

לקריאת התרשמות מקטעים מתוך הספר "רפואת צמחים סינית - מרקחות רפואיות", בחרנו להציג חלק קטן מהמבוא, וחלק למספר מרקחות קרובות אל: **אבקה להסרת דאגות** .Rambling Powder - XIAO YAO SAN

מרקחות צמחי מרפא סיניים

ברפואה סינית מסורתית המונח מרשם או מתכון, נקרא *FANG JI*. המלה *FANG* מתייחסת למסמך עליו נרשמת טכניקה מסוימת, כלומר במקרה זה, **המרשם**. המלה *Ji* מתייחסת להיבט המעשי של הטכניקה, כלומר, **ההכנה וההנפקה של המרשם**. מכאן ש-*FANG JI* הן מרקחות בהן השתמשו הלכה למעשה, ולא רק כמחשבה תיאורטית בלבד.

עם זאת, בשם הסיני של מרבית המרשמים מופיע המונח *TANG*, שפירושו המילולי הוא **מרק** ואשר מתייחס לאופן ההכנה הפופולרי ביותר של המרשמים. זו אחת הסיבות שבגללה בחרנו במונח העברי **מרקחת** (CONCOCTION) שקרוב יותר למונח **מרק**. אף שהמונח העברי המדויק יותר הוא **מרתח** (DECOCTION), בחרנו את המונח **מרקחת** גם כי רצינו להשתמש בלשון נקבה בעיקר בגלל המונח השגור והפחות מדויק **פורמולה** (FORMULA).

כמו כן בהגדרה, אדם שמחבר מספר סממני מרפא או צמחי מרפא יחדיו לצורך יצירת פעולת ריפוי נקרא **רוקח**, ומכאן בעברית נקרא בית ממכר לתרופות **בית מרקחת**, אולי בגלל שבעבר הונפקו מרבית התרופות לשימוש כמרקחות.

הטיפול במחלות ברפואה סינית מוגדר כתהליך מתמשך ורציף בו נעשית **אבחנה מבדלת ונקבע טיפול** (*BIAN ZHENG SHI ZHI*). כחלק אינטגרלי של תהליך הטיפול, מהוות המרקחות הקבצה מיוחדת או תבנית של קבוצות צמחים שמשמשות ככלי בקביעת הטיפול. ההתמקדות בספר זה תהיה בשאלה כיצד תבנית מסוימת של צמחים או חומרים במרקחת, עובדים יחד כדי לטפל במחלה ביעילות מירבית.

לעתים קרובות ניתן לשמוע כי ריפוי בעזרת צמחי מרפא סיניים מבוסס על **הבנת התאוריה ושליטה בה, אסטרטגיה, מרקחות וצמחים** (*LI FA FANG YAO*). פרוש הדבר הוא שכשמוזוה בעיית המטופל, יהיו ההמשך הטבעי לכך - האסטרטגיה, המרקחת שמגלמת את האסטרטגיה והצמחים שמרכיבים את המרקחת. תבנית חוסר ההרמוניה ניתנת להגדרה במונחי אסטרטגיית הטיפול או העיקרון הטיפולי, ולעתים באופן מדויק יותר, על ידי שם המרקחת שמגלמת את האסטרטגיה. כך לדוגמא כנהוג בסין, במקום לומר שמטופל סובל מתסמונת של קור וחסר בחיצון (סוג מסוים של רוח-קור), ניתן לתאר זאת כתסמונת **מרקחת ענפיף הקינמון** (*GUI ZHI TANG*).

מספר מרקחות לדוגמא

הערה מקדימה: **אבקה להסרת דאגות** היא ברירת מחדל מצוינת לטיפול בתסמונות שבהן המערכת הרגשית, שמגולמת באיברים **כבד וניס מרה**, פוגעת במערכת העיכול שמגולמת באיברים **טחול וקיבה**. דוגמאות: תסמונת המעי הרגיז, אולקוס (כיב פפטי), דלקות מעיים, ועוד תסמונות רבות. שמות התסמונות המערביות שבהן מטפלת **אבקה להסרת דאגות** תופענה מיד לאחר **ניתוח המרקחת** והחלק שעוסק **בהערות**, ומעט לפני הכותרת **שימושים בשילוב עם רפואה מודרנית**.

XIAO YAO SAN

3. אבקה להסרת דאגות

Rambling Powder

- CHAI HU* (Bupleuri Radix) - B9 - **בופלרום** - 9 גר'
- DANG GUI* (Angelicae sinensis Radix) - M3 - **אנגליקה סינית** - 9 גר'
- BAI SHAO* (Paeoniae Radix alba) - M4 - **אדמונית לבנה** - 9 גר'
- BAI ZHU* (Atractylodis macrocephalae Rhizoma) - L6 - **אטרקטילודיס לבן** - 9 גר'
- FU LING* (Sclerotium Poria Cocos) - I1 - **פוריה** - 9 גר'
- ZHI GAN CAO* (Honey-Fried Glycyrrhizae Radix) - L8a - **עשב מתוק מטונן בדבש** - 6 גר'

הכנה: טחן את המרכיבים לאבקה (כל אחד במינון של 30 גר') וקח כמשקה במיננים של 9-6 גר' יחד עם 6 גר' של *PAO JIANG* (Roasted Zingiberis Rhizoma recens) - Q3 - **זנגביל טרי מטונן**, וכן עם 3 גר' של *BO HE* (Menthae haplocalycis Herba) - B1 - **שיח נענע**. כיום נפוץ בעיקר השימוש כמרקחת.

פעולות: משחררת את תעוקת צ"י הכבד, מחזקת את הטחול ומזינה את הדם.
התוויות: כאב תת-צלעי, כאב ראש, סחרחורת, טעם מר בפה, פה וגרון יבשים, לאות, תיאבון ירוד, לשון נורמלית או חיוורת ודופק מיתרי ובעל אופי של חסר. יתכן שיהיו גם חום ורעדות לסירוגין ומחזור לא סדיר או נפיחות בבטן ובשדיים.

זוהי תעוקת צ"י הכבד יחד עם חסר דם. יחסי הגומלין בין הכבד והטחול קרובים מאד. כאשר צ"י הכבד שרוי בתעוקה, מתגברת השפעתו על הטחול והתוצאה היא חסר בטחול. תופעה זו ידועה גם כמרידה אופקית של צ"י הכבד אשר פולש לטחול, או כפגיעה של יסוד העץ ביסוד האדמה. חסר של הטחול, אשר תפקודו החשוב הוא התמרה של מזון לדם ולצ"י, גורם לעתים קרובות לחסר דם. מצד שני, חסר דם (ללא חשיבות לגבי מקורו) עלול לגרום לתעוקה של צ"י הכבד. הכבד, איבר *YIN* שאוגר ואוצר דם, מותנה ב-*YANG* לצורך פעולת הפצת הדם בגוף. אך אם אספקת דם הכבד אינה מלאה, עלול להיווצר מצב של עודף צ"י או *YANG*, דבר אשר ידוע גם כתעוקה של צ"י הכבד. יש פרשנים שרואים זאת כמצב של חסר בכבד ועודף באיבר ה-*YANG* התואם, הוא כיס המרה.

תעוקת צ"י הכבד מתאפיינת בכאב לאורך נתיב ערוץ הכבד, במיוחד באזור התת-צלעי. אצל נשים הביטוי לכך עשוי להיות נפיחות בבטן או בשדיים. אלה הם התסמינים שיעזרו להבדיל בין תעוקה של צ"י לבין סטגנציית-דם. אצל מספר מטופלים, תעוקה של הכבד עלולה להשפיע על ערוץ ה-*YANG* המקביל, כיס המרה, ולגרום לתסמינים וסימנים בשכבת *SHAO YANG* כגון חום ורעדות לסירוגין וטעם מר בפה. תעוקת כבד וחסר דם גורמים לכאב ראש, סחרחורת ויובש בגרון ובפה.

לאות ותיאבון ירוד הם תסמינים של חסר בטחול. הלשון והדופק משקפים את תעוקת צ"י הכבד וחסר דם.

ניתוח המרקחת: אף כי עיקר הדגש במרקחת הוא על פיזור תעוקת צ"י הכבד, יש לכלול בה גם צמחים מזינים. הצמח המנהיג, *CHAI HU* (Bupleuri Radix) - **בופלרום**, מפיג ביעילות תעוקה של צ"י הכבד. הצמחים הסגנים, *DANG GUI* (Angelicae sinensis Radix) - **אנג'ליקה סינית**, וכן גם *BAI SHAO* (Paeoniae Radix alba) - **אדמונית לבנה**, פועלים יחד כדי להזין את הדם ולרכך את החספוס שנוצר עקב תעוקת הכבד. הצמח הריחני מעט, *DANG GUI* (Angelicae sinensis Radix) - **אנג'ליקה סינית**, משפיע על הצי של הדם. דבר זה הופך אותו לצמח חשוב לטיפול בתעוקת כבד וחסר דם. שניים מהצמחים העוזרים, *BAI ZHU* (Atractylodis macrocephalae Rhizoma) - **אטרקטילודיס לבן**, וכן גם הצמח *FU LING* (Sclerotium Poria Cocos) - **פוריה**, מחזקים את הטחול ובכך את תפקודי ההתמרה וההנעה שלו. העוזר הנוסף, *ZHI GAN CAO* (Honey-Fried Glycyrrhizae Radix) - **עשב מתוק מטונן** **בדבש**, מחזק את הטחול. כאשר הוא חובר לצמח *BAI SHAO* (Paeoniae Radix alba) - **אדמונית לבנה**, הוא ממתן את כאב הבטן העויתי. הצמח, *PAO JIANG* (Roasted Zingiberis Rhizoma recens) - **זנגביל טרי מטונן**, שמשמש כשליח, מהרמן את הקיבה ומונע התפתחות של צ"י מרדני. כאשר הצמח השליח הנוסף, *BO HE* (Menthae haplocalycis Herba) - **שיח נענע**, שמופיע במינון נמוך, מחזק את יכולתו של הצמח המנהיג להפיג תעוקה של צ"י הכבד ומסייע לו גם בפיזור החום שנובע מתעוקה זו.

הערות: שמה של המרקחת בא מתוך כותרתו של הפרק הראשון מתוך ספרו של *Zhuang Zi*, "שוטטות חסרת מטרה", אשר כולל סיפורים רבים אודות התעלות מעל לראיית עולם צרה ומוגבלת. בדומה לכך, מרקחת זו מפיגה תעוקה ומעודדת זרימה חופשית של צ"י הכבד, דבר שמאפשר פתיחות מחשבה וחופש לנפש לשוטט כרצונה. פרוש נוסף לשם טוען שהמילה הראשונה, *XIAO*, היא מילה הזזה בצליל למילה 'הפחתה' והיא מתייחסת לריכוך צ"י הכבד השרוי בתעוקה ואילו המילה השניה, *YAO*, היא מילה הזזה בצליל למילה 'טלטול' ומתייחסת להנעתה של סטגנציית דם. מרקחת זו היא וריאציה של **אבקה לגפיים קרות** (*SI NI SAN*), אשר משמשת רבות ברפואה פנימית ולטיפול בבעיות גניקולוגיות. **באבקה להסרת דאגות** אפשר להשתמש לטיפול בכל מצב עם תעוקת כבד, חסר דם וחסר בטחול, שמתאפיין בכאב תת-צלעי, לאות, תיאבון ירוד, לשון נורמלית או חיוורת ודופק מיתרי ובעל אופי של חסר. מגוון השימושים צוין במקור, **קובץ מרשמים בחסדי הקיסר מתקופת טאי פינג**, שממליץ עליה לטיפול בבעיות כגון חסר דם מלווה בלאות, חום בחמשת המרכזים, כאבי גוף וגפיים, סחרחורת וכבדות בראש, הלמות-לב, לחיים אדומות, פה וגרון יבשים, חום, הזעות לילה, תיאבון ירוד, רצון מוגבר לישון, מאבק בין דם וחום ביחד עם מחזור בלתי-סדיר, כאב בבטן וסביב לטבור וכן חום ורעדות בעלי אופי של מלריה. המרקחת טובה גם לטיפול "בנערות בתולות עם חולשה בדם וחסר *YIN*, חוסר הרמוניה של צ"י ההזנה והצי המגן עם שיעול יצרני, חום עולה ויורד לסירוגין וחולשה של הגפיים שמתפתחת לאיטה לתסמונת עצמות מאודות". תחומי הטיפול של מרקחת זו הורחבו אף יותר בסין המודרנית. המרפא הידוע בן המאה העשרים *Yue Mei-Zhong*, הציע להשתמש באבקה מחוזקת להסרת דאגות (*JIA WEI XIAO YAO SAN*) יחד עם הצמחים: *XIA KU CAO* (Spica Prunella Vulgaris) -

C5 - צמח הקמל בקיץ, עם, O7 SANG JI SHENG (Taxilli Herba) - טפיל עץ התות, ועם NU ZHEN ZI
 O9 - (Ligustri lucidi Fructus) - זרע טהרת האישה, לטיפול ביתר לחץ דם. התאמה של מרקחת זו,
 אשר מתבססת על אבקה מחוזקת להסרת דאגות (JIA WEI XIAO YAO SAN), יחד עם: JU HUA
 B5 - (Chrysanthemi Flos) - פרח חרצית, M6 - GOU QI ZI (Lycii Fructus) - פרי עץ אטד, וכן עם הצמח
 Y3 - (Acori tatarinowii Rhizoma) - SHI CHANG PU - אקורוס רפואי, עוצבה בידי Wei Wen-Gui לטיפול
 במגוון בעיות עיניים שכוללות ברקית (GLAUCOMA), דלדול עצב הראייה (OPTIC NERVE
 ATROPHY), דלקת אקוטית של העצב מאחורי העין (RETROBULBAR NEURITIS), עיוורון קליפתי
 (CORTICAL BLINDNESS) וכן דלקת הרשתית (CENTRAL RETINITIS).

שימושים בשילוב עם רפואה מודרנית: כאשר מצג התסמינים מתאים, ניתן להשתמש במרקחת
 זו לטיפול במצבים המוגדרים על ידי הרפואה המודרנית כדלקת כבד (HEPATITIS), דלקת האדר
 (PLEURISY), דלקת קיבה (GASTRITIS) כרונית, כיב פפטי (PEPTIC ULCER), אנמיה (ANEMIA),
 דימום רחמי תפקודי (FUNCTIONAL UTERINE BLEEDING), תסמונת גיל המעבר (MENOPAUSAL
 SYNDROME), דלקת האגן הקטן (PELVIC INFLAMMATORY DISEASE), שדיים פיברוסיסטיים
 (FIBROCYSTIC BREASTS), חולשת עצבים (NEURASTHENIA), דלדול עצב הראייה (OPTIC NERVE
 ATROPHY) וכן דלקת הרשתית (CENTRAL RETINITIS).

התאמות:

- ◆ לכאב תת-צלעי חמור יותר עם נפיחות, הסר, BAI ZHU (Atractylodis macrocephalae Rhizoma) -
 אטרקטילודיס לבן, והוסף את, P5 - XIANG FU (Cyperii Rhizoma) - נספח ריחני.
- ◆ לכאב קבוע וחזק שנובע מסטגנציה בדם הוסף הצמחים: D5 - MU DAN PI (Moutan Cortex) -
 קליפת שורש האדמונית, את V5 - YU JIN (Curcumae Radix) - פקעת כורכום, וכן את הצמח,
 V12 - SAN LENG (Sparganii Rhizoma) - שלושה קצוות.
- ◆ להפרשות ואיגניות, הוסף את: F1 - JIN YIN HUA (Lonicerae Flos) - יערה, GUAN ZHONG
 ZZ13 - (Cytomii Rhizoma) - שורש שרכיה.
- ◆ לכאב באזור הכבד, לאות ואבדן תיאבון, הסר PAO JIANG (Roasted Zingiberis Rhizoma)
 recens) - זנגביל טרי מטונג, וכן את BO HE (Menthae haplocalycis Herba) - שיח נענע, והוסף:
 P5 - XIANG FU (Cyperii Rhizoma) - נספח ריחני, P14 - FO SHOU (Citri sarcodactylis Fructus) - יד
 בודהה, את הצמח, V2 - DAN SHEN (Salviae miltiorrhizae Radix) - שורש הצינבר, וכן את,
 L2 - DANG SHEN (Codonopsis Radix) - שורש קודונופסיס.
- ◆ לכבד וטחול מוגדלים, הוסף את, XX10 - HAI PIAO XIAO (Sepiae Endoconcha) - עצם דיונון
 הרוקחים, את O12 - BIE JIA (Trionycis Carapax) - שריון צב רך, ואת החומר MU LI
 W2 - (Ostreae Concha) - קונכיית צדפה.
- ◆ לטיפול בשדיים פיברוסיסטיים, הסר את ZHI GAN CAO (Honey-Fried Glycyrrhizae Radix)
 עשב מתוק מטונג בדבש, והוסף את: V16 - WANG BU LIU XING (Vaccariae Semen) - זרע
 סבונית, את, V3 - JI XUE TENG (Spatholobi Caulis) - קיסוס דם תרנגולת, ואת, DAN SHEN
 V2 - (Salviae miltiorrhizae Radix) - שורש צינבר, P5 - XIANG FU (Cyperii Rhizoma) - נספח
 ריחני.

שתי מרקחות קרובות:

JIA WEI XIAO YAO SAN

4. אבקה מחוזקת להסרת דאגות

Augmented Rambling Powder

- DANG GUI* (Angelicae sinensis Radix) - M3 - אנג'ליקה סינית - 3 גר'
 - BAI SHAO* (Paeoniae Radix alba) - M4 - אדמונית לבנה - 3 גר'
 - FU LING* (Sclerotium Poria Cocos) - I1 - פוריה - 3 גר'
 - CHAO BAI ZHU* (Dry-fried Atractylodis macrocephalae Rz) - L6 - אטרקטילודיס לבן מטוגן יבש - 3 גר'
 - CHAI HU* (Bupleuri Radix) - B9 - בופלרום - 3 גר'
 - MU DAN PI* (Moutan Cortex) - D5 - קליפת שורש האדמונית - 1.5 גר'
 - ZHI ZI* (Gardeniae Fructus) - C3 - פרי יסמין הצוקים - 1.5 גר'
 - ZHI GAN CAO* (Honey-Fried Glycyrrhizae Radix) - L8a - עשב מתוק מטוגן בדבש - 1.5 גר'
- הכנה:** כמרקחת. קח יחד עם כמות קטנה של, *SHENG JIANG* (Zingiberis Rhizoma recens) - A10 - *CHE QIAN ZI*, *BO HE* (Menthae haplocalycis Herba) - B1 - שיח נענע. הוסף את הצמח, *LIN* (Plantaginis Semen) - I11 - זרע לפני המרכבה, כדי למקד את פעולת המרקחת בטיפול בתסמונת (קשיים וכאב בעת מתן שתן).
- פעולות:** משחררת את ציי הכבד, מחזקת את הטחול, מזינה את הדם ומפיגה חום.
- התוויות:** רגיזות, מזג חם ומתפרץ, יתכן חום אחר הצהריים והזעה, עיניים אדומות, פה יבש, הלמות-לב, לחץ ב בטן תחתונה, קושי וכאב בהשתנה והגברת דימום במחזור או דימום רחמי. זוהי תעוקה של ציי הכבד עם חסר בטחול אשר הופכים לחום.
- הערה:** למרקחת זו שם פופולארי נוסף והוא *DAN ZHI XIAO YAO SAN*, אשר מאזכר את שמות שני הצמחים שנוספו למרקחת הראשית.

HEI XIAO YAO SAN

5. אבקה שחורה להסרת דאגות

Black Rambling Powder

- CHAI HU* (Bupleuri Radix) - B9 - בופלרום - 1.5 גר'
- BAI SHAO* (Paeoniae Radix alba) - M4 - אדמונית לבנה - 4.5 גר'
- FU LING* (Sclerotium Poria Cocos) - I1 - פוריה - 4.5 גר'
- DANG GUI* (Angelicae sinensis Radix) - M3 - אנג'ליקה סינית - 9 גר'
- SHENG DI HUANG* (Rehmanniae Radix) - D3 - צהוב-אדמה טרי - 15 גר'
- GAN CAO* (Glycyrrhizae Radix) - L8 - עשב מתוק - 1.5 גר'

הכנה: המקור, **ששה כתבים אודות עיקרי הרפואה** (*YI XUE LIU SHU*), ממליץ לטחון את המרכיבים לאבקה דקה ולקחת אותה כמשקה במיננים של 6 גר' יחד עם חתיכה אחת מהצמח,

BO HE (Menthae, ומעט מהצמח, *SHENG JIANG* (Zingiberis Rhizoma recens) - A10 - זנגביל טרי, ומעט מהצמח, *haplocalycis Herba*) - B1 - שיח נענע. כיום שני צמחים אלה מושמטים בדרך כלל. כמו כן, נהוג להשתמש בצמח, *SHU DI HUANG*, (Rehmanniae Radix praeparata) - M1, - צהוב-אדמה מבושל, במקום הצמח, *SHENG DI HUANG* (Rehmanniae Radix) - צהוב-אדמה טרי, אלא אם כן יש סימנים ברורים של חום. צבעם הכהה של שני הצמחים האלה מעניק למרקחת את שמה.

פעולות: משחררת את צי הכבד, מחזקת את הטחול, מזינה את הדם ומווסתת את המחזור הנשי.

התוויות: לאותו המצג של המרקחת הראשית, אך עם חסר דם חמור יותר שמתאפיין בעוויתות טרום מחזור או בדימום וסת מופרז ודופק מיתרי ובעל אופי של חסר, או מיתרי ומהיר.

© כל הזכויות של הספרים המודפסים והאלקטרוניים, לרבות הקטעים לקריאת התרשמות שלעיל שייכים לאפי כפיר. אין להעתיקם בשום צורה ובשום מדיה ללא הרשאה בכתב מאפי כפיר.

אתר הבית של אפי כפיר : <http://www.kfir.net>

לתאור שני הספרים באתר של אפי כפיר לחצו על הקישור הבא :

<http://www.kfir.net/index.php?dir=site&page=content&cs=3028>

להרחבה על שני הספרים בפלייר אלקטרוני לחצו על הקישור הבא :

<https://www.smore.com/7uzdf-425>