

Čtení z jazyka: zdravý je růžový, světle žlutý ukazuje na plicní infekci

3. března 2016

Tradiční čínští lékaři dokážou z jazyka docela přesně určit, s čím má organismus potíže. Jak, to zjišťoval páteční magazín MF DNES Rodina DNES.

Diagnostiku tradiční čínské medicíny si můžete sami vyzkoušet – tak schválně, podívejte se do zrcadla a vyplázněte na sebe jazyk. První, čeho si na svém jazyku asi všimnete, je povlak.

Obecně bílý odpovídá vnějšímu napadení škodlivinou, žlutá barva zrcadlí vnitřní stav. Silnější žlutý povlak znamená většinou zažívací potíže, tenký světle žlutý povlak plicní infekci. Hodně tmavý, až černý povlak signalizuje vážné zdravotní problémy.

„Zdravý jazyk by měl být růžový nebo světle červený s nevýrazným tenkým bílým povlakem. Měl by být ohebný, hladký a středně vlhký,“ shrnuje Petra Kučerová z brněnského Centra tradiční čínské medicíny Duhový lotos. Dětské jazýčky jsou podle ní trochu jiné, například červené tečky ještě nemusí znamenat problém.

Odborník na tradiční čínskou diagnostiku si samozřejmě všimá i dalších znaků – celkového vzhledu jazyka i jeho pohybů. Třeba bledý a vlhký jazyk prozradí slabé ledviny, bledý a suchý nedostatečnost krve. Zahleněnost se projeví oteklým jazykem, třeba i s otlaky zubů na okrajích. Špatnou hydrataci poodhalí popraskaný jazyk. Když se neustále chvěje, znamená to pravděpodobně potíže s játry.

Ostatně i pro západní medicínu je jazyk zajímavým indikátorem, „například vychýlený jazyk na jednu stranu může být příznakem mrtvice,“ upřesňuje Kučerová.

Zprávy o ledvinách

Podle starých Číňanů je jazyk propojený s orgány a prozradí o nich téměř všechno. Špička je spojována se srdcem, přední část s plicemi, střední část s žaludkem a slezinou, u kořene je prostor vyhrazený ledvinám a močovému měchýři.

Strany odrážejí stav jater a žlučníku. Takže i to, v jaké části se objevují skvrny, praskliny, rýhy, hraje svoji roli. Napoví, které vnitřnosti je potřeba podpořit, aby se organismus znovu dostal do rovnováhy – ve slovníku tradiční čínské medicíny do rovnováhy jin a jang, tedy ženského a mužského principu.

Pomohou i rty

Dá se dokonce ledacos poznat, aniž byste museli vypláznout jazyk. Třeba ze rtů. Jsou-li tmavé a fialové, prozrazují špatný krevní oběh, světlé a suché zase špatnou funkci žaludku.

Velké oči a řídké obočí na vás řeknou, že se stravujete hlavně „jinovými“ potravinami (sladkými), nositel(ka) malých očí a krátkých řas konzumuje hlavně „jangové“ potraviny (maso a živočišné produkty). A tmavé kruhy pod očima doslova křičí: zadržujete příliš tekutin a vaše ledviny nezvládají.

Autor: Alena Bartošová, MF DNES Rodina Dnes