



Вестник **фунготерапии**  
№ 07(07) 2005г.

**АПТЕКА**

**“Исчезла бабочка на лице”**

У меня системная красная волчанка (СКВ). Я пропила 1 курс шиитаке, хочу ещё один. Состояние заметно улучшилось, спасибо! Исчезла “бабочка” на лице и перестали болеть суставы. Посоветуйте, есть ли ещё грибы, помогающие при этом заболевании.

Крылова Н.В.

**Шиитаке побеждает ...**

Злокачественная опухоль, метастазы на печени. Прошел 1 облучение и 3 химиотерапии без видимых результатов. Принимал шиитаке водорастворимый с начала года по май месяц. В мае проверился в больнице и удивил врачей - опухоль уменьшилась наполовину, печень - чистая.

Врачи попросили у меня информацию о шиитаке. Надеюсь, что и дальше лечение пойдет успешно.

Михуль П.Р., г. Новополоцк.

**“Я благодарна богу, что судьба свела меня с вами”**

Уважаемая Ирина Александровна! Зная вашу занятость, я всё же снова обращаюсь в Ваш центр, потому что верю Вам. Я благодарна Богу, что судьба свела меня с Вами! После лечения грибами «Шиитаке» и «Весёлка» у меня произошли заметные улучшения в здоровье. Прошедшую зиму я не болела гриппом, укрепилась мочеполовая система (приходилось за ночь вставать 4-5 раз, какой мог быть уже сон; сейчас 1-2 раза). И самое главное (хотя при моём состоянии любая мелочь важна), во что даже сама боюсь поверить, это то, что я сейчас могу по несколько дней обходиться без таблеток от давления и сердца, а такого у меня лет шесть не было! А когда давление нормальное, у меня и дрожание рук меньше. Бывает, что совсем его не чувствую. Низко кланяюсь Вам! Желаю успехов в Вашем благородном и таком нужном людям труде! Спасибо ещё и за газету «Грибная аптека», что Вы мне прислали. Я оформила подписку.

● Фунготерапия открывает свои секреты:  
● Король лекарственных грибов ШИИТАКЕ.

● Последний гриб осени - ЗЕЛЕНУШКА

● Грибная почемучка:  
● Муравьи, которые разводят... ГРИБЫ.

● Нам пишут...

● Грибы не только лечат - они излечивают!

**Грибная харчевня**  
(Шиитаке)

Подписной индекс на 2006 г.  
**19320**  
По каталогу “РОСПЕЧАТЬ”

Зинина М.Н., г.Верещагин.



Ну что ж, закончился грибной сезон. Стыло в лесу, промозгло.

До первых заморозков еще можно встретить самые неприхотливые грибы **зеленушки**, но рядовой грибник на них и внимания не обращает - поганки. А зря: гриб вкусный и целебный, в этом номере мы расскажем подробнее о нем.

Но в зимних номерах газеты переключимся уже основательно на заморские грибы: **шиитаке, рейши, энokitаке** и т.д. Пока наши российские грибы спят, копят силу к предстоящему грибному сезону.

Этот номер посвящен будет **Королю всех грибов шиитаке**, который с легкой руки Филипповой Ирины Александровны российские читатели знают уже лучше любого отечественного гриба. И немудрено: уже только в России прошло более 20 тысяч публикаций о нем. А уж сколько научных работ посвящено этому удивительному заморскому гостю! Только в нашем Центре защищено три кандидатских диссертации и одна докторская именно на материалах клинических и доклинических исследований целебных свойств этого гриба. А сколько загадок он еще таит!

Действительно, именно **гриб шиитаке стал сенсацией в России, именно он привлек внимание к тому, что грибы не просто пища, грибы - это лекарство! И очень эффективное.** Именно этот гриб стал толчком к развитию не только российской, но и мировой **фунготерапии**. Поэтому он и носит свой титул Короля вполне обоснованно.

Но все-таки есть и проблемы с такой популярностью этого знаменитого гриба. В наше время «дикого капитализма» спрос диктует поступление на рынок заведомо некачественных товаров. Так произошло и с шиитаке. «Некачественные» - это употребляемо для обуви, например, или одежды, для лечебных препаратов это преступно. Для производства биодобавок используется не высокочистый субстрат шиитаке из Японии (именно только оттуда поставляется он для производства грибных препаратов из шиитаке для всего мира, оттуда получаем его и мы), а берутся аналоги этих грибов из Китая. Когда петербургская санэпидемстанция сделала анализ таких грибов, то пришла в ужас - нормы по ртути и свинцу превышены в 14 раз, по кадмию - в 40! И это не единичный случай - это обычное явление.

И когда звонят люди и говорят: «В нашей аптеке стоит тоже какой-то препарат из шиитаке, он дешевле, я им буду лечиться, а вы только объясните как». Что мы можем ответить? Что бывает колбаса под одним названием «докторская», но в одной только соя, красители и ароматизаторы, а в другой мясо? Как объяснить, что мы очень долго зарабатывали репутацию, и на каждый свой препарат ставим свое имя «Центр Фунготерапии Ирины Филипповой», поэтому мы ручаемся за качество своей продукции.

Ни в коем случае не хочется огульно хаять фирмы, выпускающие препараты из шиитаке, но будьте осторожны, смотрите на цену! И обращайтесь внимание на производителя, а заодно проверяйте и сертификаты.



Гл. Редактор Татьяна Фазина

## Грибы не только лежат - ОНИ ИЗЛЕЧИВАЮТ



### Моя мама живет!

Здравствуйте, уважаемая Ирина Александровна!  
Пишем Вам из Забайкалья. Моя мама больна раком желудка 4 степени с осени 2004 года. В декабре маме дали инвалидность. В феврале 2005г. Вы прислали нам по заказу гриб шиитаке (водорастворимый) на один курс. Я пропоила маму. До лечения мама лежала, была на морфине. После прохождения курса она стала вставать, ходить, ей намного лучше. До лечения грибом мама также лечилась болиголовом и многими другими травами. Но эффект от лечения грибом шиитаке, безо всякого сомнения, намного лучше. Медики ставили моей маме срок прожить до марта-апреля 2005 года, но благодаря Вашему грибу моя **мама жива и живет!** Ей всего 57 лет, и я хочу, чтобы она жила долго и не мучалась с болью.

П.А., г.Чита.



### Стали шевелиться пальцы

У меня паралич правой ноги после инсульта. Во время приема шиитаке вдруг стала невыносимо болеть эта, потерявшая чувствительность, нога. И стала реагировать на укол иглой. После третьего курса стали шевелиться пальцы. Лечение продолжается.

Дудкина Л.В., г.Курприн.

### Оказывается, это соли двинулись!



«...На вторую неделю приема шиитаке просто загорелись больные суставы, не поленилась, собрала мочу и отстояла. А там осадок раза в четыре больше, чем обычно. Оказывается, это соли двинулись!»

Верикова С., Ивановская обл.



### “Маленькие плюсики”

Я уже несколько лет болен РС. Пропил я настойку шиитаке один месяц, начал второй. Пошло улучшение. Решил написать вам о своем состоянии на сегодняшний день.

Сейчас я могу даже закрыть крышечку на тюбике с кремом – раньше и этого не мог. Позавчера вечером я даже встал прямо и чуть-чуть постоял, правда, с помощью отца, но все же...

Вот такие мои “маленькие плюсики”.

Сисоев В.С., Смоленская обл.



### Камешки посыпались

Последние лет 5 постоянно давила печень. А сейчас как новенькая – врач на УЗИ смотрел: сократилась. И на третьей неделе приема камешки пошли, просто посыпались. Чудо-гриб!

Липшева И.В., Тюменская обл.



### Прошло варикоцеле

Хотя заметных улучшений при БАС у меня не было, но после приема шиитаке улучшилось положение с носом. Я стал чувствовать запахи и вкус пищи. А самое главное, **прошло варикоцеле - варикозное расширение вен яичка, которое лечится только операцией.** Оно мучило меня много лет.

Ш.Т., г.Брест.





**На многочисленные вопросы пациентов отвечает Филиппова Ирина Александровна, директор Центра Фунготерапии, врач фунготерапевт, онколог, автор многочисленных книг о лечении лекарственными грибами.**

*Пришла осень, заболела спина, крутит суставы рук и ног. Грибы помогут? Арутюнян С.С., г.Всеволожск.*

Да, при суставных заболеваниях очень хорошие результаты

получаем на настойках шиитаке и веселки на кагоре или на водке. Обычно курсы до осеннее-весенних обострений по три месяца (например, июль, август, сентябрь или январь, февраль, март). При обострении - капсулы препарата «Строчок» для обезболивания и профилактики деструкции костной ткани.

**Лечится ли гипертония грибами?**

*И какими? Иваненкова П., г.Сестрорецк.*

Есть несколько видов грибов, которые используются при гипертонии: **веселка, шиитаке, рейши, агарик бразильский**. В зависимости от стадии болезни назначается комплекс препаратов. При начальной стадии вполне можно обойтись рейши или шиитаке. Уже на 4-5 месяц можно говорить о стабильном результате.

**У меня масса папиллом и бородавчатых образований на коже. Что делать?**

*Герасимов В.В., Курск.*

Это должно настораживать: это уже предопухоловое состояние организма. Необходимо сначала провести курс очищения печени грибами (лисички, шиитаке, трутовик), и раз в год обязательно принимать водорастворимый «Шиитаке» по 1 пакетику 2 раза в день в течение двух недель. Это ликвидирует мутированные онкоклетки в организме.

*Мучают постоянные головные боли, гемоглобин снижен, что принимать?*

*Завьялова Л., г.Колпино.*

Такие признаки указывают на вялотекущий **описторхоз** (заражение печеночной двуусткой, которая обитает в печени). Это очень частый диагноз. Методика лечения проста: месяц - препарат «Лисички», затем месяц - **шиитаке и трутовик**. Обычно все быстро приходит в норму.

**Заболела грудь. Поставили диагноз диффузная мастопатия. Как быть?**

*Пак И., г.Санкт-Петербург.*

Затвердения в молочных железах лечится при помощи грибов **мейтаке и шиитаке или веселки**. Курсы длительные, не меньше года.

**Поддается ли лечению сахарный диабет?**

*Косенок П.Р., Рига*

Проще всего бывает с неинсулинозависимым сахарным диабетом. При назначении на три месяца **шиитаке и трутовика или веселки** показатели сахара снижаются на несколько единиц. Такие грибные курсы нужно проводить ежегодно.

**В августе операция по удалению молочной железы (рак), сейчас химиотерапия. Когда принимать грибы? И какие? П.Л., г.Москва.**

Сразу же после химиотерапии три месяца - «**Шиитаке**» водорастворимый (для лечения онкологии), **рейши и веселку**. Затем назначаем щадящую методику в течение полугода. Это гарантия того, что не начнется метастазирование организма. Это не просто слова, это наша практика: у нас масса случаев, когда после операции даже при 4 стадии онкологии грибы «замораживают» развитие рака и метастазы не развиваются.

## Где можно получить консультации по лечению целебными грибами?

Бесплатную консультацию по применению препаратов из лекарственных грибов производства ООО «Шиитаке» можно получить в «**Центре Фунготерапии Ирины Филипповой**», г. Санкт-Петербург, пр. Медиков, дом 5, Бизнес-Центр «Карповка», офис 330, в будние дни с 10.00 до 17.00 часов и в магазинах «Грибная аптека». Предварительная запись по телефонам: (812) 271-28-98, 717-17-11, 703-06-44, 740-37-61, желательнее с собой иметь выписку из истории болезни. Консультации проводят врачи-фунготерапевты и руководитель Центра - Филиппова Ирина Александровна.

Теперь проконсультироваться и купить наши препараты можно также в магазинах «Грибная аптека».

Адреса аптек:

1. **Невский пр., дом 180, оф.25, ст. М. Площадь Александра Невского, тел: (812) 271-28-98, 717-17-11;**

2. **ул. Колокольная, дом 3, ст. М. Владимирская, Достоевская, тел: (812) 575-57-97.**

Москва .....	(095) 940-20-13, 941-30-10, 940-08-49 506-66-52, 504-49-59, 8-926-214-7772
Беларусь, г.Белоозерск .....	8(01643)59-0-95, 404-55
Болгария, г.София.....	(359) 888-95-03-96, 2-952-51-99
Казахстан (Алматы) .....	92-46-44
Эстония (Нарва) .....	(37235) 482-49, 55-916-627
Ангарск .....	(3951) 55-34-55
Архангельск .....	(8184) 55-08-68
Барнаул ...	(3852) 333-968
Волгоград .....	(8442) 94-29-15
Вологда .....	8-921-143-24-56
В.Новгород .....	(8162) 618-469
Екатеринбург .....	(343) 213-99-61
Казань .....	(8432) 51-47-67
Калининград (обл.) .....	(0112) 35-02-33
Киров (обл.) .....	(8332) 52-26-54
Кострома .....	(0942)31-26-44
Мурманск «Мир здоровья» .....	8(8152) 25-60-49
Омск .....	(3812) 16-24-62
Оренбург .....	(3532) 72-34-54
Ростов-на-Дону .....	8-908-501-9325
Самара .....	(8462) 99-39-23, 49-88-00, 17-55-41
Снежинск .....	(35146) 235-35
Тольятти .....	(8482) 51-03-03, 50-88-50
Ухта .....	8 (82147) 643-50
Чебоксары .....	(8352) 343-845
Череповец .....	(8202) 59-50-26
Якутск .....	(4112) 21-03-85, 35-21-52

Наши представительства в других регионах



*Я слышала, что едят муравьи,  
которые разводят грибы. Это так?*

Ламонова Т.О., Пермь

Человек не первое существо на Земле, начавшее систематически возделывать грибы. Задолго до него культуру грибов создали **американские тропические муравьи атта**. Каждый муравейник атта имеет подземную «грибоводческую ферму» площадью во много квадратных метров. Отовсюду муравьи приносят на свои грибные уголья кусочки листьев, разгрызают их здесь на мелкие части. Муравей, несущий в челюстях кусок листа, как будто укрывается самодельным «зонтиком». За это муравьев атта даже прозвали «зонтичными».

На измельчённых листьях разрастается грибница, которую насекомые обгрызают по мере ее роста. Отправляясь в «свадебное путешествие», молодая матка не забывает захватить с собой частичку грибницы, держа её в ротовой полости. Отношение её к грибнице столь самоотверженно, что она совершает даже, если так можно выразиться, «яйцеубийство»:

*Муравьи выращивают грибы только для еды? Используют ли они их еще как-нибудь?*

**Муравьи (*Allomerus decemarticulatus*)**, которые живут на амазонских растениях, строят целую сотовую систему из их волокон, организовывая мастерскую засаду.

"Мы впервые увидели муравьёв, способных к строительству ловушки, заманивающих в засаду и захватывающих добычу", - говорит ведущий автор исследования Жером Оривэль.

Муравьи отрезают тонкие волокна, чтобы очистить проход в стебле растения, оставляя его часть как каркас сооружения. Используя волокна, они ткut непосредственно ловушку: нечто вроде просторной камеры.

Когда муравьи заканчивают её сооружение, они проделывают множество аккуратных отверстий по всей её поверхности, каждое достаточное лишь для того, чтобы проходила их голова.

Тогда сотни рабочих муравьёв залезают внутрь и ждут жертву. Это может быть саранча, бабочки или другие насекомые, которые по сравнению с муравьями выглядят монстрами.

Муравьи облепляют стенки ловушки изнутри, просовывая через отверстия свои челюсти. Очевидно,

их добыча должна иметь конечности достаточно тонкие, чтобы попасть хоть маленьким краешком в эти тщательно построенные живые капканы.

Когда добыча приземляется на расте-

раздавливает первые отложенные ею яйца, выливая на грибницу их содержимое. Позже ее более «удачливые» потомки, появившись на свет, начнут стаскивать к грибнице кусочки листьев.

Самое удивительное, что они не только выращивают «грибные сады» для прокорма, но умеют и защищать их от болезней. *Муравьи умудрились выделить из плесени совершенно другого вида грибов-микроспоров антибиотик, которым обрабатывают «грибные плантации», чтобы они не страдали от грибных болезней.* Гриб, который культивируют муравьи атта, не встречается больше нигде в природе, они его вывели сами, и произошло это, как предполагают ученые, за 50 млн. лет до нашей эры! Что можно сказать по поводу нашей неуклюжей цивилизации и наших попыток выращивать грибы!



ние, муравьи быстро захватывают её конечности, жвала и антенны, пока заложник не окажется полностью неподвижным.

Тогда другие муравьи колонии прибывают к месту "казни" и начинают жалить добычу, пока она совсем не будет парализована.

"После этого начального захвата процесс замедляется, - говорит Оривэль. - Маленькие насекомые будут немедленно расчленены и транспортированы к гнезду кусками. Но большие насекомые останутся на западне в течение 12 часов".

Эти удивительные муравьи, изученные во французской Гвиане, также *культивируют на их растении-хозяине определённый гриб*. Исследователи полагают, что гриб этот транспортируется от одного растения до другого *королевой колонии*.

Этот плесневый грибок муравьи распределяют сверху своей западни, чтобы укрепить её структуру. Таким способом маленькие строители производят своеобразный волоконный композит.

"Факт, что они **культивируют грибок именно для того, чтобы строить западню**, также является захватывающим", - говорит Оривэль.

Добавим, что **культивирование грибка для употребления в пищу** известно у муравьёв, как и разведение тлей, уже давно. Но вот целенаправленное выращивание строительного материала в новинку для биологов.

Разин А.Н., биолог.





# Последний гриб осени - ЗЕЛЕНУШКА

Для того, кто привык ходить за грибами только летом, осенний лес покажется скучным. Разноцветные сыроежки не радуют глаз (только гиганты-переростки), черные грузди и горькушки отошли в прошлое. А запозднившиеся благородные съедобные еще найти надо... Впрочем, съедобный гриб может иметь и

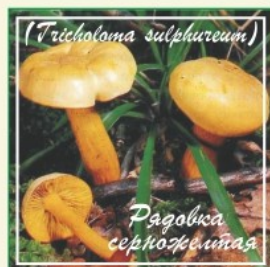


вовсе непрезентабельный вид. Так, если вы вышли на песчаную полянку и увидели среди мха и сосновых иголок шляпку желтовато-зеленоватого или бурого цвета, то не спешите отворачиваться и тем более с презрением ее пинать. Это может быть любимая многими грибниками-знатоками зеленушка (*Tricholoma flavovirens*). Растет она осенью преимущественно в хвойных лесах на песчаных почвах.

## Но шляпке встречаю

Заметить ее не просто. Ножка сидит целиком в земле, а шляпка припорошена песочком. Под шляпкой красуются "кислотного" лимонного цвета пластинки, а вот мякоть у гриба - белая, под кожицей желтоватая.

такая находка - и жаркое обеспечено. Правда, такая удача бывает редко. Однако увидев знакомые шляпки, не торопитесь. Охотничий азарт здесь может сослужить плохую службу. Дело в том, что на зеленушку очень похож ядовитый гриб - рядовка серножелтая. Этот "двойник" меньше по размеру, а также имеет более редкие пластинки. Но главное отличие - желтая с неприятным запахом мякоть. Растет эта "поганка" с июля по октябрь в лиственных и хвойных лесах.



При срезе цвет не меняется.

Зеленушка может расти в гордом одиночестве, а может и большой семейкой. Так что если грибнику повезет, то одна



Дело было лет 20 тому назад в октябре в лесах под Череповцом. В то время я был заядлым грибником и считал себя знатоком практически всех съедобных грибов. Для зазнайства были основания, т. к. я почитывал литературу, а местные жители собирали лишь несколько видов грибов, а именно: белые, рыжики, подосиновики, подберезовики, моховики. Особым почетом пользовалась так называемая солонина: грузди белые, волнушки, серушки.

Поскольку вино-водочные традиции в тех краях имеют беспредельную высоту, то солонина как лучшая "закуска", тем более в советское мясо-колбасодефицитное время, пользовалась большим уважением. Все остальные грибы они называли "поганками", лишь изредка собирали лисички.

В тот день я повстречал деревенского мужичка преклонных лет, который бродил по лесу с полной корзиной доселе невиданных "поганок". Это были пластинчатые грибы интенсивного лимонного цвета. Естественно, я заинтересовался, что это такое у него. Он сказал, что это зеленушки, грибы первой категории, что он их собирает всю жизнь и любит больше белых. Они не боятся морозов, не червивеют. Их можно жарить, солить, мариновать и сушить, т. е. всё, по полной программе. Как знаток я был посрамлен, но утешой было жаркое из зеленушек, кои я собрал в тот день.

Грибы действительно были хороши, имели ярко выраженный грибной вкус. К сожалению, с тех пор мне они попадались лишь два раза и в небольших количествах.

Григорий Островский

## ГЛАВНОЕ, ВКУСНО!

Некоторые грибники ценят зеленушки больше белых. Хотя в справочниках этот гриб относят не к первой, а к четвертой категории. Но о вкусах, как известно, не спорят. Считается, что это - "последний гриб". И действительно, появляется он позже других: в конце сентября - октябре и растет спокойно до морозов (а то и до самого декабря). После того как принесли свою грибную добычу домой, начинается кропотливая работа. Ведь зеленушки приходится очищать от песка и тщательно мыть. Однако в дальнейшем никаких трудностей этот гриб не представляет. Зеленушку можно солить, мариновать и сушить. Тем более, что в соленьях и маринадах она отличается оригинальным желтоватым цветом и прекрасно подойдет для грибного ассорти. Также подойдет она и для супа, и для обычного жаркого. Что может быть лучше после лесного похода, чем приготовить сковородочку с только что собранными грибочками и картошечкой. Просто объедение!

## КОНВЕРТИКИ ИЗ ВЕТЧИНЫ С ЗЕЛЕНУШКАМИ

Грибы мелко нарезать и потушить с салом и луком. Добавить черный перец и соль. Когда грибы станут мягкими, их нужно



- 300г зеленушек,
- 50г сала,
- 200г ветчины или ветчиннорубленой колбасы,
- 2 луковицы,
- черный молотый перец, соль.

немного остудить, затем завернуть их в тонкий листик ветчины (или колбасы) в виде конвертиков. Уложить их на смазанный противень и запечь в духовке. Подавать с подсоленным батоном или белым хлебом.

Рецепт прислала Федорова И.А., г.Ершов.



# Король лекарственных грибов - ШИИТАКЕ



## Грибной «жень-шень»

Знаменитый миколог Видяев еще в 50-х годах удивлялся: рядом с растениями существует целая армия - армия грибов, не меньшая по численности, с поразительными лечебными свойствами, и как ни странно, попадает в разряд невидимок - о ней никто ничего не знает. И из 150 000 видов грибов в пищу используют только около трех десятков видов, а лечатся только одним - чагой!

Японцы оказались мудрее - они не только едят, они лечатся грибами! Понятие **фунготерапия** для многих неизвестно, а ведь это целое направление медицины (в данном случае японской). **Фунго** по-японски - гриб, а метод лечения грибами насчитывает ни много, ни мало 2000 лет. Причем древесный гриб **шиитаке** по своим свойствам приравнивается к **жень-шеню**.

## Гриб японских микадо

У японцев и китайцев царь-грибом считается древесный гриб шиитаке. Я уверена, что об этом удивительном грибе, *Lentinus edodes*, так называют его по-латински микологи и **фунготерапевты**, и который по-японски называется **шиитаке (shiitake, she-tah-key)**, в России знали до недавнего времени очень немногие. А ведь за границей - это самое популярное средство, сенсация. Один американский натуропат, который вплотную занимается изучением именно этого гриба, насчитал более 40 тысяч публикаций в мире на эту тему только в средствах массовой информации, да еще множество монографий и научных статей о целебных свойствах «эликсира жизни».

## «Грибные фитонциды»

Победным шествием по миру шиитаке обязан любопытным американцам, которые самым выгодным считают фармацевтический бизнес. А здесь - такая перспектива! Второй жень-шень!

Первое же широкомасштабное исследование принесло сенсацию: в шиитаке найдены невероятные «вирусоподобные частицы», которые

легко проникают в любые вирусы и убивают их! Эти частицы были окрещены «**грибными фитонцидами**» и активно изучаются во всех мировых лабораториях, так как ничего подобного еще не было известно.

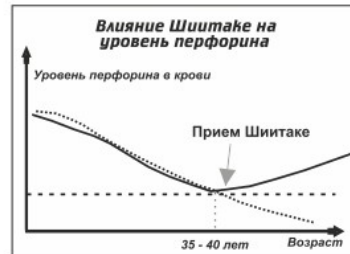
Эти «**грибные фитонциды**» способны бороться практически со всеми вирусами: **герпеса, гепатита и даже СПИДа**. Это не голословное утверждение, так как исследователи Токийского института иммунологии, занимающиеся лечением СПИДа, готовят сенсацию - лекарство на основе шиитаке оказывается очень эффективным при данном заболевании, на порядок выше всех известных ранее.

## Полисахариды ведут войну с раком

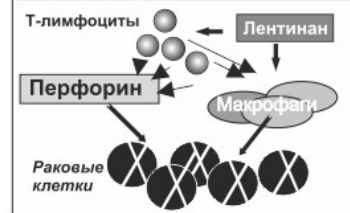
Японский ученый Икекава открыл в шиитаке неизвестные до сих пор **полисахариды**. Он предположил, что именно они имеют противоопухолевую направленность, и выделил их в виде белого порошка, применяя который в опытах на мышках, обнаружил, что 6 из 9 мышей **вылечились от рака!** Полисахарид был назван «**лентинан**». Этот полисахарид, применяемый в относительно малых дозах, проявляет **большую противоопухолевую активность**. Совсем небольшая доза лентинана - всего 0,5 мг на 1 кг веса - вызвала полный регресс опухоли типа саркома у 80 % мышей, а доза в 1 мг/кг полностью остановила рост опухолей в 100 % случаев. Исследования доказали, что **лентинан** стимулирует деятельность **Т-лимфоцитов**, которые, в свою очередь, активизируют макрофаги. Они убивают чужеродные клетки с помощью фермента под названием **перфорин (perforin)**. Перфорин создает отверстия в наружной мембране чужеродных клеток, вследствие чего они выпускают жидкость и, в конце концов, погибают.

## Атака на холестерин

В конце 80-х в Кардиологическом исследовательском центре в Москве под руководством доктора Ли Хва Рен (Li Hwa Ryong) проводились исследования **шиитаке** и **рейши** (который знают в Японии, как «гриб долголетия») при лечении сердечно-сосудистых заболеваний, в частности выявлялась способность противостоять холестерину.



## Механизм действия Шиитаке



Результаты были поразительными: спустя 5 часов после единственного приема водного или спиртового настоя грибов шиитаке **токсичная сыворотка крови «утратила способность соби- рать холестерин»!**

Также имеются показания, что шиитаке может помочь снизить высокое давление крови. Грибы шиитаке снижали высокое давление у крыс, которых кормили грибным порошком. Ощутимые результаты были видны уже после 14 дней. Такое воздействие, свойственное и грибу рейши, было клинически подтверждено тестами на людях.

Тогда же эти исследования были отложены

(вспомните годы перестроечной разрухи, когда было явно не до фунготерапии) и только сейчас фармацевтика и медицина благосклонно взглянули на «грибной потенциал».

Уже несколько лет, как Фармацевтической академией Санкт-Петербурга были разработаны методы применения **шиитаке**, и ООО «Шиитаке» выпустил первый русский препарат, который так и называется «**Шиитаке**». Время не стоит на месте, у нас уже имеются разные формы препаратов из этого чудо-гриба.

Свищенкова И.К.,  
врач - фунготерапевт.

## Фото электронной микроскопии





### **Препараты из лекарственного гриба шиитаке применяются в самых различных случаях. Они:**

- предотвращают раковые заболевания, помогают в лечении доброкачественных и злокачественных новообразований;
- лечат любые вирусные заболевания (герпес, гепатиты, грипп, СПИД);
- нормализуют давление и оказывают лечебный эффект при заболеваниях сердечно-сосудистой системы;
- снимают любые воспаления в организме (воспалительные заболевания почек, ЖКТ, печени, поджелудочной железы и т.д.);
- поднимают иммунитет;
- лечат неврологические заболевания (последствия инсульта, инфаркта, аутоиммунные заболевания);
- разжижают кровь, показаны при варикозном расширении вен, в послеинфарктный период.

За несколько лет работы с шиитаке у нас уже есть определенная статистика по результатам лечения грибом шиитаке, а также очень большая почта – отзывы о лечении. И большая гордость – из всех обратившихся к Нам петербуржцев, 80 процентов стали нашими постоянными клиентами. Но лучше всего говорят за себя истории болезней.

ООО «Шиитаке» по разработанной технологии Санкт-Петербургской Фармацевтической Академии выпускает различные формы препаратов на основе гриба шиитаке.

Сырье – специальный фармацевтический базидиальный гриб шиитаке (экспортируется из Японии).

Препарат «Шиитаке водорастворимый» (30 пакетиков по 1г в коробке), это экстракт, то есть практически чистый полисахарид лентинан, выделенный по щадящей технологии с сохранением летучеподобных частиц – «грибных фитонцидов». Кроме этого существуют другие формы препарата шиитаке: в пакетиках для самостоятельного приготовления настоя (5г), в капсулах и в капсулах на льняном масле (60 капс.).



Противопоказания к применению: беременность, лактация (не проводились клинические исследования в этих группах), индивидуальная непереносимость, нежелательно применение настойки шиитаке детям до 5 лет). Сочетается с любыми лекарствами. Гриб абсолютно не ядовит, выращен по особой технологии из фармацевтической японской культуры (не путать с пищевым деликатесным шиитаке), сертифицирован, прошел радиоконтроль.

### **Онкология:**



*А.Г., Брестская обл.* Примерно год назад на верхней губе появился небольшой прыщик. Врач посоветовал мазать прыщик мазями. После нескольких настойчивых просьб больной сделали анализ. Результат анализа - **базалиома** (рак кожи). Направили в онкологический диспансер города Барановичи. Весной 2002 года назначили облучение. Прошла 17 курсов. Состояние ухудшилось, слабость, рвота. Когда-то небольшой прыщик превратился в большую, незаживающую, гнойную, кровоточащую рану. Единственное лечение, которое назначили ей врачи после облучения, это мазать рану подсолнечным маслом. В мае 2002 года А.Г. начала лечение шиитаке и ионным серебром у нас. Через три недели **на месте раковой язвы – розовое пятнышко.**



*Л.П., Прибалтика.* Изъязвленная **базалиома** у правого глаза. После трехмесячного курса лечения *шиитаке* и *серебряной водой* (примочки) **язвы подсохли, базалиома перестала кровоточить и уменьшилась в два раза.**

### **Сердечно-сосудистые заболевания:**



*С.Х., Санкт-Петербург.* **Гипертонические кризы** по 6 раз в год, давление доходило до 270/130. После приема шиитаке **давление нормализовалось** до 170/90 (рабочее давление), за 2 года – единственный криз после стресса.



*А.С., Киров.* Первичная **гипертония** (23 года) на фоне стрессовой работы. После двух курсов шиитаке **ушли все проявления болезни.**

### **Рассеянный склероз**



*Е.Б., Смоленская обл.* Мое состояние на сегодняшний день после месячного приема шиитаке: сначала **загорелись мышцы на ногах**, по всему телу пошел сильный озноб, подошвы ног стали как ватные. Но через некоторое время **стал чувствовать пальцы ног и подошвы!**



*Василенко А.И., Воронежская обл.* С февраля дочь стала лечиться **шиитаке**. Сейчас пошел уже второй месяц лечения. Успехи такие: Наташа сама потихоньку ходит по комнате, придерживаясь за мебель или стенки. **Несколько шагов может пройти сама, без поддержки.**



## Ингредиенты:

- **шиитаке - 100г;**
- **репчатый лук - 1/2;**
- **яйцо - 3 шт.;**
- **соль - по вкусу;**
- **масло растит. для жарения;**
- **зелень петрушки или зеленый лук.**

## ОМЛЕТ С ШИИТАКЕ

Отобрать свежие шиитаке. Для приготовления блюда вам понадобятся только шляпки, поэтому отделите их от ножек. Из ножек вы можете приготовить бульон. Шляпки шиитаке тщательно почистить, довольно мелко нарезать и обжарить на предварительно нагретой сковороде в масле.

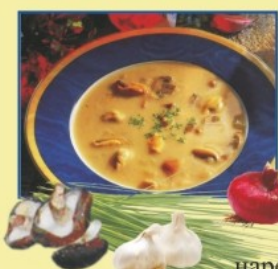
Добавить в грибы мелко нарезанный репчатый лук и обжаривать в течение 5 -10 минут. Яйца хорошенько взбить, приправить по вкусу солью и залить ими обжаренные грибы.

Сковороду закрыть крышкой и прожарить



омлет до готовности. Перед подачей посыпать зеленью петрушки или зеленым луком.

## СУП С ШИИТАКЕ И КУРИЦЕЙ



Шиитаке, замоченные в холодной воде на 20 минут, откинуть и нарезать на крупные ломтики. В ступке измельчить чеснок, побеги и листья кориандра и горошины перца в однородную массу. В сковороде разогрейте масло, добавьте острую массу и обжарьте, помешивая, 1 минуту. Влейте бульон, грибы и рыбный соус, перемешайте и тушите 5 минут. Добавьте куриное филе, нарезанное полосками, убавьте огонь, чтобы жидкость едва кипела, и держите на огне еще 5 минут. Посыпьте поверхность блюда зеленым луком и украсьте веточками кориандра.

## Ингредиенты:

- **шиитаке (сушеные) - 5 шт.;**
- **куриное филе - 120 г;**
- **масло растит. - 1ст.л.;**
- **куриный бульон - 1л;**
- **рыбный соус - 1 ч.л.;**
- **зеленый лук - 1 пучок;**
- **чеснок - 2 зубчика;**
- **кориандр - 4 побега;**
- **молотый черный перец;**
- **веточки кориандра для сервировки**

## ШИИТАКЕ С РИСОМ

Яйца взбейте с 1 ст. л. холодной воды и слегка посолите. В сковороду влейте 1 ст. л. растительного масла, нагрейте, влейте взбитые яйца и приготовьте большой омлет. При этом приподнимайте края омлета для равномерного прожаривания. Готовый омлет сверните в рулетик и нарежьте тонкими ломтиками. Шляпки шиитаке нарежьте ломтиками (ножки можете использовать для другого блюда). Если они чересчур большие, предварительно разрежьте пополам. Добавьте в сковороду 1 ст. л. масла, нагрейте, положите чеснок и зеленый лук и, непрерывно помешивая, поджаривайте

только до размягчения. Переложите затем в тарелку. В сковороду выложите сладкий перец, непрерывно помешивая, поджаривайте несколько минут, после чего добавьте сливочное масло и оставшееся растительное. Как только масло зашипит, добавляйте грибы и обжаривайте до размягчения. Отварите рис и добавьте к нему грибы, как следует все прогрейте, добавьте чесночно-луковую смесь, ломтики омлета, соевый соус.



## Ингредиенты:

- **шиитаке (шляпки) - 400г;**
- **чеснок - 1 зубчик;**
- **оливковое масло - 2 ст. л.;**
- **соль;**
- **перец молотый;**
- **петрушка;**
- **лимонный сок.**

## ШИИТАКЕ ЖАРЕНЬЕ

Шляпки шиитаке тщательно почистить и мелко нарезать. Порубить зубчик чеснока и потушить в оливковом масле. После добавить грибы и тушить примерно 5 минут, постоянно помешивая их. Приправить грибы солью, перцем, большим количеством измельченной зелени петрушки и лимонным соком. Готовые грибы подавать с рисом.



## Ингредиенты:

- **грибы шиитаке - 400 г;**
- **2 яйца;**
- **отварной рис - 360 г**
- **растительное масло - 3 ст. л.;**
- **зеленый лук;**
- **1 зубчик чеснока;**
- **сладкий перец - 1/2 шт.;**
- **сливочное масло;**
- **2 ст. л. соевого соуса;**
- **соль, перец по вкусу.**

Рецептами поделилась

Игакова А.М., Беларусь.