



№ 03 (059)
2010 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

Анекдоты о грибах

Растут рядом белый гриб и мухомор. Видят, грибник идёт.

Белый:

- Ну всё, грибник идёт, сейчас резня начнётся!

Мухомор:

- Резня не резня, а сапогом по морде точно получу!

Радиослушатель:

- Почему в Чернобыле нельзя собирать грибы?

Армянское радио:

- Разбегаются.

Два мужика ходили по грибы и заблудились. Еле передвигая ноги, вышли на опушку. А там прапорщик стоит. Грибники спрашивают:

- Товарищ военный, мы на станцию правильно идём?

- Какое там правильно! Голеностоп вихляет, удар стопы не чёткий и вообще НЕ В НОГУ!!!

Сидит Чапаев, шапку чистит. Влетает Петька: «Василий Иванович, белые в лесу»

Чапаев твердо: сегодня не до грибов, Петька!

Штирлиц пошёл в лес за грибами. Прошёл километр - грибов нет, прошёл ещё километр - грибов нет. Не сезон подумал Штирлиц и сел в сугроб.

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
Трутовик плоский - лесной охранник



● **Консультация ТРАВНИКА: ЯТРЫШНИК пестрый**

● **ГРИБНОЙ ОГОРОД - без особых хлопот**

● **Грибная ПОЧЕМУЧКА: грибы и косметика**

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ: Великий Пост**

Cnidogermia apparatus

Горячая линия фунготерапии
8-800-5555-170
КРУГЛОСУТОЧНО
Звонок по России бесплатный

19320 Газету «Грибная Аптека»
в Республике Беларусь
можно приобрести в ООО «Арго-НН»
220030, г. Минск, ул. К. Маркса, 15, офис 313, тел.: 206-68-46
Подписка в Белоруссии – каталог РУП «Белпочта» **19320**

Подписной индекс
газеты «Грибная аптека»
19320
По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

РОССИЯ



Март

Март. Месяц активного сокодвижения. Сок движется по стволу, а следовательно, благодаря этому «потоку жизни» активизируются древесные грибы-паразиты – трутовики. Для них это тоже пора расцвета и роста.

О трутовиках мы рассказывали уже достаточно много – и о листовенничной губке, которая считалась в 19 веке самым прибыльным товаром и продавалась тысячами тонн за границу, где из нее делали лекарства для чахоточных и раковых больных, в Японии и Китае нашу губку (трутовик листовенничный) использовали как средство для похудения, при желудочно-кишечных заболеваниях, стойких запорах. И о наших российских трутовиках – копытне, которым в деревнях лечили падучую (эпилепсию) и о съедобных трутовиках – оранжево-желтых наплывах на стволах, которые и жарить можно, и варить, и настойками из которых можно от депрессий избавляться. И о самом известном трутовике – петушке – который так любят в Канаде и ценят в Америке.

Сегодня основным грибом номера будет тоже трутовик – трутовик плоский. Тот трутовик, который всем известен и никого в лесу не удивляет. Который покрывает валежины легкими «карнизиками», и который ни у кого не вызывает стойкого интереса. Ну разве палкой его ради озорства сбросят, или же для поделок домой возьмут. Однако трутовик этот – очень интересен и очень целебен. И помогает зверью лесному здоровье сохранить. Да и человек достаточно времени уже знает о его целебных свойствах – еще с Палеолита, с самого каменного века.

Очень приятно поздравить наших грибных дам с Весной и первым весенним праздником, который сделали женским днем. Правильно сделали. Так приятно получать в этот день первые весенние цветы – мимозы и тюльпаны.

А биотехнологии фирмы «Биолукс» советуют не забывать мужчинам, что в наших Грибных Аптеках есть грибная косметика. Эксклюзивная. Самый лучший подарок милым дамам.

И в следующем году (как раз к весеннему женскому празднику) готовится целая серия эксклюзивной грибной косметики (кремы для тела и лица, маски для волос и одноразовые маски для лица, тоники, сыворотки и т.д.) Эта уникальная грибная косметика готовится под заказ крупной немецкой торговой сети. Но мы абсолютно обоснованно говорим, что наша грибная косметика НИКОГДА не исчезнет с российских прилавков. И уж во всяком случае в наших Грибных Аптеках ее всегда можно будет купить.

Сегодня мы вспомним и о том, что весной засевают не только огороды, но и ГРИБНЫЕ огороды. А именно – в марте-апреле пора уже засеивать пни, пеньки, чурочки и столбики... грибными палочками. Чтобы осенью из них выросли и чудные вешенки, и неприхотливые опята, и заморские шиитаке. Пока в Грибных Аптеках есть виды грибов. Торопитесь. Грибной огород – это необычно, это интересно, и это – вкусно.

Не забывайте о подписке. Это пока – единственная возможность получать вовремя и регулярно нашу газету. В киосках она больше продаваться не будет.

И еще раз, дорогие грибники – с Весной вас, весеннего настроения, будущего удачного грибного сезона. А милых дам – с праздником 8 Марта!

Филиппова Ирина Александровна

Белый гриб от нарывов



Когда-то, еще в детстве, у меня нарвало ногу, что ни делали – ничего не помогало, нога посинела, а я за три недели просто измучилась. Фельдшер посоветовала маме намочить в теплом молоке сушеный старый белый гриб и прикладывать к нарыву. Через несколько часов нарыв прорвало. Я помню об этом всю жизнь. С тех пор грибы для меня прежде всего лекарство, а потом уже еда. Детей лечила в детстве отваром белых грибов. Поэтому Ваша газета стала для меня открытием.

Людмила Журавская, Житомир

Трутовичок малышу помог



Плоский трутовик (не путать с другими трутовиками) – замечательно целебный трутовик. У меня в деревне под Псковом живет моя бабушка, к которой я приехала с шестилетним ребенком. Лето было холодное, дождливое, и ребенок у меня заболел бронхитом. После того, как температура упала (через два дня) – был сильный кашель до приступов. Бабушка пошла в лес и принесла несколько штук этих трутовиков, бросила в чугунок и запарила их в печке на углях (не на открытом огне). И посадила его дышать над этим чугуном. Отхаркивание пошло сразу же – к утру. После трех-четырех чугунков кашель прошел совершенно.

Коротич Анна, Псков

Будет у меня дочка

У меня было хроническое воспаление придатков. Как осень – начинается. По три –четыре раза в год лежала в больнице – кололи антибиотиками. Забеременеть вторым ребенком не было даже надежды. Вылечили меня в Сиверской – теща знакомого лесника. Она делал напар из плоского трутовика (лепешек 5-7) на деревянный ушат, ставила на этот ушат обычное сиденье для унитаза (стульчак) и я сидела вот над такой паровой баней. Два раза в неделю. Правда, еще нужно хорошо укрываться во время этой процедуры – одеялом. И после надевать теплые рейтузы. Через месяц я уже чувствовала, что все будет хорошо. И действительно, до следующего (этого) лета не было ни одного воспаления. Этим летом опять буду проходить эту процедуру. И надеюсь, что смогу родить второго ребенка. Теперь хочу девочку..

Майстренко Наталья, С-Пб

Отпугиваю злобных ос

Этим летом около дачи поселились осы – злобные, агрессивные. На собаку набросились – чуть не закусали до смерти. Бабушку соседскую до аллергического шока укусили... На ос-с палкой не пойдешь.. Вспомнил старый рецепт – плоский трутовик зажечь и тлеющим его около гнезда оставить... Якобы осы терпеть не могут запах тлеющих смол и приходят от этого в ступор или сонное состояние.. Убедился на собственном опыте – это так. Я сразу пять штук около гнезда бросил.. И осы – действительно еле ползали как сонные. Переколотил их всех обычным глянцевым журналом. Ну и гнездо уничтожил. Чтоб не повадно было кусаться.

Андрей Завьялов, Тосно

О выращивании грибов в домашних условиях и на садовых участках мы стараемся рассказывать в каждом номере нашей газеты «Грибная аптека» – это действительно революционная технология, надежная и простая и рассчитана она не на профессионалов –грибоводов, а на обыкновенных людей, желающих вырастить своими руками древесные грибы. Технология крайне проста – грибные палочки просто вставляются в пень – осенью получают урожай грибов. А сейчас мы просто отвечаем на вопросы, которые обычно задают.



Что такое мицелий – это грибные семена?

Гриб – это плодовое тело, которое вырастает из грибницы, которая находится в земле или древесине. Грибница – это грибные гифы (нити), которые прорастают в подходящем субстрате. Мицелий, то есть посадочный грибной материал, – это и есть кусочки грибницы, из которых вырастают грибы, но при определенных условиях, потому что грибы – это крайне капризные создания. Всем известно, что даже если взять землю с грибницей, например, сыроежек (просто выкопать землю в лесу) и пересадить на участок – сыроежки все равно не вырастут. Как и любые другие грибы. Эта та проблема, над которой бьются ученые уже много лет. Нам удалось мицелий древесных грибов вживить в древесные палочки – мицелий в них пророс и уже готов к плодоношению. Получается, что каждая грибная палочка – это действительно как семечко, которое только нужно «засеять» в пень, чтобы пень пророс грибами.

Я купил пакетик с мицелием (там была какая-то перемешанная масса с зернами) очень дешево – продается везде в садоводческих магазинах и сделал все по инструкции: насыпал в трещины пня. Но грибов так и не дождался. Почему?

Это не наша продукция. А не дождался грибов по очень простой причине – это нежизнеспособный субстрат. Есть такая технология – мицелий приживляют на зерновую или опилочную массу, но он абсолютно не приспособлен к широкой продаже в малых количествах. У него минимальный срок хранения и он подвержен перепаду температур – задыхается в пакете, не выносит солнца, не терпит переохлаждения. То есть это просто выброшенные деньги.

Наши «грибные палочки» лишены этих недостатков. Из них грибы вырастают всегда.

А я купила ваши «грибные палочки», пришла домой, развернула упаковку и ахнула – там сплошная на них белая плесень. Значит, это уже испорченный продукт?

А вот этого делать нельзя – вскрывать упаковку задолго до того, как решили уже «сеять» пень. Белая, серая, коричневая, зеленоватая плесень – это и есть проросший мицелий на палочках. И это наоборот, показатель здорового мицелия. И чем ее больше в упаковке – тем лучше. Но если оставить вскрытую упаковку, не засеяв ее в пень, можно получить два варианта: или же гриб вырастет сразу же из палочек, или же на мицелий набросятся болезнетворные микробы и он погибнет.

Можно ли на один пень посеять два вида грибов?

Делать это не стоит – один вид вытеснит другой. Обычно вытесняет другие грибы самый агрессивный вид, например, опята. Подберите пни на удалении друг от друга и высаживайте на каждую чурочку только один вид грибов.

У меня пенек расположен на самом солнечном месте. Он подойдет?

Нет, грибы не любят солнце, они предпочитают тенистые влажные места, например под забором. Если нет там пней, то делается очень просто – берется любая чурочка диаметром 15-20 см и длиной 40-50 см, роется ямка под забором. На дно укладывается сжатая обыкновенная газета, на нее – 4 палочки, ставится на них пенек, засыпается землей, чтобы на поверхности был небольшой пенек (см 15) и поливается. Грибы прорастут месяца через 3-4

Я делал именно так, но через два месяца он заплесневел (покрылся белой плесенью с коричневатым налетом). Я подумал, что он пропал и выбросил его.

Очень зря. Он уже основательно пророс грибными нитями и готов был к плодоношению буквально через месяц. Единственно, что нужно было – обильно его поливать. Если плодоношение задерживается, желательнее накрыть его полиэтиленом (обвязать пенек), над пенечком должна быть маленькая воздушная подушка, тогда грибы просто на глазах начнут расти.

Сколько нужно палочек, чтобы засеять один пень?

Не больше четырех палочек. Одна упаковка рассчитана на пять пней.

У вас упаковка – 20 палочек. А мне нужно – четыре. Хочу попробовать на одном пне. Почему не делаете упаковки именно на 4 палочки?

Это сложная технология, и упаковочный аппарат рассчитан именно на 20 палочек. Можно поступить проще – купить упаковку на пять человек, что обычно наши пенсионеры и делают.

Сколько времени будет плодоносить пень?

Не меньше пяти лет, пока не развалится от старости. Кроме того, опята обычно с большой охотой заселяют расположенные рядом пни и вместо одного грибного пня со временем может получиться целый грибной лесок.

Где хранить упаковку с «грибными палочками»?

Желательно в защищенном от прямых солнечных лучей месте при температуре не выше 20 градусов (например, в кухонном шкафчике).

Когда засеивать пни?

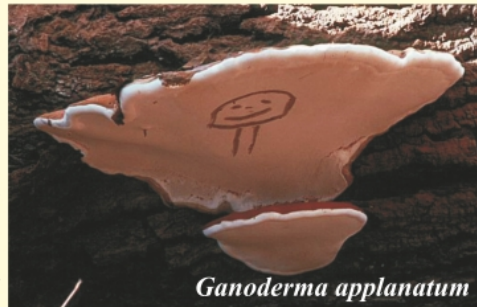
Температура воздуха не должна быть ниже 10 градусов в ночное время, обычно это конец апреля, начало мая. В южных районах – в начале апреля. Урожай – в августе-сентябре.



Ganoderma applanatum

ЛЕСНОЙ ОХРАННИК - ТРУТОВИК ПЛОСКИЙ

Очень хорошо помню картинку из бодрого пионерского детства. Игра «Зарница» - мы активно соревнуемся на солнечной лесной полянке в березовой роще под Брянском, загораем у быстрой речки Снежети, а воспитатель – бывший десантник - собирает какие-то невзрачные сухие трутовики на гнилых валежинах. Зачем? Вечером узнали – зачем.. Комаров были – орды. Нет, тучи.. И от них не спасали ни наши хлипкие сатиновые спортивные костюмы, ни брезентовые палатки.. Вот тогда наш десантник и показал мастер-класс: высыпал из мешка в костер сухие трутовики, похожие на плоские лепешки. Подождал, пока они как следуют высохнут в огне и затлеют, а потом тлеющие, стал выкатывать палкой и по кругу разбрасывать – вокруг палаток. И сразу тучи комаров отступили. Не выдержали дыма, который стелился по траве. «Вот так, наверно, древние люди от москитов защищались.. Их они тоже доставали» - пошутил наш спаситель..- «А еще на таких трутовиках можно ... писать записки!» И тут же ножичком быстро написал несколько слов: « Долго сохранятся эти слова. Ни дождем их не смоет, ни временем не сотрет..»



Ganoderma applanatum

Прав был наш десантник, хорошо их учили выживанию в лесу, используя древние традиции разных народов.

Например, у коренных народов Сибири и Алтая и индейцев Аляски традиционно этот древесный гриб использовали как антимоскитное средство - тление сухого гриба с образованием горьковатого дыма отпугивало комаров и мошку. И у них же этот плоский гриб с белой изнанкой служил своего рода «записками», на которых изображались бытовые рисунки.

По латыни гриб называется очень логично - **Ganoderma applanatum** (ган = блестящий, дерм = кожа, аппланатум = плоский).

А среди микологов известен как - **плоский трутовик**

Американские индейцы называли его «красный материнский лечебный гриб» (*Лиу и Бау, 1980*), в Китае «древний линг цхи» (*Уиллард, 1990*). В России – трутовик плоский, валежный лепень.

Во всем мире хорошо знали и целебные свойства этого гриба. Якуты заваривали лепешки плоского трутовика для омовения грудных детей, женщины густым настоем трутовика протирали тело и грудь во время и после кормлений. Измельченный порошок вываренного трутовика давали в корм оленям – высыпали горкой перед жилищем и олени вылизывали это горькое лакомство до протаявшей земли.

Известны хорошие результаты лечения трутовиком плоским заболеваний печени и поджелудочной железы подвижником «грибной терапии» 19 века – земским врачом Полотебновым. Он описал несколько случаев удачного лечения цирроза печени и панкреатита.

В Чехословакии в 60-е годы приводятся случаи излечения

водным настоем плоского трутовика рака печени и поджелудочной железы.

В Псковской губернии в 19 веке настоем трутовика плоского (купанием) успешно вылечивали золотушных детей. Известно свидетельство Н. Кузьминской, свояченицы писателя Льва Толстого и дочери известного врача Берса, что рецепт ее отца по поводу мучений грудного младенца одной из крестьянок в поместье Толстых из-за постоянного кожного зуда (аллергический дерматит) был прост и эффективен– купание ребенка в настое трутовика плоского.

Крепкий настой плоского трутовика (до коричнево-бурой жидкости) хорошо снимает зуд и воспаление при кожном грибке. Этим способом пользовались лесники Северо-Запада, об этом хорошо знают рыбаки Прибалтики и фермеры Финляндии.

В Китае известно использование трутовика плоского при ревматизме (водяные бани), раке печени и поджелудочной железы, раке желудка и пищевода. В Японии настоем трутовика плоского использовали при сердечных недомоганиях – тахикардиях, резких болях.

Доказанные лечебные свойства

Вкус этого трутовика (как и у многих других видов) – горький с хинным привкусом. Биотехнологи еще в середине 20 века отметили лечебные свойства трутовика плоского, так как выделили в нем целый комплекс стероидных компонентов. Особенно интересна в фармакологии выделенная из него ганодербиновая кислота и ее производные. Тогда же было отмечено, что трутовик плоский имеет ярко выраженные гепатопротекторные, антимикробные, противоопухолевые и **антигистаминные** свойства. Последнее качество особо важно, так как эти противоаллергические свойства были найдены всего у нескольких видов грибов и ни у одной из лекарственных трав(!).

Трутовик плоский продемонстрировал иммуностимулирующие свойства в экспериментах на животных. Комплекс полисахаридов гриба вызывает образование в организме мышей естественного интерферона, а нуклеиновая кислота, выделенная из трутовика плоского осуществляет защиту против врожденного вируса энцефалита у мышей (*Кандерфер – Сцерцен и др., 1979*). Полисахариды трутовика стимулируют противоопухолевую активность против саркомы 180 у мышей.

Исследования хитин-глюканового комплекса трутовика плоского доказало, что этот гриб содержит рекордное его содержание – 20%(!).

Такое высокое содержание ХГК говорит о том, что гриб имеет высокую способность связывать ионы тяжелых металлов, то есть **выводить** радионуклеиды и тяжелые металлы из организма человека и чистить атмосферу Земли! Этим же вызваны и его уникальные противоаллергические свойства.

Краткое описание

Плодовые тела многолетние, разной величины, от 5 до 40 см длиной и 5-15 см шириной, 1,5-12 см толщиной, плоские, половинчатые, сидячие, редко копытообразные, часто соединены по несколько штук черепицеобразно. Поверхность покрыта матовой, вначале серовато-бурой, позднее серовато-коричневой неровной коркой, почти всегда на ней имеется шоколадно-коричневый налет спорового порошка. Ткань пробково-деревянистая, шоколадно-бурая, у старых грибов с белыми выцветами. Гименофор беловатый, от прикосновения буреет.



Ganoderma applanatum



Географическое распространение.

Распространен очень широко на всех континентах, но преимущественно в умеренном поясе. На территории России – повсеместно.

Растет повсеместно как сапротроф на валеже и пнях разных деревьев лиственных пород, особенно березы, осины, ивы, дуба. Изредка – на хвойных (пихта, сосна, лиственница, ель). Крайне редко растет на живых деревьях (дуб, тополь). В Калифорнии этот фанг часто растет на лавре (Хук. И Арн.)

XXIII

межрегиональная специализированная выставка-ярмарка

11 лет
с Вами

КРАСОТА ЗДОРОВЬЕ МОЛОДОСТЬ

6-12
АПРЕЛЯ
2010

- * косметические и оздоравливающие препараты на природной основе
- * медицинские и оздоровительные центры
- * домашняя медтехника
- * товары для здоровья детей

ТРАДИЦИОННО В «ЕВРАЗИИ»
НАПРОТИВ м. ЛЕСНАЯ

Санкт-Петербург,
КВЦ «ЕВРАЗИЯ», ул. Капитана Воронина, 13
т/ф: (812) 596-38-64, 324-64-16, www.krazdom.ru; www.sivel.spb.ru



Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО «Шиитаке» можно получить в «Центре Фунготерапии Ирины Филипповой» в г. Санкт-Петербурге и Москве и в магазинах «Грибная аптека». Опт. (812) 703-06-44, 740-37-61

Магазины «Грибная аптека» в г. С-Петербурге:

1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. м. Площадь Александра Невского, (812) 271-28-98, 717-17-11;
2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, (812) 575-57-97, 974-07-80.
3. ул. Ленсовета, 88, ст. м. Звездная, (812) 368-98-04

4. ул. Чайковского, д. 51,
ст. м. Чернышевская, (812) 273-20-43
Отделы «Грибная Аптека»

в г. С-Петербурге:

1. в аптеке «Доктор», пр. Стачек, 14, ст. м. Нарвская, (812) 715-34-65,
2. в гомеопатич. центре «Арника», пр.Энгельса, 132, к.1, ст. м. Проспект Просвещения (812) 715-47-26,
3. в гомеопатич. центре «Игнация», пр. Дачный, д.2, к.2, ст. м. Проспект Ветеранов (812) 973-57-40

Магазины «Грибная аптека» в Москве:

1. Хорошевское ш-се, д. 68, корп. 5, ст. м. Полежаевская. (495) 940-20-13, (495) 940-08-49, (495) 941-30-10;
2. Пр-д Нансена, д.6, корп.3, ст.м.Свиблово. (495) 656-61-76, (495) 510-49-70.

Наши представители

Беларусь: г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95
Украина: г. Донецк – (066) 754-34-51, (062) 345-90-30
г. Киев – (044) 331-60-06, г. Одесса – (067) 518-42-63
г. Полтава – (066) 28-40-657
Эстония, Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627
Екатеринбург – (343) 213-99-61
Адлер – (8622) 33-40-43
Омск – (3812) 70-00-37, Н.Новгород – (831) 436-14-38

Пермь – (342) 271-29-86
Самара – (846) 242-76-44, 242-76-64
Тольятти – (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
Тюмень – (3452) 49-47-91
Челябинск – (351) 775-39-29

В Центре можно узнать телефоны других представителей: Ангарск, Белгород, Вологда, Выборг, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Снежинск, Сочи, Тольятти, Уфа, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец.

на правах рекламы

*Orehis maculata* L**ЯТРЫШНИК ПЯТНИСТЫЙ****(сален, кукушкины слезки, пятниколючая трава, кисельный корень, прошибень болотный, северная орхидея)**

Древняя ительменская легенда гласит, что тот, кто с восходом солнца, вместе с его первыми лучами войдет в воды озера, по берегам которого цветёт ятрышник, обретет красоту и здоровье и вечную молодость.

Говорят, что сердце княжича Игоря было навек отдано простой девушке-перевозчице Ольге, когда та подарила ему веточку ятрышника.

В народных приданиях ятрышник пятнистый известен больше как кукушкины слезки. В старые добрые времена существовал обычай встречать и провожать времена года. С наступлением лета молодые девушки уходили в лес водить хороводы. Свои песни они обращали к кукушке, которую почитали за вещую птицу. Они искали растение, помеченное пятнышками — слезами кукушки, которая плакала от тоски и одиночества, прячась в лесу. Поэтому и прозвали ятрышник пятнистый в народе кукушкиными слезами. Родовое название ятрышника произошло от слова *occlus* — орхидея, из-за сходства цветков; *maculata* — пятнистый.

С древних времен ятрышник был известен как сильное общеукрепляющее средство. Когда-то персидские воины во время длительных походов запасались клубнями салена, толкли его в порошок, разводили в молоке и это позволяло им надолго сохранять выносливость и бодрость, выводить победителями из боев. В их клубнях накоплен могучий запас питательных веществ. Взрослому человеку при отсутствии других видов пищи достаточно на сутки до 40 гр. клубней, истолченных в порошок и приготовленных в виде эмульсии.

Ятрышник пятнистый — это многолетнее травянистое растение, выделенное своей причудливой красотой среди обитателей лесных болот.

Распространен повсеместно почти по всей России, включая Северный Кавказ. Его нет только на крайнем севере. Растет в заболоченных лесах, на влажных лугах, среди кустарников и осок. Стебель у растения прямостоячий, одинокий, заканчивается колосьевидными соцветиями, листья ланце-



товидные, серопятнистые. Зацветает в начале лета — цветки фиолетово-розовые или белые. Плод-коробочка, которая открывается щелями с мелкими семенами. Основная целебная сила растения сосредоточена в его клубнях.

Клубни ятрышника имеют вид приплюснутых шишек, напоминающих по форме кисть руки с растопыренными пальцами.

В период цветения растение имеет два корня-шишки — один бурый сморщенный, другой — белый сочный. Первый служит для образования стеблей и листьев, загнивает к осени, второй — увеличивается за лето, накапливает питательные вещества, необходимые для жизни будущего цветка.

Для медицинских целей используют молодые клубни, выкапывая их во время цветения или непосредственно после, когда еще не опадает цветочная стрелка. Молодые клубни очищают от коры, опускают на несколько минут в кипяток, затем сушат на открытом воздухе.

Издrevле ятрышник используется как средство восстанавливающее силы после тяжелых болезней, переживаний. При старческом истощении, у больных туберкулезом.

В старину на Руси верили в чудодейственную силу любовного напитка, порошок из салена. Применяли как возбуждающее средство при половой слабости. Широко применяли в восстановительном периоде при параличах, при длительно незаживающих ранах, как средство, препятствующее распространению герпеса.

Корни салена. Содержат в большом количестве слизи и крахмал, с этим связан их основной фармакологический эффект, достаточное количество белков, пектинов, горечей?, эфирных масел, минеральных веществ.

Слизь салена обладает выраженным смягчающим, обволакивающим, противовоспалительным свойствами и используется при гиперацидных гастритах, язвенной болезни на фоне гиперсекреции желудочного сока, при гастроэнтероколитах, при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, воспалении мочевого пузыря, заболеваниях полости рта и горла. Сален особенно полезен детям, страдающих катаром кишечника.



РЕЦЕПТЫ
применения

РЯТРЫШНИКА

В литературе имеются данные о некоторых гормональных свойствах ятрышника (С.Е. Соколов 2000 г.).

В нашей стране произрастание около 24 видов ятрышника. Кроме пятнистого, различают 5 его видов, отличающихся друг от друга окраской цветков, формой клубней, морфологическими особенностями. Все эти виды имеют лекарственное значение.

Применение.

Для медицинских целей используют только молодые клубни ятрышника пятнистого (салепа). Их выкапывают во время цветения или сразу же после отцветания растения (когда цветочная стрелка ещё не опала). Клубни орхидеи очищают от кожицы, нанизывают на нитку и погружают на несколько минут в кипящую воду, чтобы предотвратить в дальнейшем их прорастание. Затем сушат клубни на воздухе, подвешивая на нитках.

Выделяют слизь салепа непосредственно перед применением: клубни ятрышника пятнистого размельчают, заливают горячей водой (на 2 г высушенных корнеклубней берётся 200 мл кипящей воды) и встряхивают в течение 10-15 мин. Полученную слизь хранят в прохладном месте не более 2-3 дней. Эту желатинообразную массу употребляют по 1 чайной ложке 3 раза в день (вместе с кашами, бульонами, молоком и другими продуктами). Или принимают слизь салепа в течение 2-3 дней, несколько раз в день по столовой ложке (перед каждой едой и на ночь перед сном). Детям эту дозу необходимо уменьшать в зависимости от возраста и веса.

Полученная из салепа слизистая масса никакая - не имеет ни вкуса, ни запаха. Поэтому это целебное средство с успехом применяют для лечения больных детей, а также в хирургии, в клиниках ухо-горло-носа (особенно для тяжёлых «трубчатых» больных). Рекомендуется эта слизь и для постановки клизм (на одну лечебную клизму берётся 50

мл слизи).

Слизь салепа нельзя употреблять совместно с таннином и другими вяжущими веществами, так как она при этом осаждается. Противопоказаний и побочных действий салепа не имеет.

Как стимулирующее средство, для лечения желудочно-кишечных заболеваний и при отравлениях: берут 3-10 г клубней ятрышника пятнистого



на 180 воды. Измельчают 3-5 г клубней, заливают 0,2 стакана холодной воды, постепенно доливают кипятком до 1,5-2 стаканов, помешивая 10-15 минут, пока не получится слизь. Принимают слизь салепа до еды, 3-4 раза в день по 2-6 ст. ложек.

При катаре толстых кишок и катаре мочевого пузыря: порошок клубней ятрышника пятнистого разводят в холодной воде 1:10,

затем добавляют 90 частей кипящей воды или молока и снова взбалтывают, пока не получится густая, однообразная масса.

При поносах и дизентерии: употребляют водную

эмульсию ятрышника пятнистого. Порошок клубней разводят в холодной воде 1:10, затем добавляют 90 частей кипящей воды и снова взбалтывают, пока не получится густая, однообразная масса. Добавляют в эмульсию отвар льняного семени (1 ч. ложка на стакан кипятка) и затем остывшую смесь используют для клизм.

Как средство для поддержания сил у дряхлых стариков, у туберкулёзников и других больных, у перенёсших тяжёлые и продолжительные кровотечения (в том числе и при геморрое), у потерявших силу и здоровье после тяжёлых переживаний людей. В клубнях ятрышника пятнистого, сравнительно малых по объёму, накапливается мощный концентрат питательных веществ. Принимаемый в количестве, соответствующем особенностям заболевания, ятрышник пятнистый быстро восстанавливает силы у истощённого и больного человека.

В Болгарии салепа используют как обволакивающее противовоспалительное средство при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, при желудочно-кишечных катарах, при дизентерии (особенно у маленьких детей) в виде настоя: 3 г клубней на 250 мл кипятка, настаивать 15 минут. Взрослые при поносе пьют настой горячим, а детям его дают в остывшем виде.

Применение в медицине разных стран

В австрийской медицине клубни ятрышника пятнистого применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Препараты салепа готовятся в аптеках.

В Польше салепа также широко используют при болезнях ЖКТ и органов дыхания.

В Армении ятрышник пятнистый издавна используют для лечения печени и как средство, улучшающее состав крови.

Клубни ятрышника пятнистого применяют и в кулинарии для приготовления здоровой пищи: целебных и питательных супов, желе и теста.

Васильева Л.А., фитотерапевт

Уважаемые читатели! Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь. Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом. Редакция не несет ответственности за применение приготовленных самостоятельно трав и грибов по публикуемым рецептам.



В этом номере мы продолжаем серию рассказов Короткова Игоря Олеговича.

Любовь, грибы и Орлик

Мешков Филипп Андреевич ехал по Берёзовке на своей расхристаной телеге, которую тянул непонятный жеребец Орлик, и источал утренний свой привычно-ядовитый сарказм: "Берёзовка... Где тут берёзы-то, к чертям? Сосны одни да ёлки, да кедрач вековой... Не пахнет и берёзами-то..." Проезжая по площади - центру берёзовской цивилизации - он с благодарностью поглядывал в сторону сельской школы, где молоденькая учительница, приехавшая из района и привезшая с собой диковину - компьютер - раскопала родословную Мешкова. Оказывается, в этих краях воевал его прадед - колчаковский офицер - немец, холёный аристократ, страстно полюбивший местную красавицу-сибирячку - вот из той далёкой смертной любви и потянулась веточка по фамилии Мейнхольц, и распустился на этой веточке листочек странной мешковской жизни... 40 лет уже ему было, и жил он один в домике под сосной. Собака Шишка (коричневая с прозеленью псина), куры безымянные да нервный Орлик - вот и вся его семья. И Орлик был тоже - тот ещё аристократ...

Из лап местного кузнеца вырвал его Мешков, когда того - больного, ненужного и бесполезного, не в то время и не там родившегося, тащил тот кузнец за угол конюшни, чтобы посредством молота прекратить ненужные страдания... Выходил Орлика Мешков, и вырос тот в длинноногого, худого, ушастого, как заяц, неврастеничного красавца - тоже, видать, когда-то подгуляла местная кобылка с колчаковским аргамаком... Так они и жили теперь - души друг в друге не чаяли, хоть и ссорились постоянно - такая вот была у них любовь... И ещё была любовь - совместные поездки в лес "за дровами", а на самом деле - за чистотой лесной и свежестью, за ягодами, грибами, которые страсть как любил собирать Мешков вместе с Орликом - тот их нюхом благодарным находил.

Спасал лес этот Мешкова - от тоски неизбывной, от пивших вмертвую селян - тупых, жадных, звереющих от собственной никчемности, от перманентно синего от самогона председателя заготовительного грибного пункта, где некогда пытался трудиться экономистом, но не смог - не смог работать с брюхатым кабаном с мелкими протухшими белёсыми глазками. Кабан тот пропивал все немногие деньги, изредка выделяемые районом "на развитие", и давно уже грибная артель развалилась - местные предпочитали ходить с грибами на трассу, где получали за них вдесятеро больше, чем давал пьяный кабан. Некоторые, правда, ещё приносили грибы на заготовительный пункт, сдавали их там, получали свои копейки, а ночью, угостив сторожа, забирали их назад - и снова на трассу. Вот такой был славный постсоветский кооперативчик...

Проезжая мимо избушки, гордо именуемой "Амбулаторией", Мешкова, как обычно, "накрыло"... Накрывало его так с тех самых пор, как в амбулатории появилась она - говорили, сбежала из райцентра от мужа-

бизнесмена, который воровал здесь лес и загонял его московским фирмачам. Видел его тут как-то раз - караван джипов, бритые рожи; видел, бледнея от ненависти, как орал тот на неё, брызгая слюной - а она спокойно так стояла, не отводя синих ледяных глаз от этой хари, и по губам её видел Мешков, как произносила она одно лишь слово - нет... И с тех самых пор Мешков, сам не свой, стал слоняться вокруг да около, тщательно и тщето делая вид, что здесь он совершенно случайно... Нервно-раздражительный Орлик плёлся за ним повсюду, как собака, ревниво тыкал в мешковскую спину тёплой мордой, с неудовольствием кося свой бесовский глаз на окна амбулатории - дескать, хозяин, ты что, совсем берега потерял? Огород зарос, конь любимый не купан, хвост вон уже совсем сваялся, грива нечёсана - домой бы надо? И тут на крыльцо выходила она - в ослепительно белом коротком халате, с копной чёрных как смоль волос на голове, в туфлях на неизменной шпильке, и, слегка покачиваясь на сильных стройных ногах, грудным своим голосом, от звука которого сердце Мешкова рушилось в преисподнюю, вопрошала: "Что случилось, Филипп Андреевич? Неужто приболели?" И глаза её - два кусочка пронзительно-синего льда, начинали вдруг плавиться в уголках, оттаивать, и Мешков, слабеющей рукой хватая под уздцы возмущённого Орлика, который методично пытался вставить между ними свою морду, отрицательно тряс головой и на заплетаящихся ногах уходил прочь. Орлик же при этом, скотина, постоянно оглядывался на неё победоносно-презрительно - что, съела? Ненавидел его Мешков в эти минуты лютой ненавистью...

А потом Филипп Андреевич действительно заболел. Купал Орлика на заре, бегали по мелководью, играли, дурачились - и доигрались... Пришли домой, Орлик, благодарно пофыркивая, отправился к своим яслям, а Мешков дотянулся до лежанки и провалился в тяжёлый душный сон...

Очнулся он глубокой ночью - бил его озноб страшный, голова горела адским огнём, ломало всего... Сполз Мешков с лежанки, доплёлся на подгибающихся ногах до жбана с водой, зачерпнул ковш - и провалился в беспомощность...

Орлик утром взволновался, выбрел из сарая, заглянул недовольно в окно - батюшки святы, хозяин у порога валяется! Тут уж не до гордости-ревности стало ему - вышиб копытами ворота и махнул галопом диким по улице, пиная кур и распугивая шарахающихся бабок... Прилетел к амбулатории, вздыбился перед крыльцом, а тут и она вышла. Глянул на неё недобрым глазом Орлик, всхрапнул ненавистно - обмерла вся... И бегом по улице, в домик тот неказистый...

Очнулся Мешков под вечер - слабый, беспомощный, и почуял запах - волшебный, неземной. Открыл запавшие лихорадочные глаза - и подумал обречённо - вот так люди сходят с ума... Комната была убрана, на столе - цветы в банке, а около него, на кровати сидит она - нога за ногу, сигаретка в нервнотонких пальчиках - и улыбается... А вместо двух льдинок в глазах плещется невыносимо-синий океан безбрежный... И говорит она ему голосом своим сказочным: "Ну нельзя же так, Филипп Андреевич, пугать слабую женщину... А ну как у меня инфаркт случится? Кто меня

тогда будет спасать?" И смеётся смехом колокольчиков луговых.

Закрыв Мешков глаза, открыл - не пропала... Сидит. Хотел руку протянуть, прикоснуться - не посмел. А тут вдруг она сама придвинулась вплотную, навалилась тёплой грудью ему на грудь - и серьёзно так спрашивает - а глаза смехом переполнены: "Ну что, Филипп Андреевич, за грибами-то меня возьмёте в лес? А то я девушка молодая, одинокая, да ещё красавица такая - вдруг лешак приставать начнёт?" И снова колокольчиками звенит, смеётся... Пискнул горлом Мешков, дёрнулся, и глаза закрыл - влажными вдруг стали... С того самого времени стали они ходить в лес втроём. Орлик весь на нет сошёл, извёлся - и боком её от Мешкова оттирал, и между всё время вклинить норовил, когда казалось - слишком уж близко друг к другу идут. А в лесу - воровато так, пока хозяин не видит - подпихивал её в спину недовольной мордой - иди-ка ты, красивая, вон в ту сторону, а мы - в эту пойдём. А она только смеялась своим завораживающим смехом.

Не было у Мешкова за всю его жизнь такого волшебного лета - с утра до вечера бродили они по лесу, и лес теперь был только их. Грибы сами выходили ей навстречу, просились в нежные руки - возьми нас, пожалуйста, возьми! И она брала - их все. Для неё не было грибов плохих или хороших - они все были нужны. И мухоморы, и поганки - для всех у неё находилось ласковое слово. И в своей крошечной амбулатории она колдовала над ними, сушила, перемешивала, растирала в ступе, и творила из них лекарства небывалые. Лекарства те поднимали на ноги таких больных, от которых отказались все врачи. Из других городов, областей к ней потянулись люди - обречённые, ни во что не верящие - и она не отказывала - никому.

Только вот Мешков... Молчал, и всё. Смотрел на неё благоговейно - и молчал. Вечером провожал её до избытки-больнички под бдительным взором Орлика, стоял на крыльце - и снова молчал, тяжело вздыхая... А она смотрела на него, и складки скорбные у губ её ярких появлялись, и мука в глазах. И говорила она своим голосом обволакивающим: "Ну я пойду? До завтра?" Поправляла воротник его куртки, мимолётно касаясь пальчиками его небритой щеки, выжидала несколько секунд, и, повернувшись, заходила в дом, медленно закрывая за собой дверь.

А несчастный Мешков, проклиная себя, плёлся уныло за победношествующим впереди и уже не оглядывающимся Орликом.

В августе, когда зори уже теряли своё тепло, Мешков отправился в лес без неё, надо было заготовить дров - зима в этих краях не шутила. Орлик бодро тянул телегу, тонкими своими аристократическими ноздрями втягивал прохладный запах увядающего леса и игриво поглядывал на хозяина - ну наконец-то вдвоём, без этой... И даже снова стал показывать мордой Мешкову на места, где росли грибы, наклоняясь к ним и снисходительно пофыркивая. Когда же они были в лесу втроём, Орлик категорически этого не делал - из чувства протеста и врождённой вредности.

Нагрузив телегу дровами, Мешков снова впряг туда возмущённого Орлика - не любил тот телеги таскать, дворянская кровь противилась - и неторопливо поехали они по направлению к дому. А грибы внушительной грудой лежали позади телеги. Ехать оставалось всего ничего, как вдруг Орлик встал, как вкопанный, задёргал своими смешными заячьими ушами, задрожал всем телом и с ужасом оглянулся на задумавшегося Мешкова. "Ну и что на этот раз ты придумал?" - недовольно пробурчал тот. Не придумывал ничего

Орлик - матёрый волчара-бирюк стоял в кустах у дороги - убийца с холодными беспощадными глазами - и примеривался, напряжив тело, ПРИПАВ НА МОЩНЫХ ЛАПАХ, со вздыбленным в предвкушении боя загривком - на кого прыгнуть... Орлик не стал ждать этого выбора - дико захрипев, рванул с места так, что грибы, дрова, Мешков вперемежку полетели на дорогу, а Орлик, обезумев от ужаса смертного, не видя ничего, дёрнулся между двух близко стоящих сосен, пролетел в просвет, а телега, с грохотом ударившись о стволы, разлетелась вдребезги; Орлик же с хомутом и болтающимися обломками оглоблей, пёр не в памяти по направлению к деревне...

Мешков ударился во время падения так, что потерял сознание, дровами его привалило, и настал бы тут час его последний, но грохот разбивающейся телеги остановил уже готового взвиться в смертоносном прыжке волка - это Мешкова и спасло. А ещё его спас лось, который в это же время подошёл с другой стороны дороги - огромный пятигодовалый самец, заинтересованный непонятным шумом. Так они и стояли по обе стороны дороги - волк и лось, а между ними лежал на земле человек. Долго и оценивающе смотрели друг на друга - вернее, недруг на недруга - звери, и оценил волк трезво и правильно - и рога устрашающе огромные, и мощь лосиную - отступил, пятясь задом, не отводя леденящих глаз, и растворился в чаще леса... Лось же, подойдя ближе, с интересом поглядывая на лежащего человека, стал своими мягкими бархатными губами ворошить грибы, выбирая приглянувшиеся, и с удовольствием их поедать...

Заслышав приближающиеся людские голоса, лось медленно поднял свою огромную голову, дремучими омутами глаз взгляделся в убегающую к деревне дорогу, не спеша грациозно повернулся и бесшумно скрылся за деревьями.

Когда она подбежала, Мешков уже пришёл в себя, ошалело хлопая глазами. Гудела голова, тошнило, спина онемела, но всё это было ерундой по сравнению с тем, что он не чувствовал ног, просто не мог ими пошевелить. Упавшим до хриплого шёпота голосом он трагично произнёс: "Ира... Ирина... Я ног не чувую... Я теперь инвалид? И ты меня бросишь?" Засмеялась она своим волшебным смехом, упала к нему на грудь, целовала его испуганное щетинистое лицо, и говорила не переставая: "Ох, Мешков, какой же ты дурак! Ну какой же ты дурак, Мешков!"...

Дрова раскидали, ноги были целы, Мешкова подняли и потащили в деревню. А Орлик, стыдливо прячась в кустах и тяжело вздыхая, плёлся за всеми в отдалении.

Что было дальше? Да хорошо всё было. Смирился Орлик, покорился, И во время свадьбы бойко, не халтуря, как обычно, вёз Мешкова и Ирину в церковь на венчание. Он даже позволил вплести себе в гриву разноцветные шёлковые ленты, хотя, как истинный аристократ, предпочёл бы ленты золотого шитья с бриллиантами. Но, как говорится - чем богаты... И после, во время совместных прогулок по лесу, шёл он уже позади счастливых молодожёнов своим сбоку, и только изредка косился на Ирину бесовским своим глазом, тихонько вздыхая... Волк-одиночка покинул эти места навсегда. Председатель неожиданно для всех и самого себя бросил пить горькую и сделал грибной заготовительный пункт лучшим в области. А лось - тот самый - долго ещё приходил на памятное место, обнюхивал дорогу и удивлялся - почему здесь больше никто не оставляет ему такие замечательно вкусные грибы?...

Знаю, что практически все грибы вырабатывают натуральные антибиотики. Только не понимаю, зачем сейчас известные мировые косметические фирмы в свою продукцию добавляют вытяжки и экстракты из целебных грибов? Стремятся сделать лечебную косметику?

Кончер А., Москва



Да, действительно, многие крупные косметические фирмы вносят в рецептуру вытяжки из целебных грибов - фирма Орифлейм в кремы для лица добавляет экстракт гриба ШИИТАКЕ, японская фирма Канебо – экстракты рейши и кордицепса, фирма Шисейдо – экстракты гриба муэр. Такие грибные добавки существенно улучшают эффективность кремов (полисахариды грибов влияют на ускорение регенерации молодых клеток, то есть клетки кожи как бы переживают вторую молодость – начинают усиленно делиться). Поэтому такие кремы с экстрактами грибов показаны именно для ленивой и вялой, стареющей кожи.

Лечебная косметика – это несколько иное направление в косметике. Она должна не только регенерировать молодые

клетки эпидермиса, но и оказывать лечебный эффект – подавлять патогенную флору (бактерии, микробы), которые вызывают кожные воспаления, и патогенные грибки, вызывающие сухость кожи, аллергии, дерматозы.

Такую лечебную грибную косметику преимущественно в мире производят фирмы «Канебо» (Япония) и ООО «Биолюкс» (Россия). Причем, наша российская фирма известна уже во многих западных странах, куда экспортируется ее продукция. В 2009 году эта фирма получила денежное вознаграждение и престижное третье место в Петербурге по экспорту грибных БАДов и грибной лечебной косметики как «Лучший экспортер Санкт-Петербурга». Качество лечебной косметики российской фирмы признано на уровне мировых стандартов, причем натуральность продукции – намного выше, так как в продукции даже грибная парфюмерная отдушка (впервые в мире) не синтетическая, а абсолютно натуральная.

Пользуются большой популярностью лечебные кремы – **крем «Веселка»** - подавляет весь спектр патогенных микробов (и даже золотистый стафилококк), патогенные микрогрибки («черный аспергилл», вызывающий сухость и истончение кожи, «ботрикс» - вызывающий угревую сыпь, «кандида», способствующий отечности и покраснению эпидермиса и т.д.) Кроме того, способствует заживлению микроязвочек и противоопухолевой профилактике (препятствует росту папиллом, бородавок, новообразований на коже)

«ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ Ирины Филипповой»

(Фунготерапия – лечение лекарственными грибами)

В Центре Фунготерапии **врачи-фунготерапевты** (онкологи, инфекционисты-паразитологи, эндокринологи, терапевты) проводят консультации по лечению заболеваний лекарственными грибами и травами.

Онкология

- ✓ Профилактика грибными препаратами
- ✓ Реабилитация после операции и химиотерапии (восстановление формулы крови, подъем специфического противоопухолевого иммунитета, снятие риска возникновения метастазов и рецидива опухоли)
- ✓ Обучающие лекции для родственников онкобольных – уход, питание, психотерапия, противоболевая терапия

Паразитология

- ✓ Профилактика глистных инвазий и грибковых (грибы-микроспидии) поражений организма
- ✓ Лечение глистных инвазий
- ✓ Лечение грибковых инфекций (микозы, псориаз, кандидоз и т.д.)

Тестирование

- ✓ Тестирование глистных инвазий по новейшей японской методике сканирования кристаллизованной амилазы (слюны) на 9 видов основных паразитов (аскаридоз,

описторхоз, энтеробиоз, шистосомоз и т.д.). Анализ можно проводить **заочно** – тканевую вставку бактерицидного пластыря провести по поверхности языка и отправить пластырь по адресу: 197022, г. Санкт – Петербург, а/я 720, Центр Фунготерапии И.Филипповой. Ответ придет наложенным платежом. Стоимость – 400 рублей.

Эндокринология

- ✓ Лечение заболеваний **щитовидной железы** природными средствами
- ✓ Лечение **доброкачественных опухолей** любой локализации целебными грибами (авторский метод)

Лечебные массажи

- ✓ Массаж для восстановления **опорно-двигательного аппарата**, для восстановления нормальной жизни при артритах, грыжах, остеохондрозе. Снятие болевого синдрома. Выполняется без масел и кремов. Авторская методика Рейнгарда С.Г.

Гарди-массаж

- ✓ **Баночный массаж** ягодиц – снятие застойных явлений, профилактика заболеваний малого таза, лечение хронических воспалений мочевого пузыря, придатков у женщин и простаты у мужчин.

Тел. в С-Петербурге (812) 972-42-25, 320-66-02, 703-06-44

лиц. № ЛО-78-01-000434

крем «Шиитаке» - обновляет структуру кожи, способствует накоплению коллагена, подавляет ряд микробов, восстанавливает эластичность кожи.

крем «Чага» - для тела. Имеет способность подавлять новообразования на коже, показа при варикозной болезни и капиллярных сеточках, подтягивает и омолаживает кожу.

крем «Лисички» - обеззараживает кожу от патогенных микроорганизмов (не дает развиваться тканевому и ногтевому грибку), растворяет яйца глистов, попадающих на кожу и руки. Кроме того, увлажняет и питает кожу.

крем «Мухомор» - показан при любых суставных заболеваниях и неврологических воспалениях.

Слышал, о том, что вся сельхозпродукция – уже генно – модифицированная. А грибы, которые используют для косметики и БАДов – тоже?

Завьялов А., С-Пб

Это – т о против чего мы выступаем и будем выступать всегда: целебные грибы для лекарств, БАДов и косметики – **должны быть натуральными**. И ни в коей мере не генетически модифицированными. Российская фирма «ООО «Биолюкс» просит сейчас разрешение у Госстандарта размещать на этикетках значок «продукт, свободный от

ГМО». То есть, мы (российские фирмы, занимающиеся биотехнологиями) никогда не использовали и не будем использовать генно-модифицированные грибы.

Но Америка уже запатентовала свой метод биотехнологии генетически модифицированных грибов и активно внедряет их в западные грибные БАДы и косметику.

Методика запатентована университетом штата Пенсильвания, а эксклюзивная лицензия на ее применение принадлежит компании Agariger, соучредителем которой является профессор Ромейн.

Генетически модифицированные грибы можно использовать в качестве биофабрик для производства лекарственных препаратов и других необходимых человеку белков.

«...Ученые университета штата Пенсильвания, работающие под руководством профессора Чарльза Питера Ромейна (Charles Peter Romaine), разработали метод генетического модифицирования шампиньонов (*Agaricus bisporus*), позволяющий использовать эти распространенные и быстрорастущие грибы для промышленного синтеза различных терапевтических белков, в том числе вакцин, моноклональных антител и гормонов, а также ферментов, например, используемой для производства биотоплива целлюлазы.

Филиалы «ЦЕНТРА ФУНГОТЕРАПИИ
Ирины Филипповой» в Украине:

**В Украине работают
официальные представительства
«ЦЕНТРА ФУНГО-
ТЕРАПИИ И. Филипповой»,
в которых вы можете:**

получить полную информацию
по применению
продукции на основе целебных
грибов;

купить или заказать
наложенным платежом продук-
цию и литературу по фунготера-
пии.

г. Киев –
ул. Городецкого, д. 12/3
(044) 278-46-06, 278-08-01
(044) 331-74-44

Открыт новый офис:
ул. Белорусская, 8.
тел. (044) 484-13-54

г. Донецк – +38 (062)345-90-30
Открыт новый офис:
ул. Артема 27, «Грибная аптека»
(066) 754-34-51

печатается на правах
рекламы



Официальный
представитель
«Центра Фунготерапии
И. Филипповой»
в Нижнем Новгороде

В Нижнем Новгороде работает
официальный представитель
"Центра Фунготерапии Ирины
Филипповой»

**Нижегородский
Аюрведический Центр
"Дханвантари»**

В Центре вы можете:

- ✓ получить полную информа-
цию по применению продукции
на основе целебных грибов,
- ✓ купить грибную продукцию
и литературу по фунготерапии.

**г. Н. Новгород,
ул. Б. Печерская, д. 55/9**

(831) 436-14-38
www.ayurveda-nn.ru

печатается на правах рекламы

www.fungocenter.com



АГАРИК
бразильский

- **Онкология** (эффективен в комплексной терапии при поздних стадиях);
- **Геронтология** (тормозит старение организма)

Эффективен при:

- микозах и ногтевых грибка;
- проблемах ЖКТ, печени;
- заболеваниях почек, мочеполовой системы;
- заболеваниях лимфы и крови;
- эпилепсии и энцефалопатии;
- аутоиммунных заболеваниях (РС, СКВ, склеродермия, полиартрит).

(812) 717-17-11, 703-06-44, 740-37-61, 575-57-97
(495) 940-20-13, 941-30-10, 510-49-70, 656-61-76



Уважаемые коллеги!

Центр фунготерапии Ирины Филипповой приглашает Вас принять участие в семинаре «Фунготерапия – опыт и практика» 1, 2 апреля 2010г.

Лекции читают опытные врачи-фунготерапевты и руководитель Центра фунготерапии – Филиппова Ирина Александровна. Открытие семинара состоится 1 апреля в 11-00 в конференц-зале (2-й этаж) Российского творческого союза работников культуры (Санкт-Петербургское отделение), по адресу: ст.М «Чернышевская», ул. Захарьевская, д.17.

Регистрация участников семинара начнется в 10-30.

Об участии в семинаре просим заблаговременно (до 15 марта 2010г) сообщить Оргкомитету.

Пожалуйста, заполните заявку и пришлите:

В конверте по адресу: 197022, Санкт-Петербург, а/я 720, Центр фунготерапии Ирины Филипповой.

По факсу : (812) 703-06-44, 740-37-61.

Или по электронной почте e-mail: office@fungo.ru

Все слушатели обеспечиваются необходимой справочной и учебной литературой.

Стоимость участия в семинаре, с выдачей сертификата – 7000 руб.

Суставные страдания или как помочь суставам?

Увы, проблемы с суставами не обходят ни молодых, ни старых! Раньше жаловались на «ревматизм», теперь говорят об «отложении солей» или «остеохондрозе».

В большинстве случаев речь идет об ОСТЕОАРТРИТЕ, хроническом заболевании суставов с разрушением суставного хряща, с последующими изменениями в костях и развитием вторичного воспаления с нарушением функции суставов.

По статистике им страдает 10-12% взрослого населения. К 50-летнему возрасту - 30% населения, а к 60 годам число больных достигает уже 50%. Часто это заболевание становится причиной инвалидности, а также тяжелых, травматических и дорогостоящих операций.

Перечень предлагаемых препаратов достаточно велик. Определенным компромиссом в лечении заболеваний являются препараты растительного происхождения. **Лекарственные растения и препараты из них обеспечивают на область суставов комплексное воздействие не угнетая функции организма, особенно на фоне длительного приема.**

Сабельник болотный – растение с выраженным обезболивающим и противовоспалительным эффектом. Активно используется медициной для лечения заболеваний суставов. В числе таких артриты, полиартриты, ревматизм, радикулиты и др.

Лопух (репейник) – лекарственное растение с универсальным действием. Применяется корень, как наиболее богатый полезными веществами. В качестве суставного средства наиболее важны его антисептические и мочегонные свойства.

Одуванчик лекарственный его свойства известны давно. Сочетание в нем дренажных и дезинтоксигирующих свойств обеспечивает ему целый ряд ценных лечебных свойств.

Данные растения, применяемые в комплексе, дополняют и усиливают действие друг друга. Лечебный эффект будет развиваться постепенно, но будет иметь постоянный и более безопасный характер, по сравнению с другими лекарственными препаратами.

«А.Л.Пастушенков, к.м.н., доцент каф. фармакологии мед.ф-та СПбГУ».

Саращивайте фитокомплекс «Гепар-СУСТАВ» в магазинах «Грибной аптеки».

Болят ноги?

Гепар
СУСТАВ
- фитокомплекс для
восстановления
подвижности суставов
и позвоночника

продаётся в аптеках



Подобранные в комплекс, травы снимают воспаление, уменьшают боль и отек, растворяют и выводят соли, нормализуют обменные процессы, оказывают противоаллергическое действие.

консультация
341-29-48

ООО «Компания «Гольфстрим» г.Санкт-Петербург, (812) 341-63-83 www.gepar.ru

Грибной огород без проблем и забот!

на правах рекламы



"ГРИБНЫЕ ПАЛОЧКИ"



МИЦЕЛИЙ для выращивания ГРИБОВ

(812) 703-06-44, 717-17-11 www.fungocenter.com, www.fungo.ru

8-800-5555-170

КРУГЛОСУТОЧНО

Звонок по России бесплатный

Цена 1 упаковки
(20 палочек)
320 рублей



Здравствуйте, дорогие ребята! Спасибо, что пришли в гости в мое красочное царство. Наступает весна, на опушках начинает таять снег и бегут веселые, звонкие ручейки. Скоро станут появляться травка и первые цветы, и первыми проснутся после зимней спячки грибы.

И решил я вам поведать один секрет. Этот секрет я расскажу только Вам ребята. А поведаю я о том, кто научил грибы прятаться, а вы попробуйте догадаться, как их нужно искать.

А также Вас ждет увлекательный кроссворд-загадка, который мне предложил зашедший в гости Маленький Эльф. Удачи, всегда ваш, Дед Мухомор.

Белый гриб-боровик,
Одряхлевший лесовик,
Повидал грибных сезонов
Больше, чем седой старик.

И решил в начале лета
Все грибы призвать к
ответу -
Все ли помнят, что
опасность
Наступает ближе к
лету?

Вот собрал он на
полянке,
На запрятанной
делянке,
Перепуганный народ:
"Хватит нам играть в молчанку.

Проведу я мастер - класс,
Беспокоюсь я за вас:
Скоро набегит народу,

Ребята. В этом номере мы предлагаем вам кроссворд от озорного Маленького Эльфа - он решил проверить, хорошо ли вы знаете грибы - ведь уже весна и скоро лето. Отгадаете ли вы его загадки?

Вопросы

- Нет грибов дружной,
чем эти, -
Знают взрослые и дети -
На пеньках растут в лесу,
Как веснушки на носу.
- Ранней весной
Стал под сосной
Паренёк бравый
С головой кудрявой.
- «Назвался ..., полезай в
кузов».
- Вдоль лесных дорожек
Много белых ножек
В шляпках разноцветных,
Издали приметных.
Собирай, не мешкай!
Это ...
- Будто смазанные
маслом,
Мы блестим на солнце
красном.
Как лесные дошколята.
Под сосной растут...
- Золотистые ... -
Очень дружные
сестрички.
Ходят в рыженьких
беретах,
Осень в лес приносят

- летом.
- Есть старуха вредная,
На ней шляпа бледная,
А нога в ботинке,
На чулке пестринки.
Вокруг ворота -
пораспорото;
Кто к ней прикоснётся,
Тот и не проснётся.
Бледная...
 - А вот кто-то важный
На беленькой ножке.
Он с красною шляпкой,
На шляпке горошки.
 - Глубоко был спрятан он,
Раз-два-три - и вышел вон,
И стоит он на виду.
Белый, я тебя найду!
 - Вот так гриб у
дорожки:
Без шляпки, без ножки,
Вроде картошки!
 - Растут на опушке
Рыжие подружки.
А зовут их ...
- Ключевое слово.**
Я в красной шапочке расту
Среди корней осиновых.
Меня увидишь за версту -
Зовусь я - ...

Хвать за шкуру вас - и -квас...

Приступаем сразу к делу -
Надо прятаться умело,
Под листом, травой,
веткой -
Тренируйтесь вместе
смело!"

Тут грибы
засутились,
Бойко прятаться
пустились,
Как учил их старый
гриб -
И с тех пор
приноровились...

Кто пришёл в лес поленился,
Нагибаться не стремится,
Не найдёт он ничего -
Пусть хоть трижды исхитрится...
И придется грибам поклониться.



Кроссворд от Маленького Эльфа

			1						
			2						
3									
		4							
		5							
		6							
		7							
		8							
		9							
10									
11									

Правильный ответ: в задании «Учимся писать» прошлого выпуска (№ 02(58) 2010) вы должны были вписать в клеточки: «ПОДБЕРЕЗОВИК ОБЫКНОВЕННЫЙ».

Просто фантастика!

Я врач в маленьком городке Псковской области. На собственном опыте знаю, как сейчас стало много паразитных инвазий: первое место делят лямблиоз с энтеробиозом, на втором аскаридоз и описторхоз. Сделать ИФА крови (определение по крови) в наших условиях невозможно, анализы на яйца глистов дают положительный ответ только тогда, когда гельминты просто кишат в организме. Вот с такими формами и имеем дело. Понятно, что антипаразитарные лекарства далеко не выход из положения (да их кстати, и купить сложно), ведь они убивают только взрослых паразитов, а ведь в организме еще целые залежи оплодотворенных и неоплодотворенных яиц. Что только не приходится назначать – и лекарства для поднятия иммунитета, печени и т.д. Лечение такое для пациента выходит «в копейку», а действенности немного. Инвазии все равно прогрессируют. Да что рассказывать – все врачи это знают! И все мы ждали, когда же наконец будет средство, которое разорвет этот заколдованный круг. И наконец – читаю о веществе, найденном в лисичках. Ведь это то, что мы давно ждали! Пролечил своих первых пациентов с великолепными результатами, такого я, честно говоря, и не ожидал – из 9 больных энтеробиозом все вышли на ремиссию, и уже в течение года все спокойно. Из 5 больных с описторхозом – то же самое, то есть уже одним курсом «билтрицид + лисички + трутовик + шитаке) вывели и паразитов и их кладки. Организм – чистый! Фантастика!

Иненко П.Р., Псковская обл.

И у кота тоже.

«Как-то я заметила, что у нашего кота под хвостом ползают маленькие беленькие червячки. Понятно, что это острицы, т.е. энтеробиоз. Я его, конечно, пролечила. Но у меня сынишка восьмилетний, который этого кота с рук не спускает. К тому же по ночам он стал скрипеть зубами, аппетит ужасный, вялый уже с осени. Я сразу же его к врачу и на соскоб на энтеробиоз. Все нормально! Врач объясняет, что это авитаминоз. Но я то знаю причину! Послала вам анализ слюны, ответ получила – точно, энтеробиоз и уже в хронической стадии! То же самое и у меня с мужем. Но решила все-таки доказать врачу, что я права. И только на четвертый раз (!) соскоб показал, что у ребенка энтеробиоз. Вот и верь в наши анализы в детской поликлинике... Лечились вашими препаратами и очень успешно. Сейчас ребенок здоровый и веселый. И скрипеть зубами перестал.»

Денцова И.П., С-Пб

Белые пятнышки - подарок от лямбаний

Дочку свою шестилетнюю привела к врачу-гомеопату с жалобами на плохой аппетит и рези в животе. Врач сразу обратила внимание на ногти - там белые пятнышки, про них говорят, что это к подаркам. Оказывается, что это признак лямблиоза. Ваш анализ слюны это подтвердил. Пропили «лисички» в течение месяца и белые пятнышки пропали... Дочка иногда вспоминает, ей нравилось, что это к подаркам. Но лучше таких подарков не иметь.

Сергеева Т.Т., С-пб

магазины
“ГРИБНАЯ АПТЕКА”

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8-800-5555-170

звонок по России
бесплатный

(812) 717-17-11

Невский пр. 180,
ст. М. пл. А. Невского

(812) 575-57-97

ул. Колокольная 3,
ст. М. Достоевская, Владимирская

(812) 368-98-04

ул. Ленсовета, д. 88,
ст. М. Звездная

(812) 273-20-43

ул. Чайковского, д. 51,
ст. М. Чернышевская



(812) 973-57-40

пр. Дачный, д. 2, кор. 2, ст. М. Пр. Ветеранов

отделы

в гомеопат. центре
“ИГНАЦИЯ”

(812) 715-34-65

пр. Стачек, 14, ст. М. Нарвская

в аптеке
Аптека®
ДОКТОР

(812) 715-47-26

пр. Энгельса, 132/1, ст. М. Пр. Просвещения

в гомеопат. центре
“АРНИКА”

- консультации по применению продукции на основе целебных грибов, в т.ч. в ветеринарии;
- литература по популярной фунготерапии.

Справки по телефонам:

(812) 703-06-44, 740-37-61

печатается на правах рекламы

Официальный представитель
Центра Фунготерапии И. Филипповой в ЭСТОНИИ

В г. Нарве работает официальный представитель “Центра Фунготерапии И. Филипповой”

РЫМАР Григорий Сергеевич.

Вы можете:

- ✓ получить информацию по применению нашей продукции;
- ✓ купить грибную продукцию и литературу по фунготерапии (или заказать пересылку по почте в другие страны, не имеющие наших официальных представителей);
- ✓ заключить договор на оптовую или розничную продажу продукции в Эстонии и странах Прибалтики.

(372) 55-916-627, (37235) 482-49

г. Нарва, Эстония

e-mail: rymar_narva@mail.ru



на правах рекламы

«ФУНГ ШАРИК»



Бесплатные консультации по ветеринарии

можно получить:

- ✓ По горячей телефонной линии:
(812) 973-57-50
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр фунготерапии И. Филипповой»
- ✓ по эл. почте: sharik@fungo.ru

На любые вопросы о здоровье ваших питомцев ответит – кандидат ветеринарных наук, фунготерапевт Юшкевич Татьяна Владимировна.



Этот выпуск мы решили посвятить большей частью постным рецептам. Хотя Пасха тоже скоро... Поэтому для пасхального стола мы пока предложим один рецепт - изготовление "пасхальных заливных яиц".

Сейчас очень важно разнообразить и сделать вкусным, питательным постный стол. Ведь только для непостященного Великий пост - гастрономическое наказание. А ведь многие оздоровительные методики выстроены на вековом церковном опыте. Но для каждого мера поста своя... И так, "печалимся" и "радуемся" вместе с Грибной Харчевней.

(Рецепты прислали наши постоянные читательницы из г. Иркутска Галинтенко В. и Бажанова Е.)

РАФАЭЛЛО ИЗ РИСА И ГРИБОВ

1. Сварите крупу так, чтобы получилась каша-размазня (влейте при варке побольше воды, тогда рис лучше разварится). Остудите кашу.

2. Поджарьте отдельно на растительном масле мелко нарезанные грибы и лук, добавьте в остывший рис, тщательно перемешайте.

3. Добавьте соль и перец - по вкусу. Поставьте на полчаса в холодильник, чтобы масса немного отвердела.

4. Откройте маленькую баночку маслин без косточек, слейте рассол. Чайной ложечкой берите рисово-грибную массу, окутывайте ею маслину и обваливайте в натертом на средней терке "крабовом" мясе (чтобы масса не прилипала к рукам, руки можно чуть смазать растительным маслом).



5. Сложенные горкой рафаэлло держите в холодильнике пару часов перед подачей на стол. Украсьте зеленью и маслинами. Для более строгого поста, можно обваливать "рафаэлки" не в "крабах", а в мелко порубленной зелени.

Понадобится:

½ ст. круглого риса;
грибы свежие или консервированные;
лук;
маслины без косточек;
крабовое мясо;
зелень;
соль;
перец.

РУЛЕТКИ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С ОРЕХАМИ

1. Баклажаны порезать вдоль на длинные пласты, посолить, пригнести, когда выделится сок, слить его. Обжарить с двух сторон на растительном масле.

2. Сделать ореховый соус: орехи 2-3 раза пропустить через мясорубку, лук очень мелко нашинковать и обжарить до мягкости. Чеснок измельчить.

3. Мелко порезать грибы, обжарить на растительном масле. Все смешать: грибы, молотые орехи, лук, чеснок, мелко порезанную петрушку, хмели-сунели, уксус, соль, перец, добавить немного воды или овощного бульона. Специи добавляются по вкусу.

4. Пласты баклажанов намазать слоем орехового соуса и свернуть рулетом. Заколоть деревянной шпажкой. Дать пару часов настояться.

Понадобится:

баклажаны 2-3 шт.,
грецкие орехи - ½ ст.,
грибы свежие - 200 г;
лук - 1 шт.,
чеснок - 1-2 зубчика,
петрушка,
1-2 ст.л. уксуса,
хмели-сунели,
соль, перец.



САЛАТ ГРИБНОЙ "ЭКСПРОМТ"

1. Горох замочить на ночь, а утром сварить до мягкости в подсоленной воде.

2. Перец порезать соломкой, лук - полукольцами, смешать все с горохом и порезанными пополам маслинами.

3. Нарезать мелко зелень укропа, базилика,



петрушки или другую - всего по чуть-чуть.

4. Отдельно в тарелочку налить масло, лимонный сок, выдавить туда чеснок, посолить, поперчить, все перемешать и заправить салат.

5. Поставить салат в холодильник для настаивания.

Примечание: в этом салате шампиньоны должны быть свежими и СЫРЫМИ (можно на 1 минуту окунуть их в кипяток, а затем быстро охладить).

Понадобится:

200 г сырых шампиньонов;
150 г желтого гороха;
горсть маслин;
1 луковичка;
1 болг. перец;
2 зубчика чеснока;
базилик, петрушка, укроп и др.;
2 ст.л. оливкового масла;
2-3 ст.л. лимонного сока;
соль;
перец.

ВАРЕНИКИ С ГРИБАМИ И КАПУСТОЙ

1. Очищенные и промытые грибы отварите и нарежьте мелкими кубиками.

2. Капусту порубите, обжарьте на части масла, смешайте с поджаренным рубленным луком, солью, грибами.

3. Замесите тесто, тонко его раскатайте, вырежьте лепешки, в центр которых положите начинку, и защипните края.

4. Отварите вареники в подсоленной воде и подавайте с растительным маслом.



Понадобится:

мука пшеничная - 3 ст.;
вода - 1 ст.;
масло растит. 5-6 ст. л.;
капуста белокочан. - 300 г;
грибы - 150 г;
лук репчатый - 1 шт.;
соль по вкусу.

Понадобится:

½ курицы;
200 г шампиньонов
свежих или консерв.;
½ морковки;
зеленый горошек;
желатин 10 г;
соль, перец;
1 луковичка;
скорлупа из-под яиц.

ЯЙЦА ЗАЛИВНЫЕ С ГРИБАМИ И КУРИЦЕЙ

1. Для подготовки скорлупы сделайте отверстие с острого края, удалите содержимое, яйца промойте и просушите.

2. Из курицы сварите бульон так, чтобы в конечном счете у вас получилось 1-2 ст. насыщенного куриного бульона. В него при варке добавьте морковь, луковичку и все необходимые специи. Затем морковь вытащите, нарежьте кубиками, куриное мясо измельчите.

3. Грибы порежьте пластиками и отварите до готовности (если свежие, а не консервированные). Воду слейте.

4. Желатин замочите на 40 минут, растопите на бане и влейте в бульон, затем бульон доведите до кипения.

5. В каждое яйцо положите немного куриного мяса, грибы, морковь, горошек, залейте бульоном с желе, дайте остыть и поставьте на ночь в холодильник. Подавать на листьях салата. Если вы хотите получить разноцветные яйца, в бульон можно добавить свекольный или морковный сок.



Уважаемые читатели, не используйте в пищу неизвестные грибы, это опасно для здоровья!

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungo.ru, www.fungo.ru. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180, кв. 25, редакция газеты «Грибная Аптека». Подписной индекс 19320 по каталогу РОСПЕЧАТЬ.

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Фадиной Т.И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 25.12.2009 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-0650

