

Comparación tipos de Ginseng

Nombre en Pin Yin	Nombre común	Indicaciones	Contraindicaciones
REN SHEN	Ginseng verdadero	<p>El tonico de Qi más importante y único que puede tratar el Yang colapsado. Tonifica el Yuan Qi, el Qi original y el Qi de Bazo.</p> <p>Una de las pocas sustancias tonificantes que se puede usar junto con los ataques de los factores patogenicos sin que empeoraría el cuadro, (resfriados, infecciones, cancer etc.) El problema de Ren Shen es su alto precio cuando buscamos un ginseng de calidad y por eso se usa solo en casos muy severos. Por ello se usa el Dang Shen en dosis altas para substituir el Ren Shen.</p> <p>El nombre Ye Shan Shen se usa cuando hablamos del Ren Shen silvestre. Es la versión de Ren Shen que mejor y más fuertemente tonifica el Qi.</p>	<p>Tiene efecto tibio y puede generar sangrados y sequedad. Hay que evitar en casos de Calor. Esta contraindicado en casos de hipertensión alta. No se recomienda usar para los niños, no sea que son muy deficientes. Mejor usar</p>
<i>SHENG SHAI SHEN</i>	<i>Ginseng cultivado, secado</i>	<p>Sus funciones son muy similares a la Xi Yang Shen: tonifica Qi igual fuerte que ginseng americano, pero no es frío o amargo como su primo americano y por ello no puede eliminar Calor/Fuego.</p> <p>Otro nombre del Ren Shen cultivado es Yuan Shen. Es dulce y neutro.</p>	
<i>BAI REN SHEN</i> <i>O BAI SHEN</i>	<i>Ginseng blanco</i>	<p>Es más fría que el Hong Shen, el Ren shen procesado y por ello más fría y puede ser usado en casos de Calor&Fuego.</p>	
<i>HONG SHEN</i>	<i>Ginseng rojo, chino</i>	<p>Ginseng chino preparado al vapor. Muchas veces el ginseng cultivado que ha sido preparado al vapor tras la recolección y luego dejado a secar. Es lo que tiñe el color en rojo. Tiene los mismos acciones que Ginseng chino blanco, pero además tonifica el Yang, por el hecho que ha sido sometido al calor > cocción al vapor. Por ello, mejor opción en condiciones de Frío. Es de los ginsengs más tibio/caliente.</p>	<p>Caliente, y tiene las mismas precauciones que Ren Shen, pero además es más fuerte.</p>
<i>XI YANG SHEN</i>	<i>Ginseng americano</i>	<p>Tonifica el Qi y el Yin, aclara el Calor y genera los fluidos corporales. El efecto de tonificar el Qi es menos que el ginseng chino o coreano. Mejor opción para las mujeres peri menopáusicas, con deficiencia de Yin y Calor y para las atletas de resistencia.</p>	<p>El ginseng más usado y muy segura para casi todo el mundo. Tiene efecto equilibrante cuando se usa con otras hierbas, sobretodo en casos de estancamientos.</p>

GAO LI SHEN	Ginseng coreano (rojo)	Ginseng coreano preparado al vapor. Es la misma planta que el Ginseng chino, pero al crecer en Corea, produce más capacidades de tonificar el Yang. Por ello la mejor opción para condiciones de Frío.	El ginseng más caliente. Tiene las mismas precauciones que Ren Shen, pero además es más fuerte.
-------------	------------------------	--	---

DONG YANG SHEN	Ginseng japonés	La misma planta que el ginseng chino, pero al crecer en Japón, produce un efecto más suave. Tonifica el Qi de Pulmón y Bazo. No tiene efecto secante.	Equilibra y armoniza otras sustancias más movilizantes en casos mixtos de exceso y deficiencia.
----------------	-----------------	---	---

TAI ZI SHEN	Pseudostellaria "pequeño ginseng"	El ginseng más suave de acción y es menos fuerte de acción que Xi Yang Shen. Es ligeramente fría y amarga. En caso de deficiencias en adultos se tiene que usar durante un largo tiempo y en dosis altas. Es la mejor opción para los niños y para las personas con constitución débil y un ligero deficiencia de Yin. Tonifica el Qi de Pulmón y Bazo y genera los fluidos corporales. Aumenta las defensas y el seguro para el uso durante enfermedades.	Equilibra y armoniza otras sustancias más movilizantes en casos mixtos de exceso y deficiencia.
-------------	--------------------------------------	--	---

CI WU JIA	Ginseng siberiano, "no verdadero ginseng"	No es un ginseng en realidad. Tiene efecto más suave que el ginseng en general pero tiene propiedades adaptógenas. Tonifica el Qi de Bazo y el Yang de Riñón. Calma el Shen y muy menudo usado para el dolor de las articulaciones.	No tiene.
-----------	--	---	-----------

DANG SHEN	Raíz de Codonopsis "ginseng de los pobres"	Muy menudo llamado "ginseng de los pobres". No es ginseng, pero se usa en las fórmulas como sustitución del Ren Shen, por el precio alto de está. La dosis se tiene que mínimo triplicar para tener el efecto del Ren Shen. Tonifica el Qi de Bazo y Pulmón, pero el de Riñón no. Es dulce y neutral de sabor y naturaleza y genera Sangre y los fluidos corporales. Aumenta las defensas y el seguro para el uso durante enfermedades. Además no es pegajosa y pesada como sustancia, y se puede usar en varias enfermedades crónicas sin generar Calor o Sequedad.	Equilibra y armoniza otras sustancias más movilizantes en casos mixtos de exceso y deficiencia.
-----------	---	--	---