

פעולה: משחררת גפ"ח רוח ומתמירה לחות.

דיון בפורמולה:

זהו מצב של רוח קור לחות חיצונית ברמת מרידיאן השרירים. השפעתה בעיקר על הראש והצוואר, אך יעילה גם ברוח לחות סיסטמית, עם ביטויים במפרקים נוספים. הפורמולה מייזעת באופן מתון על מנת לא לפגוע בצ'י ובנוזלים, על כן היא אינה מתמקדת בשחרור חיצון, אלא בסילוק רוח לחות מהמרידיאנים. ניתן לשלב את הפורמולה עם פורמולות לסילוק רוח קור כאשר ישנו מצב דומיננטי של כאב ראש, שכמות וצוואר תפוסים. הצמחים הנוספים מחזקים את ההשפעה נוגדת הכאב של הפורמולה ומכוונים אותה לראש.

אינדיקציות:

- כאב ראש המלווה התקפת רוח קור או חום.
- תפיסות בחגורת הכתפיים והצוואר עם כאב וכבדות בראש.
- חום מתון וצמרמורות.
- כאב ראש ממתח שרירי מוגבר, בדרך-כלל כתוצאה מחשיפה לרוח קרה.

הרכב הפורמולה	
Qiang Huo / <i>Notopterygium incisum</i> rad	Chuan Xiong / <i>Ligusticum sinense</i> rad
Du Huo / <i>Angelica pubescens</i> rad	Man Jing Zi / <i>Vitex trifolia</i> frt
Gao Ben / <i>Ligusticum sinense</i> rad	Zhi Gan Cao / <i>Glycyrrhiza</i> rad
Fang Feng / <i>Ledebouriella Seseloides</i> rad	Bo He / <i>Mentha haplocalyx</i> herb
Ju Hua / <i>Chrysanthemum morifolium</i> fls	Jing Jie / <i>Schizonepeta tenuifolia</i> herb

שילובים אפשריים:

✓ לרוח קור בחיצון ניתן לשלב עם **Wind-1** | *Gan Mao Ling*.

מינון סטנדרטי:

בטינקטורה 3:1: 7.5-5 מ"ל 2-4 פעמים ליום.

הערות: מינון המינימום מתייחס למצבים כרוניים, מינון המקסימום מתייחס למצבים אקוטיים.
אזהרות והתוויות נגד: זהירות במצבי חסר צ'י ויין או במצבי חום.