút lúhovať, potom zlejeme; vylúhované plody sú veľmi chutné a tiež je možné ich konzumovať.

Do polievkových vývarov, do ryže, na šaláty, ale i do koláčov, zákuskov apod.

Doporučená denná dávka je 6–15 g suchých plodov.

TCM Slovakia s.r.o., Stromová 13,
831 01 Bratislava, tel.: 02/ 6345 2414

www.tcmslovakia.sk



GOU QI ZI

*Kustovnica čínská *

Ohlas červených bobúľ kustovnice čínskej trvá zhruba 2000 rokov. Už tak dlho patrí v Číne medzi najvyhľadávanejšie liečivé potraviny. Kustovnica čínska je trnitý ker s jasne červenými drobnými plodmi na dlhých stopkách. Vzhľadom sa podobá šípke, chuťou je však sladší a bez kyslého dozvuku. Kustovnica podporuje dlhovekosť, silu a sexuálnu potenciu. Výrazne posilňuje obranyschopnosť organizmu.



Tento liečivý klenot starých mudrcov sa používa po stáročia v celej Číne ako omladzujúce ovocie.

Podľa tradičnej čínskej medicíny má kustovnica neutrálnu povahu a pôsobí na meridiány pečene a ľadvín, ktoré harmonizuje. Zlepšuje krvotvorbu, pomáha znižovať krvný tlak, obsah tuku i cukru v krvi, rozhojňuje jin. Pravidelná konzumácia kustovnice zároveň podporuje zvlhčenie pľúc a zlepšenie zraku, jeho ostrosť závisí práve na stave pečene. Plody sú využívané v liečebných zmesiach pri chorobách z nedostatku jinu, ktoré sú sprevádzané smädom, vrátane napr. tuberkulózy či cukrovky v ich počiatkoch, ďalej pri závratiach, zhoršenom videní a chronickom kašli.

Sušené plody kustovnice čínskej zlepšujú pamäť a využívajú sa pri liečbe lupienky. Obsahujú celú radu zdraviu prospešných látok,

ÚČINKY KUSTOVNICE ČÍNSKEJ

- Posilňuje obranyschopnosť organizmu
- Podporuje dlhovekosť, silu a sexuálnu potenciu
- Harmonizuje ľadviny a pečeň
- Zlepšuje zrak, zvlhčuje pľúca
- Znižuje krvný tlak, obsah cukru i tuku v krvi
- Pomáha pri chronickom kašli, lupienke
- Stimuluje krvotvorbu

Spôsob použitia:

Priama konzumácia ako sušené ovocie.

Čaj: plody zalejeme horúcou vodou a necháme 20 minút lúhovať, potom zlejeme; vylúhované plody sú veľmi chutné a tiež je možné ich konzumovať.

Do polievkových vývarov, do ryže, na šaláty, ale i do koláčov, zákuskov apod.

Doporučená denná dávka je 6–15 g suchých plodov.

TCM Slovakia s.r.o., Stromová 13,
831 01 Bratislava, tel.: 02/ 6345 2414

www.tcmslovakia.sk

