

Chinese Stress Relief

Eastern Wisdom for a Stressful World

Stress is a simple fact of life. We all have it, and some stress is actually good for us. With today's busy lifestyles, however, we often find ourselves out of balance when it comes to coping with daily stress. Traditional Chinese Medicine holds that well-being comes through the unity, or balance, of opposites. Chinese Stress Relief provides Eastern nutritional wisdom to soothe and nourish the nervous system and help with our stressful lives.



BENEFITS

- Nourishes the nervous system.
- May optimize gastric function.
- Supports circulatory health.

HOW IT WORKS

Its Chinese name, *An Shen*[®], can be translated to mean “pacify the spirit.” Chinese Stress Relief features 14 herbs and nutritional substances used in Traditional Chinese Medicine. The key ingredients are oyster shell, haliotis shell and fushen. In Chinese medicine, oyster shell is considered to be calming and is used to relieve anxiety^(1,2). Haliotis has properties similar to oyster shell. Oyster shell and haliotis are principally made of calcium carbonate, which may support gastric and circulatory health. Fushen is used in Chinese modalities as a stabilizing herb for restlessness and to relieve anger⁽¹⁾.

NSP ADVANTAGE

Chinese Stress Relief is available in regular capsule form and in a potent concentrated extract form. NSP's unique extraction process first combines the herbs in their proper proportions. We then

draw out and preserve the active constituents, leaving behind any unwanted or unneeded material.

INGREDIENTS

Chinese Stress Relief contains oyster shell, albizzia bark, polygonatum rhizome, haliotis shell, fushen sclerotium with root, acorus rhizome, curcuma root tuber, *Panax ginseng* root, jujuba seed, polygala root, coptis rhizome, cinnamon twig, ginger rhizome, and licorice root.

RECOMMENDED USE

Take 4 capsules with a meal twice daily. TCM concentrate: Take 1 capsule with a meal daily.

COMPARISON

Each capsule of Chinese Stress Relief TCM Concentrate is equivalent to 7 capsules of regular Chinese Stress Relief. TCM denotes Traditional Chinese Medicine.

COMPLEMENTARY PRODUCTS

- **Nutritional:** Nutri-Calm[®], B-Complex, Suma Combination.
- **Homeopathic:** Distress Remedy.
- **Essential Oils:** Roman Chamomile, Lavender Fine AOC.

References

1. Dharmananda, S. (1986). *Your nature, your health: Chinese herbs in constitutional therapy*. Portland, OR: Institute for Traditional Medicine and Preventive Health Care.
2. Reid, D. P. (1993). *Chinese herbal medicine*. Boston, MA: Shambhala Publications.

Chinese Stress Relief
Stock No. 1863-5 (100 capsules)
Chinese Stress Relief TCM Concentrate
Stock No. 1033-5 (30 capsules)



Contact your local NSP Herb Specialist:

Chinese Stress Relief

Sabiduría occidental para aliviar el estrés

Aunque el estrés es parte de la vida y que en cantidades pequeñas ayuda al organismo a estar alerta, el modo actual de vida desequilibra el cuerpo. En la filosofía de la medicina tradicional china (TCM) se cree que el bienestar proviene de la unidad o equilibrio de los opuestos. Chinese Stress Relief proporciona un balance entre la sabiduría occidental para aliviar y nutrir el sistema nervioso apoyando contra el estrés en nuestras vidas.



BENEFICIOS

- Nutre al sistema nervioso.
- Puede mejorar las funciones gástricas.
- Apoya la salud circulatoria.

CÓMO ACTÚA

Puede traducirse su nombre chino, *An Shen*[®], como "pacificador del espíritu". Chinese Stress Relief contiene 14 hierbas y sustancias nutritivas usadas en la medicina tradicional china (TCM). Los ingredientes clave son el caparazón o nácar de ostras y del abalón rojo (haliotis, u oreja de mar). El nácar de las ostras es considerado calmante por la medicina tradicional china, además de considerarla por sus propiedades para aliviar la ansiedad^(1,2). El haliotis tiene propiedades similares. Ambos caparazones están hechos principalmente de carbonato de calcio, que puede ayudar a la salud gástrica y circulatoria. El fushen es usado por la TCM como una hierba equilibrante para la intranquilidad y para aliviar el enojo⁽¹⁾.

LA VENTAJA DE CHINESE STRESS RELIEF

Chinese Stress Relief está disponible en su forma regular encapsulada y en extracto potente concentrado. El proceso de extracción único de NSP se realiza combinando primero las hierbas en proporciones apropiadas. De allí se extrae

y preserva los ingredientes activos, dejando de lado cualquier material residual innecesario o no querido.

INGREDIENTES

Chinese Stress Relief contiene nácar de ostras, corteza de albizzia, rizoma de polygonatum, nácar de haliotis, esclera y raíz de fushen, rizoma de acorus, raíz tuberosa de cúrcuma, raíz de *Panax ginseng*, semilla de joroba, raíz de polygala, rizoma de coptis rhizome, palillos de canela (cinnamon), rizoma de jengibre (ginger), y raíz de regaliz (licorice).

RECOMENDACIÓN

Tome 4 cápsulas con comida dos veces al día. TCM Concentrate: tome 1 cápsula al día con comida.

COMPARACIÓN

Cada cápsula de Chinese Stress Relief TCM Concentrate equivale a 7 cápsulas del Chinese Stress Relief regular. TCM proviene de las siglas en inglés para Medicina Tradicional China.

PRODUCTOS COMPLEMENTARIOS

- **Nutritivos:** Nutri-Calm[®], B-Complex, Suma Combination..
- **Homeopáticos:** Distress Remedy.
- **Aceites esenciales:** Roman Chamomile, Lavender Fine AOC.

Referencias

1. Dharmananda, S. (1986). *Your nature, your health: Chinese herbs in constitutional therapy*. Portland, OR: Institute for Traditional Medicine and Preventive Health Care.
2. Reid, D. P. (1993). *Chinese herbal medicine*. Boston, MA: Shambhala Publications.

Chinese Stress Relief

No. de stock 1863-5 (100 cápsulas)

Chinese Stress Relief TCM Concentrate

No. de stock 1033-5 (30 cápsulas)



Tu Especialista en Hierbas es: