

FORMULES PREVENTIVES: PREVIR**PREVIR 1 (YU PING FENG SAN JIA JIAN)****Composition :**

Huang Qi	24
Bai Zhu	15
Dang Gui	12
Fang Feng	12
Wu Wei Zi	6
Sheng Jiang	6
Da Zao	6

Action :

Renforce et stabilise le Biao

Harmonise Ying Qi et Wei Qi

Modifications :

Surpoids : supprimer Da Zao

Propension aux rhinites, sinusites ou céphalées : ajouter Bai Zhi 6

Enfants avec fragilité pulmonaire : ajouter Shan Yao 15

Objectif thérapeutique : renforcer la première ligne de défense face aux différents agents pathogènes véhiculés par le vent.

Patients cibles : personnes non contaminées ni symptomatiques, mais potentiellement fragiles et souhaitant augmenter leur résistance face à un risque de contamination (effet « masque »).

PREVIR 2 (BU ZHONG YI QI TANG JIA JIAN)

Composition :

Huang Qi	24
Bai Zhu	12
Chai Hu	12
Dang Gui	12
Bai Shao	12
Suan Zao Ren	12
Fu Ling	9
Fang Feng	9
Chen Pi	9
Ren Shen	6
Sheng Jiang	6
Zhi Gan Cao	6
Bo He	6

Action :

Renforce Zheng Qi

Favorise l'élimination des perversités latentes

Détend et calme le Shen

Modifications :

Asthénie : augmenter le dosage de Ren Shen

Sommeil léger avec cogitation : remplacer Fu Ling par Fu Shen

Objectif thérapeutique : Renforcer le corps depuis l'interne pour éliminer un Xie Qi latent ou l'empêcher de pénétrer et affaiblir Zheng Qi.

Patients cibles : personnes potentiellement contaminées (y compris cas contacts) mais asymptomatiques.

PREVIR 3 (BU FEI TANG JIA JIAN)

Composition :

Huang Qi	24
Shu Di Huang	24
Shan Yao	12
Sang Bai Pi	12
Ren Shen	12
Fu Shen	12
Zi Wan	9
Fo Shou	6
Yuan Zhi	6
Wu Wei Zi	6

Action :

Tonifie le Qi du Poumon et du Cœur

Renforce le Jing des Reins

Stabilise et consolide le Shen

Modifications :

Frilosité chronique : ajouter Rou Gui 6

Shen embrumé : ajouter Shi Chang Pu 6

Objectif thérapeutique : protéger et renforcer le Qi, le Yin et le Shen.

Patients cibles : personnes âgées, anxieuses et apeurées, qui constituent la population la plus à risque par rapport aux infections virales.

Cette formule peut être ajoutée aux deux précédentes.

PREVIR 4 (SHI QUAN DA BU TANG JIA JIAN)**Composition :**

Huang Qi	24
Shu Di Huang	15
Bai Zhu	9
Fu Ling	9
Ren Shen	9
Dang Gui	9
Bai Shao	9
Chuan Xiong	6
Chen Pi	6
Gui Zhi	6
Zhi Gan Cao	6
Wu Wei Zi	6

Action :

Traite la fatigue, la faiblesse et la fragilité
 Renforce la production de Qi, Xue et Jin Ye
 Rétablit Zheng Qi et Wei Qi

Modifications :

Manque d'appétit : ajouter Hou Po 6
 Toux résiduelle : ajouter Chuan Bei Mu 6 et Ku Xing Ren 6
 Palpitations et angoisse : ajouter Yuan Zhi 6
 Membres froids et selles molles : ajouter Rou Gui 3
 Douleurs articulaires et musculaires résiduelles : ajouter Qiang Huo 6

Objectif thérapeutique : favoriser la récupération et la capacité de faire face à une recontamination.

Patients cibles : personnes affaiblies et amoindries suite à un état viral. Etat de convalescence accompagné d'éventuels symptômes résiduels (Cf. Modifications).

FORMULES CURATIVES : EXIVIR

Les formules Exivir ont été conçues et répertoriées par le King's College de Londres, juillet 2020.

1. **Type grippal sans fièvre** : Céphalée, perte d'odorat, toux, maux de gorge et douleurs, pas de fièvre.
2. **Type grippal avec fièvre** : Semblable au groupe 1, plus une perte d'appétit et de la fièvre.
3. **Type gastro-intestinal** : Diarrhée, perte d'odorat et d'appétit, céphalée, maux de gorge, douleurs thoraciques. En général, pas de toux.
4. **Type fatigue** : Fatigue, céphalée, perte d'odorat, toux, douleurs thoraciques et fièvre. Forme considérée comme plus grave que les précédentes, certains patients ayant besoin d'une assistance respiratoire.
5. **Type confusion** : Apparition de confusion en plus des symptômes énumérés dans le quatrième groupe. 10 % des patients nécessitent une assistance respiratoire.
6. **Type abdominal et respiratoire** : Forme la plus grave (moitié des patients hospitalisés, 1/5^{ème} sous assistance respiratoire), présentant l'ensemble des symptômes : céphalée, fièvre, perte d'odorat et d'appétit, toux, mal de gorge, douleurs thoraciques, ainsi que l'essoufflement, la diarrhée et les douleurs abdominales, les douleurs musculaires, la confusion et la fatigue.

EXIVIR 1 (REN SHEN BAI DU SAN JIA JIAN)

Qiang Huo	9
Du Huo	9
Chuan Xiong	9
Ren Shen	9
Huang Qi	9
Jie Geng	9
Zhi Ke	9
Qian Hu	9
Bai Qian	6
Chai Hu	6
Jing Jie	6
Fang Feng	6
Gan Cao	6
Sheng Jiang	6
Bo He	3

Action :

Disperse le vent, le froid et l'humidité externes
Libère l'obstruction du Poumon et du Biao
Renforce et soutient Zheng Qi

Symptômes : crainte du froid, absence de fièvre ou fièvre légère, céphalée, nuque raide, courbatures musculaires et douleurs articulaires, absence de transpiration, obstruction nasale, toux avec crachats, sensation de distension et de plénitude, fatigue...

Modifications :

Pour augmenter l'action sudorifique : prendre en décoction ou avec une soupe chaude de poireaux-pommes de terres (50/50%).
Début de fièvre : ajouter Lian Qiao 9
Signes de Yang Xu, remplacer Bai Ren Shen par Hong Shen
Aucune faiblesse ni comorbidité associée : réduire Ren Shen à 6g, ôter Huang Qi

Objectif thérapeutique : traiter les premiers symptômes d'une atteinte de grippe ou autre pathologie pulmonaire (de type vent froid humidité) tout en renforçant le système de défense du corps afin d'éviter l'évolution de la maladie.

Patients cibles : personnes présentant les premiers signes d'une atteinte externe de type vent – froid – humidité.

Pour l'emploi des formules EXIVIR 2 à 6, qui s'adressent à des tableaux cliniques de plus en plus graves, se reporter si besoin à leurs formules classiques sources afin d'en comprendre les actions principales, et de les adapter en fonction des cas.

EXIVIR 2 (XIANG XU JIA MA XING SHI GAN TANG JIA JIAN)

Xiang Fu	9
Xing Ren	9
Zi Su Ye	9
Zhi Mu	9
Chen Pi	6
Jin Yin Hua	6
Zhi Ke	6
Ma Huang	6
Gan Cao	6

Action : Disperse le Biao, libère la poitrine, clarifie la chaleur, régularise le foyer moyen.

Indications : Infection de type grippal avec présence de fièvre et de perte d'appétit en plus des symptômes décrits dans EXIVIR 1.

Modifications :

En cas de fièvre forte avec soif, céphalée et oppression de poitrine dues à la chaleur, ajouter Shi Gao 30.

Si l'ensemble des signes de chaleur sont marqués (fièvre, céphalée, soif, gorge enflée et douloureuse), combiner avec **YIN QIAO SAN**

EXIVIR 3 (HUO XIANG ZHENG QI SAN JIA JIAN)

Huo Xiang	12
Bai Zhu	12
Hou Po	9
Chen Pi	9
Zi Su Ye	9
Jie Geng	9
Fu Ling	9
Ban Xia	6
Da Fu Pi	6
Bai Zhi	6
Sheng Jiang	6
Zhi Gan Cao	6

Action : Disperse le Biao, libère la poitrine, clarifie la chaleur, régularise le foyer moyen.

Indications : Infection de type gastro-intestinal, avec pour symptômes dominants : diarrhée, céphalée, maux de gorge et douleurs thoraciques.

EXIVIR 4 (BAI HU JIA REN SHEN TANG JIA JIAN)

Shi Gao	30
Geng Mi	15
Da Qing Ye	15
Gua Lou Ren	12
Ye Ju Hua	12
Ren Shen	9
Zhi Mu	9
Ban Xia	6
Zhi Gan Cao	6

Action : Clarifie la chaleur de la couche du Qi, protège les Jin Ye, tonifie le Qi, libère le Poumon et la poitrine.

Indications : Infection de type fatigue et dyspnée (tableau de pneumonie), marquant un effondrement de Zheng Qi en même temps qu'une progression de Xie Qi.

Modifications : possibilité de combinaison avec **QING FEI JIE DU TANG** (décoction pour clarifier le Poumon et éliminer les toxines)

EXIVIR 5 (NIU HUANG QING XIN TANG JIA JIAN)

Sheng Huang Lian	24
Zhi Zi	15
Huang Qin	15
Yu Jin	9
Hu Po	9
Da Qing Ye	6
Shi Chang Pu	6
Bing Pian	0,1

Action : Clarifie la chaleur, ouvre les orifices, calme le Shen.

Indications : Infection de type confusion, traduisant une évolution de la pathologie du Poumon vers le Cœur.

Formule combinable avec Exivir 4 en fonction des symptômes.

Formule à ne donner que sur une courte période, le temps que le patient recouvre ses esprits.

EXIVIR 6 (PU JI XIAO DU YIN JIA JIAN)**Composition :**

Huang Qin	15
Huang Bai	15
Huang Lian	15
Jie Geng	9
Chen Pi	9
Ren Shen	9
Zhi Zi	9
Xuan Shen	6
Chai Hu	6
Gan Cao	6
Lian Qiao	3
Bo He	3
Sheng Ma	3
Ban Lan Gen	3
Fu Zi	3

Action : Clarifie la chaleur, élimine les toxines, disperse le Tan, rafraichit le sang, débloque les vaisseaux, tonifie le Qi, ouvre les orifices, calme la diarrhée, renforce les organes.

Indications : Infection de type abdominal et respiratoire, combinant l'ensemble des symptômes des tableaux précédents.

Cette formule s'adresse à un tableau marquant à la fois une plénitude de Xie Qi et un vide de Zheng Qi, ce qui rend le pronostic réservé.

FORMULES PREVENTIVES POUR LE VOYAGE : PREVAD

Les formules PREVAD sont dédiées à la prévention des voyageurs se rendant dans des zones climatiques chaudes, humides et polluées (Inde, Chine, Afrique...).

Elles sont particulièrement indiquées dans le contexte humanitaire ou touristique.

PREVAD 1 (QING SHU YI QI TANG JIA JIAN)

Composition :

Huang Qi	12
Ge Gen	12
Jie Geng	9
Jin Yin Hua	9
Bai Zhu	6
Cang Zhu	6
Chen Pi	6
Fang Feng	6
Zhu Ye	6
Fu Ling	6
Ren Shen	3
Sheng Ma	3

Action : Régularise le Biao et élimine les perversités
Clarifie la chaleur et draine l'humidité

Indications : difficultés d'adaptation horaires, climatiques ou alimentaires. Formule à prendre 15 j avant le départ et si besoin pendant le séjour.

Modifications : En cas de chaleur forte et de soif, prendre la poudre avec du jus de pastèque (Xi Gua)

PREVAD 2 (SHAO YANG SHAN SAN)**Composition :**

Qing Hao	16
Zhi Mu	12
Di Gu Pi	12
Huang Qin	8
Chai Hu	8
He Shou Wu	8
Ban Xia	8
Bai Tou Weng	8
Fo Shou Gan	8
Qin Jiao	4
Ren Shen	4
Ze Xie	4

Action : Disperse la chaleur et l'humidité
Renforce et harmonise les organes
Régularise l'interne et l'externe

Indications : Prévention du paludisme

Modifications :

En cas de phase aiguë de paludisme, doubler la dose de Qing Hao.

En cas de jaunisse, combiner avec YIN CHEN HAO TANG (Yin Chen Hao, Zhi Zi, Da Huang)