



№ 06 (062)  
2010 г.

Вестник  
фунготерапии

АПТЕКА

### Намучилась...

Намучилась с ребенком: нашли энтеробиоз, в садик ходить нельзя. Пролечились по назначению педиатра, второй анализ – опять тоже самое. Повторили курс несколько раз, и все безуспешно, анализы остались плохими. Сидели дома три месяца, пока знакомый врач не посоветовал лисички. После двух недель приема лисичек – анализы в норме! Наконец-то разрешили идти в садик.

*Иванькова Е., г. Москва*

### Спорт и кордицепс

Сын занимается спортом. Каждый день после учебы идем на тренировки, и до позднего вечера. Со здоровьем никогда проблем не было. А в марте подкосила простуда, вылечили быстро. Сын опять на тренировки, а результаты хуже стали. Прошли соревнования, занял третье место, а раньше не ниже второго. Доктор посоветовала купить что-нибудь для поднятия иммунитета, попробовали гриб кордицепс. И действительно, спустя месяц и в спорте результаты улучшились, и успеваемость повысилась. Помог кордицепс! Теперь хотим попробовать болетус, слышали что в нем много витаминов и микроэлементов, необходимых спортсменам.

*Каснова Т., г. Екатеринбург.*

- **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:  
*Лисички*



*Cantharellis cibarius*

- **Консультация ТРАВНИКА: Артишок - цветок-овощ**
- **ФУНГОШАРИК: Скорая помощь от природы**
- **Грибные специи**

- **Грибная ХАРЧЕВНЯ: лисички**

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





## Июнь

Можно сказать то, что весенние страсти по экзотическим сумчатым грибам – сморчкам – как-то сами собой поутихли, а наступившее вдруг лето как-то еще не позволило осознать себя состоявшимся, а времени стало еще меньше, и тот же сад

требует всё больше ухода – сныть уже по плечо, молодые борщевики под силу лишь топорю.

В саду, под пологом цветущей сныти, обнаружилась дружная семья луговых опят – все как на подбор насквозь червивые, смалу до велика. Но уже радуется – первые луговые опята. Хотя слой уже поймать не удалось.

С большим удовольствием обнаружил оранжевые наплывы трутовика серно-желтого. Но ножом полосовать такого красавца не захотелось – небольшой еще. Приду за ним в конце августа, когда подрастет. Уверен, что вряд ли кто-то польстится на него даже из опытных грибников. Не умеют у нас в Питере готовить грибное блюдо из этого гриба-великана. Не умеют и не любят. А зря. На полосочки разрезать, в тесте обвалить, во фритюре пожарить, а потом в сметанке потомить. Красота. И вкуснота.

Но не за этим я отправился в лесочек под моей дачей в Никольском в первых числах июня. А за первыми подберезовиками. Гроза прошла вечером, и очень опять запарило после нее, а это значит, что к вечеру грибной туман опустится. Опустился. Ищу подберезовики. Чутье грибника меня еще не подводило. И вот – он, красавец. Первый. Июньский. Правда, первый и единственный. Больше – ни одного. Но мне и одного хватит. Для открытия настоящего грибного сезона. Так что с почином, грибники!

А у фунготерапевтов грибной сезон уже давно открыт – в марте на трутовики охота, в апреле – на чагу, май – сморчки и строчки. Наготовили – много, от души. Чтобы всем хватило, и россиянам и иностранцам, тоже не оставляющих без внимания наши отечественные грибные препараты.

А еще хорошая новость у Центра Фунготерапии – в конце мая в Государственной Думе прошла выставка российских технологий в помощь садоводам. Центр представил свое изобретение – мицелий грибов, приживленный на палочки. Теперь засев грибов прост и надежен – найти пенек, просверлить дырочку и сунуть туда грибную палочку. И все. Осталось только ждать урожая. Вот депутаты и удивлялись, рассматривая упаковки мицелия со спичечный коробок – как этого коробочка хватает, чтобы засеять грибами целый участок? Очень радовался и «главный садовод страны» депутат ГД Захарьяшев Василий Иванович: «Вот же подарок нашим садоводам-пенсионерам!! И ноги не надо бить, по лесу на рассвете блуждая в поисках случайных грибов. Просто вышел в сад к своему «грибному пеньку» – и вот тебе опята, или вешенки, или даже шиитаке и на жаренку, и в грибной суп».

Этот мицелий «грибные палочки» – российское ноу-хау было удостоено высшей награды – золотой медали Государственной Думы и диплома «За инновационные разработки в области сельского хозяйства». Поздравляем Центр Фунготерапии от всей души.

И напоминаем о подписке. Заканчивается скоро полугодие. Не забудьте подписаться на второе полугодие 2010 года.

С началом грибного сезона!!!

Главный редактор Коротков Игорь

Прочитала в одном из журналов, что есть в тропических лесах растут грибы, напоминающие по форме цветы. Растут ли в России такие чудо-грибы?

Грибов-цветов много в тропических лесах. Там встречаются грибы, по форме и по расцветке представляющие собой поистине уникальные создания природы. Гриб из Индии, напоминающий бокал, ярко-красный с многочисленными шупальцами гриб с острова Ява, чудо-гриб – диктиафор колокольчатый из тропических лесов Южной Америки. Этот гриб вырастает в течение двух часов, затем выбрасывает из-под шляпки ажурное покрывало, обволакивающее белоснежную ножку. К вечеру это покрывало начинает светиться зеленоватым светом. Местные жители дали грибу романтическое название – «дама под вуалью».

И самый «дикий» гриб – цветохвостник Арчера (*Anthurus archeri*).

В первой половине сентября в лесах Франции, Швейцарии и Германии появляется совершенно необычный по форме гриб, напоминающий морскую звезду, неведомым образом очутившуюся на суше и раскинувшую свои пурпурные, испещрённые зловещными черными бородавками мясистые лучи среди травы или жухлых листьев. О приближении к этому грибу узнаешь заранее, даже не видя его, по исходящему от него жуткому зловонию.

Родина удивительного гриба – далёкая Австралия. В Европе он впервые появился в 20-х годах прошлого века. Полагают, что споры этого гриба были либо занесены австралийскими солдатами, участвовавшими в годы Первой мировой войны в военных действиях на территории Франции, либо завезены с овечьей шерстью, импортировавшейся из Австралии. Как бы то ни было, пришелец прекрасно прижился на своей новой родине и постепенно, преодолевая национальные границы, продвигается всё дальше и дальше на восток. Не знаю, добрался ли он уже до границ России, но русское название у него есть, причём весьма благозвучное – цветохвостник Арчера (*Anthurus archeri*).

В лесах России много необычных грибов, по форме напоминающих караловидные кустики (например, ежовик коралловидный, который занесен в Красную книгу). Или гриб-звездочик – съедобный, но сложноперевариваемый гриб.







# ЛИСИЧКИ

Удивительные грибы – лисички! В густом сумраке леса вдруг обнаруживаешь у себя под ногами природное светящееся чудо лимонно-желтого или оранжево-желтого цвета, которое ну никак не вяжется с окружающей обстановкой. Растет в течение всего лета и осени в березовых, хвойных и смешанных лесах в увлажненных местах. Среди летних грибов является едва ли не самой ранней гостьей. Пройдут первые теплые дожди, по-летнему потеплеют ночи – и скоро в лесу можно искать лисички. Лисичка гриб который знают все – его легко отличить от других грибов. Он хорошо известен каждому грибнику. Его ярко-желтую шляпку нельзя не заметить.

Молоденькие лисички в самом начале выхода в свет похожи на орешки, причем не простые, а «золотые». Бугорки, оспинки на поверхности – как у золотых самородков. Спустя несколько дней «орешки» превращаются в чашечки-цветы – в «колокольчики». И у каждого гриба свои неповторимые извивы складок и сборок, свои особенные разветвления округлых, тупых ребрышек, идущих почти от самого заостренного корешка. И со временем лисички не тускнеют, не боятся червей! – они всегда крепкие, желтые...

Лисичка – один из самых полезных грибов средней полосы России, однако в кулинарии он относится к третьей категории, потому что усваивается не так хорошо, как, скажем, белый гриб. Лисичка содержит большое количество витамина А, В, РР, множество аминокислот и микроэлементов (меди и цинка), что способствует улучшению зрения, излечиванию от «куриной слепоты», а также является профилактикой многих глазных заболеваний. Кроме того, вещества, содержащиеся в лисичках, улучшают состояние слизистых оболочек, особенно глаз, способствуют выделению достаточного количества влаги, что повышает их устойчивость к инфекционным заболеваниям. Таким свойством лисички

*Лисички... Огоньками желтые мазки,  
Расплескались в зелени жарки.  
Вот взлетят, как гудо – мотыльки,  
Не поймёшь, грибы или цветки.  
В сарафанах с рыжей бахромой  
Набегут, так целую гурьбой.  
В чаще золотые бубенцы,  
Солнечного августа гонцы.*

обладают потому, что в них содержатся антибиотические вещества, благодаря которым лисички способны задерживать рост даже туберкулезной палочки.

Целебные свойства лисичек очень специфичны – именно этими свойствами и обусловлена их удивительно чистая мякоть – без червоточин и личинок. А все потому, что в спорах и мякоти этого гриба имеется уникальное вещество – хиноманноза, которое не переносят гельминты всех видов. Одно из действующих веществ в лисичках – хиноманноза. Это вещество абсолютно натуральное, которое не вызывает и не может вызвать побочных действий. Действие хиноманнозы принципиально отличается от синтетических антигельминтных лекарств: оно не отравляет гельминтов, а внедряется в слизистую

покрова и вызывает блокировку нервных центров гельминтов, в результате чего нет никакого поражающего эффекта жизненно важных органов человека. В отличие от антигельминтных препаратов, хиноманноза перфорирует, то есть частично растворяет оболочки яиц глистов, тем самым уничтожает их многочисленные кладки. Хиноманноза – вещество термочувствительное, тепловую обработку не переносит – разрушается уже после нагревания до 60 градусов. При холодной засолке натриевая соль её разрушает, вот и получается, что пользы никакой и не видно, хоть тонну съешь. Однако, российские биотехнологи придумали способ, при котором полезные вещества полностью сохраняются. Другое активное вещество лисички – эргостерол, который эффективно воздействует на ферменты печени. Сейчас на Западе чистый эргостерол применяют для очищения

печени. И наконец, последние исследования показали, что траметонолиновая кислота, обнаруженная в лисичках, успешно воздействует на вирус гепатита.

Все грибники рады найти лисичку, старательно извлекая из лесной подстилки даже самые крохотные грибки. А дома гурманы могут воспользоваться рецептом оригинального блюда из лисичек «салат по-немецки». Вкус лисичек слегка отдает перцем, а запах – кардамоном. За это их очень ценят в Германии. Вареные лисички крошат лапшой, приправляют подсолнечным маслом, толчеными сухарями, лимонной коркой – и кушанье готово!

Удачи грибникам!





# ТРИХОЛОГИЯ



Так уж получается, что к врачу наши сограждане торопятся, когда проблема заходит слишком далеко и требуется приложить немало усилий, чтобы с ней справиться. А ведь возникает она не вдруг.

Сухость, ломкость волос, перхоть пациенты часто воспринимают как досадную неприятность и долго пытаются справиться с ней самостоятельно – покупают маски, меняют шампуни, используют настои трав. Но эти меры хороши в качестве профилактики, а когда уже изменилась структура волос, следует все же обращаться к врачу.

Легкие косметические недостатки могут быть сигналом, предупреждающим о серьезной проблеме. Ведь наши волосы – своеобразное зеркало состояния всего организма, и от него зависит их здоровье и внешний вид.

Почему же необходимо обратиться за консультацией к врачу-трихологу, если вы столкнулись с проблемой выпадения волос? Во-первых, трихолог (специалист по лечению волос и уходу за ними) поможет установить истинную причину выпадения волос, что является залогом эффективного лечения. Во-вторых, врач-трихолог безошибочно определит тип ваших волос и тип кожи Вашей головы, что в будущем поможет вам правильно выбирать любые средства по уходу за волосами.

Известно, что развитию заболеваний волос и кожи головы могут служить как внешние, так и внутренние причины. Давайте рассмотрим основные причины выпадения волос:

## 1. Неправильное питание

Для нормального роста волоса волосяные фолликулы нуждаются в сбалансированном наличии питательных веществ, в противном случае фолликулы погибают и волос выпадает раньше времени. Сегодня существует огромное количество диет, которые провоцируют недостаток витаминов (B5, B6, PP, C) и микроэлементов (цинк, магний, кальций, фосфор, железо), что очень плохо сказывается на состоянии корневой волос.

## 2. Нехватка в организме железа

У женщин нехватка железа в организме встречается чаще, чем у мужчин, по причине естественной ежемесячной кровопотери во время критических дней.

## 3. Стресс

Здоровье волос напрямую связано с нормальным эмоциональным состоянием. Именно стресс является наиболее частой причиной выпадения волос. Во-первых, во

В современной медицине существует раздел – трихология, основная задача которой состоит в лечении волос и кожи головы. Трихологи имеют отношение не только к дерматокосметологии, но и к иммунологии с эндокринологией, т.к. не редко проблемы волос – это проявление других нарушений в организме. Выпадение волос – наиболее частая причина обращения к трихологу.

время стресса изменяется гормональный фон, что выводит из колеи весь организм и иммунную систему в целом, а это не может не отразиться на здоровье ваших волос. Во-вторых, сосуды кожи головы особенно остро реагируют на сильные стрессы, и, если постоянно держать их в напряжении, они сужаются настолько, что выпадение волос принимает хронический характер.

## 4. Интенсивное механическое и химическое воздействие

Постоянные завивки, горячие укладки, покраски, бигуди, папильотки, высушивание феном и многое другое – всё это неотъемлемые атрибуты практически ежедневного ухода современной женщины за своей внешностью, но отнюдь не забота о здоровье волос. Помните о том, что вашим волосам отдых необходим также как и вам.

## 5. Инфекционные и хронические заболевания кожи головы

Такие заболевания как себорея, себорейный дерматит и т.п. повреждают структуру волоса и его корня, негативно воздействуют на баланс кожи головы. Выпадение волос в таких случаях является закономерным следствием и требует немедленного вмешательства врача-трихолога и дерматолога.

## 6. Заболевание внутренних органов

Заболевания щитовидной железы, железодефицитная анемия, сахарный диабет, гепатопатия и др. болезни также могут являться непосредственной причиной выпадения волос.

## 7. Беременность

В этом случае выпадение волос возможно как во время





беременности, так и после родов (чаще происходит послеродовое выпадение волос). Связано это с изменением гормонального фона, а также с отдачей витаминов и микроэлементов организма матери на развитие плода.

### 8. Общий наркоз

Выпадение волос после оперативного вмешательства под общим наркозом обусловлено многими медицинскими причинами, немалую роль в этом случае играет тот факт, что общий наркоз – это серьезный стресс для всего организма.

### 9. Гормональные нарушения

Выпадение волос может быть связано как с принятием каких-либо гормональных препаратов, в т.ч. и противозачаточных, так и с естественными гормональными изменениями в организме (чаще у женщин). Так, например, выпадение волос достаточно частое явление у женщин в период менопаузы. В этом случае лечение (гормонотерапия) проводится под строгим контролем врача-трихолога.

### 10. Андрогенетическая алопеция

Эта форма выпадения волос передаётся по наследству.

### 11. Облучение или химиотерапия

Воздействие рентгеновских лучей может привести к полной временной потере волос.

Лечение выпадения волос начинается со всестороннего обследования пациента, чтобы, во-первых, исключить (или подтвердить) серьезные системные заболевания или проблемы желудочно-кишечного тракта, при которых не усваиваются необходимые организму вещества.

Затем с помощью специального прибора – трихоскопа – исследуется состояние кожи головы, корней и стержней

волос, соотношение волос, находящихся в фазе роста и в фазе покоя.

По необходимости назначаются лабораторные исследования. В зависимости от установленного диагноза трихолог назначает необходимую терапию. Лазерная расческа не только поможет вернуть блеск и жизненную силу волосам, но и справится с проблемой выпадения. Лазерное излучение воздействует на волосяные луковицы, активизирует их жизнедеятельность.

Стоит отметить, что в условиях современной экологии и ритма жизни получить все необходимые витамины и минералы только из продуктов питания очень сложно. Поэтому иногда необходимо пропить комплекс витаминов и минералов, но не беспорядочно, а спланированным курсом, предварительно проконсультировавшись с трихологом или врачом-фунготерапевтом, т.к. навскидку определить, каких именно витаминов и микроэлементов не хватает в вашем организме практически невозможно.

Как правило лечение выпадения волос (алопеции) – длительный процесс и занимает от двух месяцев до пяти лет, поскольку зависит от естественного цикла роста волос. В отдельных случаях наблюдение трихолога ведется всю жизнь. Зато в большинстве случаев «волосопад» останавливается и облысение перестает быть страшной угрозой.

**Никакая проблема не может быть слишком малой, чтобы не уделить ей внимание!**

**Никакая проблема не может быть слишком большой, чтобы за нее не браться!**

**Желаем вам здоровья и будем рады видеть вас в нашем Центре.**

**Врач-эндокринолог, трихолог – Веденева Людмила Федоровна**



ЦЕНТР  
ФУНГОТЕРАПИИ  
Ирины Филипповой

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

#### Паразитология

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

#### Эндокринология

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

**NEW** Трихология - лечение волос и кожи головы

Не редко проблемы волос – это проявление других нарушений в организме. Лечение выпадения волос начинается с всестороннего обследования пациента. Затем с помощью специального прибора – трихоскопа – исследуется состояние кожи головы, корней и стержней волос, соотношение волос, находящихся в фазе роста и в фазе покоя. По необходимости назначаются лабораторные исследования. В зависимости от установленного диагноза трихолог назначает необходимую терапию.

#### Тестирование

- Тестирование глистных инвазий по новейшей японской методике сканирования кристаллизованной амилазы (слюны) на 9 видов основных паразитов (аскаридоз, описторхоз, энтеробиоз, шестосомоз и т. д.)

NEW

#### Гемосканирование

- Исследование «живой» крови в присутствии пациента позволяет наблюдать в каком состоянии находятся форменные элементы: эритроциты – их форма, подвижность, состояние тромбоцитов, лимфо- и лейкоцитов, плазма крови, наличие в ней кристаллов холестерина, солей мочевой и ортофосфорной кислот; наличие бактериальной, грибковой, дрожжевой флоры и личинок гельминтов. С помощью гемосканирования мы можем судить об активности иммунной системы и способности организма к самовосстановлению.

#### 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 Санкт-Петербурге:  
**(812) 972-42-25, 320-66-02, 703-06-44**

Лиц. № ЛО-78-01-000434

**ГРИБНАЯ**  АПТЕКА

№ 06(62) 2010 г.





## Артишок - *Cynara scolymus* L ЦВЕТКО-ОВОЩ

Сочное цветоложе и утолщенные части чешуек бутонов, и являющиеся, собственно, объектом пристрастия гурманов, впечатляют богатством своего состава: цветоложе содержит белки, углеводы, каротин, инулин, витамины В1, В2, С, минеральные соли, много калия и железа; в листьях найдены вещества цинарозоид, цинарин, а также

кофейная, хлорогеновая и другие полезные кислоты.

Артишок активизирует деятельность кишечника и полезен при лечении запоров, поскольку способствует усилению перистальтики кишечника. Выводит из организма токсины, соли тяжелых металлов, радионуклиды. Воздействуя на печень, он стимулирует выведение продуктов жизнедеятельности организма из ее тканей, а также оказывает мочегонное действие и ускоряет вывод из него избыточной жидкости и солей.

*Растения щедро рассеяны по земле, подобно звездам на небе, но звезды далеко, а растения у ног моих.*

*Ж.Ж. Руссо*

Согласно эгейской легенде, жила-была прекрасная молодая девушка по имени Кинара. Она жила на острове, и однажды Зевс, будучи в гостях у своего брата Посейдона, увидел ее и полюбил. Он был настолько очарован красотой девушки, что предложил ей стать богиней и жить с ним на Олимпе. Кинара согласилась, но вскоре затосковала по дому. Однажды, тайком от Зевса, она ушла навестить родных. Разгневанный Зевс наказал ее, превратив в растение под названием артишок.

Артишок, или кинара, был известен человечеству на протяжении веков.

Первооткрывателями этого растения по праву считаются египтяне. Именно они впервые отметили благотворное влияние артишока на пищеварение, его использовали как средство, очищающее организм. В эпоху Возрождения и в Средние века, артишок стали широко применять как желчегонное, противоревматическое и мочегонное средство. Впервые была отмечена высокая эффективность листьев артишока при лечении желтухи в 17 в. монахом Александром Николосом. Древние греки и римляне рассматривали артишок как сильный афродизиак. Ему приписывали свойства, способствующее рождению мальчиков. Во Франции из-за эротической репутации артишока, его запрещали есть женщинам.

Впервые описание растения было сделано в III веке учеником Арис-



тотеля Теофрастом. Уже в IV веке артишок был известен как продукт питания и лекарственное средство.

*«Не удивительно, что цветочная верхушка этого растения стала чрезвычайно любимым яством римлян, потому что они уже знали, что она приводит в движение пищеварительные соки. Но по тем временам это еще редкое культовое растение было пищей королевской знати и воспевалось римскими писателями в исключительно превосходной степени».*

*Майр и Фрелих*

После падения Рима культивирование артишока было прекращено, но в 15-16 вв. он обрел «вторую жизнь», его стали повсеместно выращивать в Италии, где он получил название «осиновая шишка». С этого времени началось его путешествие по Европе – Франция, Канада, США. В Россию артишок попал из Голландии в 18 в. По приказу Петра I его начали выращивать в Летнем саду, но долгое время он оставался деликатесом для высших слоев общества.

Артишок полевой, или кинара, – это многолетнее травянистое растение семейства сложноцветковых, распространено в Средиземноморье. Артишок полевой, или настоящий, в диком виде не встречается. Он происходит от артишока испанского, или кардона. Эти виды артишока выращиваются в качестве овощной культуры в европейских странах с теплым климатом, в наше время, распространены на Кавказе и в Крыму.

Артишок – теплолюбивое растение, но выдерживает небольшие перепады температур.

Внешне он представляет собой нераспустившуюся почку, состоящую из крупных мясистых чешуй.

У артишока длинный стержневой зимующий корень, слабо-ветвистый стебель высотой до 1,5-2 м. Весной из корня появляется роскошная розетка серебристо-зеленых листьев, иногда с колокольчиками. Затем из центра выбрасывается цветочное, несущее изумительное по красоте, голубое соцветие в виде корзиночки. Мясистая часть этого соцветия употребляется в пищу. Корзинки артишока обладают утонченным изысканным вкусом и пользуются большой популярностью среди широких слоев населения за рубежом





**РЕЦЕПТЫ**  
применения

# Р АРТИШОКА

В Англии, Франции, Италии их едят совсем молодыми, когда сердцевина еще не сформировалась. Собирают соцветия до начала цветения, когда цветоложе и чешуйки наиболее мясистые. Распустившаяся корзинка в пищу не пригодна. Корзинки артишока по вкусу напоминают незрелый грецкий орех. Они содержат в своем составе большое количество белка, полисахарид инулин, витамин группы В, С, рутин, провитамин А. В донцах головок и в наружных листочках содержатся ароматические вещества, которые придают артишоку приятный вкус и способствуют пищеварению, являясь ценным диетическим продуктом у лиц, страдающих ожирением и сахарным диабетом.

В медицинской практике с лечебной целью используются листья артишока. Горькое вещество цинарин накапливается в листьях незадолго до цветения и во время созревания плодов. Кроме горечи, в листьях содержатся биофлавоноиды, кумарины, многочисленные ферменты, органические кислоты. Длительное время листья артишока использовались врачевателями различных стран как горечь преимущественно желчегонного действия.

Многостороннее действие артишока проявилось только благодаря современным экспериментным и клиническим исследованиям как в России, так и за рубежом.

Поэтому в настоящее время артишок рассматривается как растение, обладающее желчегонным, гиполипидемическим, антиоксидантным, спазмолитическим, мочегонным и послабляющим действием.

Одним из наиболее изученных действующих веществ полевого артишока является цинароникрил и цинарин, а также флавоноид лютеолин – это основной комплекс биологически активных веществ не только обладает холеретическим действием, но и снижает уровень холестерина и жирных кислот, оказывает гена-

топротекторное действие, стимулирует процесс репарации в печени (Р.Ф. Войс, 2004г.)

– За счет повышенного содержания калия, органических кислот, биофлавоноидов, препараты артишока способствуют выведению жидкости из организма, мочевой кислоты, улучшают функциональное состояние почек при хронической почечной недостаточности;

– Большое количество ферментов, содержащееся в растении, горечи уменьшают диспептические проявления: замедленное пищеварение, вздутие, тошноту, запоры, стимулирует аппетит.

– В листьях артишока содержится кофеилхинное вещество, которое используется в народной медицине как средство, активизирующее мозговое кровообращение.

**Народная медицина рекомендует использовать препараты из листьев артишока в виде:**

– **настоя:** 40 г сушеных листьев залить 1л. кипятка, настоять 10 минут, процедить, пить по 100 мл. 3 раза в день до еды для улучшения пищеварения и нормализации обмена веществ.

– **водно-спиртовой экстракт:** 250г листьев залить 1л водки, настоять 10 дней, пить по 40 кап. 3 раза в день.

– официальная медицина в настоящее время широко использует препараты на основе экстрактов листьев артишока в виде таблеток, капсул, жидкого экстракта.

### Побочные эффекты

Следует с осторожностью принимать лицам с желчекаменной болезнью, при обострении язвенной болезни и хронического колита. Противопоказан при кормлении грудью, т.к. тормозит образование молока.

### Кулинарные рецепты

#### Артишоки отварные.

Срезать стебель у самого основания корзинки, удалить сердцевину. Залить артишок горячей водой, посолить, варить в течении 10-15 минут. Подавать на стол, полив растопленным маслом с сухарями и яично-масляным соусом.

#### Салат из артишоков, помидор и яблок.

**Ингредиенты:** доньшки артишоков 200 гр, 1 яблоко, 1 помидор шт. сок лимона, растительное масло.

Отварить артишоки, смешать с нарезанными помидорами и яблоками, поперчить, посолить, заправить лимонным соком и маслом.

#### Горячая паста из артишока с сыром.

**Ингредиенты:** почки артишока 400 г, тертый твердый сыр 250 г, 1ст.л. майонеза,

зубок чеснока, тертая лимонная цедра.

Взбить в миксере почки артишока, майонез, чеснок и лимонную цедру, выложить на блюдо, запечь в духовке с твердым сыром. Подавать пасту на стол со свежим хлебом.

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.



## Грибы-хищники КОРДИЦЕПС

Кроме съедобных и несъедобных грибов обычной и необычной формы, в почве обитает множество таких грибов, которые не образуют плодовых тел, как шляпочные, но имеют большое значение в природе, так как являются своеобразными санитарами. Они способствуют разрушению (минерализации) различных растительных остатков и освобождению почвы от отмерших растений. Среди почвенных обитателей есть особая группа хищных грибов.

Название «хищный», примененное к такому неподвижному организму, как гриб, может вызывать некоторое недоумение. Обычно с понятием «хищный» связано представление об осторожном подкарауливании, а затем нападении хищника на свою жертву.

Хищность грибов проявляется несколько иначе. У хищных грибов есть специальные приспособления – ловушки на грибнице, в которые попадает жертва сама. Грибу остается только крепче ее сжать – и жертва погибла.

Для каких же организмов опасен хищный гриб? Его жертвами оказываются нематоды – очень мелкие круглые черви (не более 1-2 мм длиной). Нематоды являются наиболее распространенными и опасными паразитами человека, животных и растений. У человека один из видов нематоды вызывает анкилостомоз – тяжелое заболевание, при котором паразиты поселяются в двенадцатиперстной кишке.

Многие виды нематод являются злостными паразитами картофеля, свеклы, томатов и других растений. Поэтому в борьбе с нематодами хищные грибы являются союзниками человека.

Как же устроено тело хищных грибов? Они, как и многие другие грибы, имеют хорошо развитый мицелий, но гифы образуют много жество мелких петель, располо женных под прямым углом одна к другой. Петли чрезвычайно клейки, так как

их клетки выделяют вязкую жидкость.

Если передвигающаяся в почве нематода случайно попадет в одну из петель, она сразу же приклеивается, как муха к липкой бумаге. Нематода начинает энергично бороться, стараясь освободиться. В результате, как правило, попадает в другую петлю и приклеивается еще больше. Часа через два ее движения замедляются, затем прекращаются.

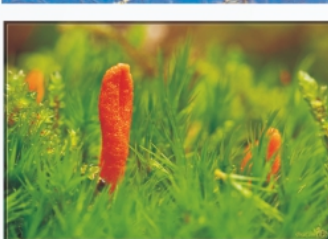
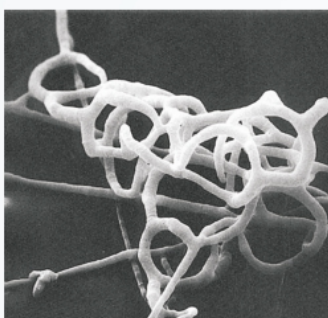
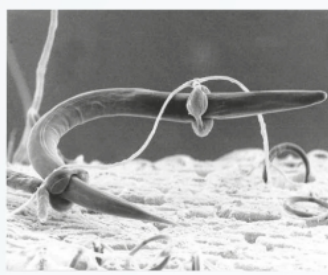
Поймав нематоду, гриб должен ее «съесть». Это совсем просто. От петли по направлению к нематоду отходит очень тоненький росточек, внедряется в нее и быстро там разрастается, образуя новые гифы, которые заполняют все тело нематоды. Под действием особых веществ, выделяемых грибом, нематода разрушается. Продукты ее разложения всасываются грибом. Весь процесс протекает примерно в течение 24 часов, и в конце от нематоды остается одна кожица. Содержимое из гиф в теле нематоды переливается обратно в основное тело гриба. Опустевшие гифы и остатки нематоды разрушаются.

Английский исследователь Даддингтон отмечает, что борьба нематод с грибом при наблюдении под микроскопом производит ужасающее впечатление. «К счастью, – пишет он, – трудно испытывать жалость к нематодам, иначе изучение хищных грибов было бы тяжелым испытанием для любителей животных».

Одним из представителей «хищных» грибов, является Кордицепс (Cordiceps). Этот гриб обладает уникальным циклом развития. Он паразитирует на гусеницах определенного вида бабочек – *Hepialide* (бабочка «летучая мышь»).

В его плодовом теле созревают споры, но до поры до времени гриб абсолютно спокоен и напоминает затаившегося охотника. Но как только он чувствует приближение гусеницы (а чувствует гриб эту гусеницу за десятки метров от себя), он приходит в движение – выбрасывает споры. И те, как самонаводящиеся ракеты, держат прямой курс на гусеницу, приклеиваясь к ее коже присосками. Затем споры растворяют покров гусеницы и внедряются в живую ткань. Гусеница спокойно доживает до зимы, не чувствуя никаких признаков заражения. Зимой же, когда она зарывается в землю и начинает готовиться стать к весне куколкой, мицелий начинает действовать. Он прорастает в гусеницу и высасывает из нее питательные вещества, грибница заполняет тело гусеницы практически целиком, и она естественно погибает. Летом из дыхательных отверстий на голове гусеницы вырастает одиночное плодовое тело кордицепса, чье основание так и остается связанным под землей с головой гусеницы телом гусеницы. Что удивительно, мицелий гриба, проросший по всему телу гусеницы, не позволяет заселяться там микробам, и гусеница не разлагается – она просто до краев «набита» кордицепсом. Поэтому используют в лекарство и тело гусеницы, и плодовый гриб кордицепса.

Кордицепс очень интересен на вид –





различимы две составляющие его: светло-коричневое тело гусеницы с ее характерным строением и гладкое темно-коричневое тело грибка.

Темно-коричневый или серо-коричневый снаружи и белый на изломе гриб поднимается, образуя изгиб, от переднего конца личинки-хозяина. Длина его в среднем колеблется от 4 до 8 см, иногда до 11 см, толщина у основания 3–4 мм. Плодовое тело грубоватое у основания, тонкое в средней части и имеющее булавовидное утолщение на конце, обладает приятным ароматом и сладковатым вкусом.

Сама гусеница длиной 3–5 см, диаметром 5 мм, имеет 20–30 члеников. Ее поверхность грубая, золотисто-желтого или желто-коричневого цвета, на спинке имеются многочисленные поперечные полосы, внутри она белая или бледно желтая. Лучшим по качеству является кордицепс с длинным и целым плодовым телом на толстой гусенице.

Кордицепс растет в очень суровых условиях Цинхай-титского нагорья при низкой температуре и недостатке кислорода на высоте от 2000 до 4000 м над уровнем моря на безлесных солнечных сторонах горных склонов, предпочитает рыхлые, засушливые богатые перегноем почвы.

История взаимодействия «человека и кордицепса», насчитывает более тысячи лет. Впервые упоминания о целебных свойствах кордицепса, можно наблюдать еще в легендарную эпоху династии Цинь. С тех пор, как китайские врачи открыли для себя волшебные профилактические и лечебные свойства гриба кордицепс, особенно богатого питательными веществами и специфическими компонентами, присущими лишь грибам, растущим на высокогорье, этот уникальный гриб был приравнен ими к самым ценным дарам богов. Он также назван «Императорским», что являлось признаком высшего уважения и символом обожествления его уникальных свойств. Тем более что кордицепс обладает двойкой натурой, подобно Инь и Янь.

Препараты на основе кордицепса обладают практически волшебным свойством восстанавливать в организме ту энергию, которую мы в большом количестве отдаем «в воздух», а так же являются великолепным профилактическим средством для профилактики таких серьезных заболеваний, как рак, туберкулез, астма, заболевания почек и

печени, всевозможные аллергии, вегето-сосудистые и сердечные заболевания, рак. Кордицепс обладает сильным обеззараживающим эффектом, мощно воздействуя на все вирусы и микробы, находящиеся в организме, не разрушая слизистую оболочку.

Кордицепс считается грибом, отличающимся особо богатым химическим составом – он включает в себя более 77 полезных микроэлементов и более 80 ферментов: коэнзим Q, необходимые человеку аминокислоты, ненасыщенные жирные кислоты. В этот состав также входят антиоксиданты: бета-каротин, витамины E и C, селен и цинк, а также уникальные субстанции, принадлежащие исключительно кордицепсу: кордицепсид, кордицепсовая кислота, аденозин и аденин. Кордицепс является великолепным иммунным модулятором, в силу качества своего развития, он обладает сильнейшей способностью задерживать (а в неко-торых случаях, и купировать) рост патогенных микроорганизмов, таких, как пневмококк, золотистый стафилококк, вирус герпеса.

## магазины “ГРИБНАЯ АПТЕКА”

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ**  
**8-800-5555-170**

звонок по России бесплатный

Справки по телефонам в Москве:  
**(495) 656-61-76, 940-20-13**

Адреса аптек в Москве:  
пр. Нансена, д. 6, к.3, тел.: (495) 510-49-70, 656-61-76  
(м. Свиблово)  
Хорошевское шоссе, д. 68, к.5, тел.: (495) 940-20-13  
(м. Полежаевская)

### КОРДИЦЕПС

- Болезни органов дыхания
- Почечные болезни
- Болезни кровеносных сосудов сердца
- Болезни печени
- Болезни крови
- Злокачественные новообразования
- Антитоксическое действие
- Профилактический и оздоровительный эффект



### ЛИСИЧКИ

- Антигельминтное действие (лямблиоз, аскаридоз)
- Заболевания печени (гемангиомы, жировое перерождение, гепатиты)

### крем «ЛИСИЧКА»

- Защита от глистных инвазий
- Повышает устойчивость кожи к грибковым заболеваниям
- Увлажняет и питает кожу



Справки по телефонам в С.-Петербурге:  
**(812) 703-06-44, 740-37-61**

Адреса аптек:  
(м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51,  
тел.: (812) 273-20-43  
(м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88,  
тел.: (812) 368-98-04  
(м. Пл.А.Невского) Невский пр., д.180,  
тел.: (812) 271-28-98, 717-17-11  
(м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 3,  
тел.: (812) 575-57-97, 974-07-80  
(м. Пр.Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к.2,  
тел.: (812) 973-57-40  
(м. Пр.Просвещения) пр. Энгельса, д.132/1,  
тел.: (812) 715-47-26





# ГРИБНЫЕ СРЕДСТВА

Грибы долгое время оставались для людей загадочными организмами. С древних времен, люди изучали вкусовые свойства грибов, отбирали целебные грибы, полезные при лечении многих болезней. Оказывается, наши предки не только употребляли в пищу грибы, но и использовали некоторые виды как изысканные приправы!

## Чесночный гриб (*Marasmius scorodonius*)



Съедобный гриб с настоящим чесночным запахом.

Шляпка у него небольшая, максимум 3 см в диаметре, сначала выпуклая, с бугорком посередине, затем почти плоская. Цвет шляпки от светло-коричневого до темно-бурого.

Цвет пластин от белого до кремового. Ножка чесночника тонкая, толщиной со спичку и длиной около 5 см, жесткая, внутри полая. Цвет ножки темно-бурый, сверху более светлый.

Растет чесночный гриб с июля по сентябрь колониями по опушкам и полянам лиственных и хвойных лесов. Практически не встречается в одиночном виде. Лучше собирать чесночники после дождя, тогда их особенно много. В сухую погоду уже вылезшие чесночные грибы быстро высыхают и становятся малозаметными. Но после прошедшего дождика они вбирают в себя влагу и восстанавливают прежнюю форму.

Ядовитых двойников не имеет, но внешним видом похож на несобираемые многочисленные мелкие грибы – поганки. Поэтому определять чесночный гриб лучше так – сначала визуально, по более темной по сравнению со шляпкой ножке. Затем на ощупь – ножка должна быть твердой. И окончательно – растереть отломленный кусочек шляпки на пальцах и понюхать. Специфический запах чесночка подскажет, что перед вами чесночник. Используют у чесночного гриба только шляпки.

Собирают только шляпки. Используется свежим для добавок к супам и соусам, но после отваривания чесночный запах исчезает.

Чесночные грибы превосходно сохраняют аромат в высушенном виде, поэтому порошок из них может быть использован в течение всего года. Он чрезвычайно высоко ценится как пряность в западноевропейской кулинарии, ибо его чесночный аромат очень нежен и смешан с характерным запахом грибов, что, естественно, облагораживает его. У нас, к сожалению, этот невзрачный на вид гриб почти не употребляют.



## Масленок перечный (*Chalciporus piperatus*)

Съедобный гриб с сильным перечно-мятным ароматом.

Шляпка шоколадно-коричневая, желто-бурая,

красно-бурая или серо-бурая с фиолетовым оттенком. Вначале полушаровидная, позже выпуклая, в зрелости подушковидная, в середине иногда имеется тупой мясистый бугорок. Диаметр 40–120 мм. Кожица радиально-волоконнистая, очень слизистая и легко отделяющаяся от мякоти. Трубочки вначале бледно-желтые, позже темно-желтые, приросшие к ножке, 6–14 мм длиной. Пores мелкие, у молодых грибов бледно-желтые, позже ярко-желтые, буро-желтые.

Ножка цилиндрическая, сплошная, 35–110 мм высотой и 10–25 мм толщиной, вверху лимонно-желтая, в нижней части буроватая и продольно-волоконнистая. Белое пленчатое покрывало, которое вначале соединяет ножку с краем шляпки, оставляет на ножке кусочки в виде черно-коричневого или фиолетового кольца. Над кольцом ножка мучнистая.

Мякоть в шляпке мягкая, сочная, в ножке слегка волокнистая, вначале беловатая, позже лимонно-желтая, в основании ножки ржаво-буроватая.

Растет обычно небольшой группой во мху или под елями.

Очень вкусный и легко перевариваемый гриб. Вкус перечно-мятно-грибной. Идет для приготовления супов, соусов и гарниров к мясным блюдам. Подлежит маринованию. Для сушки не годится, так как содержит много воды.

### Двойники:

похож на масленок поздний очень похож масленок рыжий – *Suillus fluryi* Huijsm., который отличается отсутствием кольца на ножке. Сходства с ядовитыми грибами не имеет.

## Коллибия дубовая (*Collybia dryophila*)



Гриб с ароматом гвоздики и сладковатым вкусом.

Шляпка диаметром 4–10 см, красно-коричневая, колокольчатая, с неровным краем, гладкая, голая, сухая. Гименофор пластинчатый, красно-коричневый, пластинки редкие, волнистые, сначала приросшие, затем свободные. Ножка высотой 6–15 см, толщиной 1,5–2 см, веретеновидная, скрученная, в середине вздутая, полая, коричневая. Мякоть хрупкая, беловатая или кремовая. Встречается часто, большими группами, повсеместно, на корнях дубов, у оснований деревьев и пней, с июня по ноябрь. Коллибия веретеноногая – малоизвестный съедобный гриб. В пищу употребляются только шляпки.

Мякоть приятно пахнет гвоздикой и сладковатая на вкус.



Гриб сначала кипятится, чтобы убрать слегка горьковатый вкус, затем высушивается и перемалывается. Используется как приправа.

### Говорушка ароматная (*Clitocybe odora*)



Придает пикантный грибной аромат соусам.

Шляпка диаметром 3-4 (до 6) см, в юности выпуклая, в

зрелости – вогнутая, плоско-вогнутая или воронковидная, с опущенным или завернутым, в зрелости – с волнисто-изогнутым, иногда волнистым или бороздчатым, тонким – просвечивающим (и более светлым) краем. Тонкомясистая, влажная, водянистая, гладкая, чисто белая (лишь когда сухая), беловатая, желтоватая, бледно-охристая, палевая, желтовато-серая, сероватая и даже коричневатая, в центре более темная.

Пластинки узкие, частые, приросшие или нисходящие, в юности водянисто-беловатые, с возрастом – белокремовые, буровато-сероватые, серо-коричневатые и даже коричневатые.

Ножка высотой 3-5 (до 6) см и толщиной 5-8 (до 10) мм, цилиндрическая или изогнутая, немного расширяющаяся к волосисто-опушенному, более темному основанию, вверху с мучнистым налетом, сплошная, эластичная, одноцветная со шляпкой, в юности белая или желтовато-серая, в зрелости – коричневатая.

Мякоть тонкая, ломкая, водянистая, беловатая, с приятным, мягким вкусом и, как правило, имеет приятный

анисовый запах.

Сухой порошок шляпок используют для соусов.

### Двойники:

похож на съедобную говорушку анисовую (*C. odora*), от которой отличается гораздо меньшим размером, желтоватым (а не голубовато-зеленоватым) цветом шляпки и более слабым запахом; на несъедобную говорушку слабоокрашенную (*C. metachroa*) с серовато-коричневатой, темнеющей в центре, воронковидной шляпкой (при высыхании зональной) с тонкими вертикальными складками по краю и говорушку злаковую (*C. graminicola*) с белесой или кремовой, вдавленной шляпкой, с неплотными пластинками, с беловатой, с охристым низом ножкой, с беловатой мякотью с приятным запахом, который постепенно сменяется запахом земли или миндаля; а также на ядовитую Г. красноватую (*C. rivulosa*) с белой, затем с кремовыми или рыжеватыми зонами шляпкой, в зрелости – красновато-рыжеватой или красновато-коричневой, с белыми, затем красновато-грязно-белыми, желтеющими к старости пластинками и с красновато-коричневой в основании ножкой.

### Лисичка серая (*Cantharellus cornukopioides*)



Имеет запах мирабели с горьковатым вкусом.

Плодовые тела его высотой 5-12 см и диаметром 3-8 см воронковидные или трубковидные, с отвернутым, иногда лопастным наружным краем, полые, с очень тонкой пленчатой мякотью, внутри черно-коричневые или почти

черные, снаружи покрыты сероватым низкоскладчатым или слегка морщинистым гимением. Растет гриб обыкновенно большими группами летом и осенью в лесах от Прибалтики до Дальнего Востока, а на юге – до Закавказья. Это хороший съедобный гриб, он пригоден как в свежем, так и в сушеном состоянии. Внешний облик гриба не особенно привлекателен, а после варки он становится совсем черным. Интересные названия этого вида у разных национальностей: немцы зовут его Toteritrompete (труба смерти), а англичане – Horn of Plenty (рог изобилия).

Имеет запах мирабели с горьковатым вкусом. В высушенном виде используется как приправа к блюдам из мяса и соусам

### Филиалы «ЦЕНТРА ФУНГОТЕРАПИИ

Ирины Филипповой» в Украине:

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

- получить полную информацию по применению продукции на основе целебных грибов;
- купить или заказать наложенным платежом продукцию и литературу по фунготерапии.

#### 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



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 информацию 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](http://www.ayurveda-nn.ru)

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](mailto:rymar_narva@mail.ru)



на правах рекламы



# СКОРАЯ ПОМОЩЬ ОТ ПРИРОДЫ



Каждому хозяину собаки с наступлением теплой погоды хочется вывезти любимого питомца на природу, к морю, на охоту или рыбалку, или просто на дачу. Простор и свежий воздух – это прекрасно. Однако новые условия могут спровоцировать непредвиденные ситуации, которых можно избежать, имея необходимые знания. А если что-то неприятное все же произошло, то важно уметь оказать животному первую помощь. О простых приемах защиты животных на отдыхе расскажет кандидат ветеринарных наук, врач-фунготерапевт ЮШКЕВИЧ ТАТЬЯНА ВЛАДИМИРОВНА.

## Как обработать порез

Излюбленный объект прогулок – ближайшие к дому парки. В высокой летней траве сложно заметить осколки битых бутылок. Едва ли вы найдете время прочесать весь травянистый участок парка перед прогулкой. Если собака порежется, то порез следует немедленно обработать. При малой глубине пореза (2–4 мм) кровь просто капает из раны. Промойте рану спреем «Серебряная вода», промокните тампоном насухо и затем смажьте бальзамом с экстрактом мухомора. Чтобы защитить рану наложите повязку из бинта, а поверх наденьте на лапу старый носок. Закрепите конструкцию лейкопластырем (только не туго).

Если кровь бьет из раны фонтанчиком или течет непрерывной струйкой, это признак повреждения артерии или вены. В этом случае поможет тугая давящая повязка, наложенная выше раны (артерия), или ниже (вена). Кровь продолжает течь? Сделайте ватно-марлевый тампон, предварительно пропитайте спреем «Серебряная вода», туго прибинтуйте его к ране. За счет сдавливания концов поврежденного сосуда кровотечение приостановится, собаке будет проще дожидаться оказания квалифицированной помощи. Запомните: в свежей ране не место перекиси водорода! Она мешает заживлению, и не останавливает кровотечение. Перекись годится только для обработки гнойных ран.

## Если собака на лето чихать хотела

Некоторые собаки подвержены аллергии на морскую воду, цветочную пыльцу, укусы блох, пчел и клещей, тополиный пух. Реакции могут быть разными. Насморк – выделения из носа, чихание, почесывание морды лапой. Зудящий дерматит, особенно на участках со слабым шерстяным покровом. Высыпания на коже – красные волдыри, сливающиеся между собой.

Если у вас есть основания подозревать нечто подобное, не медлите, торопитесь к врачу!

Если ваш питомец – аллергик, посоветуйтесь с ветеринаром-фунготерапевтом, как защитить собаку в опасных для нее ситуациях на отдыхе. Фунготерапевты располагают средствами, предупреждающими

аллергические реакции («Рейши», «Дождевик», «Трутовик»).

## Защита от блох и клещей и устранение последствий заражения наружными и внутренними паразитами

Узнайте у ветеринара-фунготерапевта, какие средства защиты от иксодовых клещей он считает эффективными и приемлимыми. Клещи переносят некоторых паразитов крови.

Нападение клещей на животное вызывает интоксикацию, так как каждая особь вводит в организм токсины. Кроме того, клещи являются переносчиками опасных заболеваний. От одного животного клещ питается несколько суток (от 3 до 7 дней).

Собака может выгрызть и вычесывать паразитов из шерсти, вызывая повреждение кожи. В качестве симптоматических средств следует назначать «Дождевик», «Трутовик», «Веселку», крема «Мухомор», «Чага».

Защищайте собаку от блох, так как они являются переносчиками многих болезней и даже глистов. Укусы блох болезненны, вызывают зуд и воспаление кожи животного, собака чешет зудящие участки тела, нанося при этом царапины и ссадины. Помимо раздражения кожи, возникающего в результате укуса блохи, питающейся кровью животного, велика вероятность возникновения и развития аллергического дерматита. Появляются очаговые выпадения шерсти, ухудшается состояние кожи животного.

Обработайте пораженные участки кремом с экстрактами веселки, мухомора или чаги. Такая процедура будет способствовать быстрому восстановлению кожного покрова. Положительные результаты дает орошение царапин и ссадин спреем «Серебрянная вода».

Гельминты способны паразитировать в организме животного в течение долгого времени. Эффективное и регулярное освобождение от гельминтов является одним из мероприятий по защите здоровья питомца (внутренние паразиты могут вызвать нарушения в развитии и росте животного, анемию, диарею, рвоту, невосприимчивость к вакцинации). Своевременная дегельминтизация животных также обеспечит безо-



# «ФУНГО ШАРИК»

## Бесплатные консультации по ветеринарии

- ✓ По горячей телефонной линии: (812) 973-57-50 (понед. - пятн. с 10.00 до 18.00)
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр фунготерапии И.Филипповой»
- ✓ по эл. почте: [sharik@fungo.ru](mailto:sharik@fungo.ru), сайт: [www.fungo.ru](http://www.fungo.ru)

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



пасность владельцев (существует риск заражения внутренними паразитами от животного). Фунготерапевты располагают высокоэффективным противоглистным средством - грибным препаратом «Лисички».

### Хронические заболевания и отдых

Если вы собираетесь на отдых с собакой, которая страдает хронической сердечной недостаточностью, посоветуйтесь с ветеринаром-фунготерапевтом, какие лекарства пригодятся вам в поездке, чтобы питомец чувствовал себя комфортно. Любое другое хроническое заболевание требует аналогичного подхода – уточните у врача список средств и схемы их применения на отдыхе.

### Злое солнце

Летом нашим четвероногим друзьям, покрытым шерстью, приходится нелегко. Самые распространенные ситуации получения теплового удара: собаку «забыли» в перегретой машине или в жаркий день на солнце, без возможности укрыться в тени. Иногда тепловой удар провоцирует физическое напряжение: у собак, тренирующихся в жаркую и влажную погоду или животных с проблемной терморегуляцией.

В отличие от организма человека, организм собаки не может выделять пот, чтобы охладить организм испарением влаги. Все возможности теплообмена – в учащенном дыхании, за счет увеличения вентиляции и потери тепла через дыхательные пути.

Риск теплового удара повышают болезни легких и сердца, опухоли, давящие на дыхательные пути, ожирение, особенности строения черепа. Последнее касается собак с круглой головой и уплощенной лицевой частью: боксеры, мопсы, бульдоги.

Даже если вам удастся снять симптомы теплового удара, обратитесь к врачу-фунготерапевту. Собаке нужно наблюдение специалиста в течение нескольких дней, и, возможно, лечение, если проявятся осложне-

ния в виде поражения пищеварительной системы, печеночной или почечной недостаточности.

### Устранение последствий бытовых травм, укусов насекомых и отравлений

Животные, в силу своей природной любопытности, могут нанести себе травму, подвергнуться укусу насекомого или, имея вредную привычку «пробовать на зуб» и вкус все, что попадется им на пути, отравиться лекарствами, пестицидами, антифризом, продуктами бытовой химии, домашними ядовитыми растениями. В таких случаях благоразумно немедленно обратиться к ветеринарному врачу, который назначит под-

ходящее лечение. Кроме того при укусах состояние животного быстро облегчит применение крема «Веселка», «Мухомор», «Чага», а при отравлении незаменимы препараты «Дождевик», «Трутовик» и «Веселка» в капсулах.

### Ежедневная забота о здоровье

Следите за состоянием глаз питомца. Если в уголках глаз наблюдается постоянное слезотечение, необходимо прочистить глаза стерильным марлевым тампоном, смоченном в растворе «Серебряной воды». Регулярно проверяйте состояние ушей. Если серы не очень много, то чистить уши необязательно, сера исчезнет сама в процессе самоочищения. В случае большого скопления серы черного или коричневого цвета уши чистить обязательно, используя ватные шарики, слегка пропитанные кремом «Веселка», «Мухомор», «Чага». Поддерживать здоровье зубов и проводить профилактику заболевания полости рта можно при помощи спрея «Серебряная вода». Достаточно ежедневно однократно орошать ротовую полость животного.

**Пусть отдых будет радостным и безопасным для вас и ваших животных!**







*Здравствуйте, дорогие ребята!*

*Впереди лето, пора солнечных дней и долгожданых каникул! Сосем скоро на лесных полянках проснуться грибочки. Сегодня мы предлагаем вам увлекательную повесть «Жила-была сыроежка» Валерия Зимина.*



## «Жила-была сыроежка»

**У**дивительный народ эти взрослые! Вроде люди, как люди, а верят в такую чепуху!..

Судите сами, взрослые думают, что дожди возникают по каким-то там причинам. Мол, это и атмосферные явления, и водовороты воды в природе, испарения рек и океанов, и еще, еще, и еще. Что только не напридумывают эти удивительные взрослые!.. На самом деле все гораздо проще. Просто есть на свете Дождевичок. Дождевичок – это зеркальный шарик, который находится внутри перламутрового ящичка, и если ящичек открыть – пойдет дождь, а если ящичек не открывать – никакого дождя не будет. И еще: если ящичек открыть, вынуть из него зеркальный шарик, положить его на ладошку, поднять руку вверх и крикнуть: – «Здравствуй, дождик!» – пойдет теплый грибной дождь. А если еще крикнуть: «Здравствуй солнышко!» – выглянет солнышко. Представляете? Идет теплый дождь и светит солнышко! Красота необыкновенная!.. Чудо!.. А если это чудо происходит в лесу? А если это чудо происходит на лесной полянке?.. Ух!..

Даже дух захватывает!..

Вот и сегодня в лесу прошел теплый грибной дождь, и выглянуло солнышко. Ягоды и дождинки в его лучах засверкали разноцветными огоньками. На лесной полянке много опавших листьев. И не удивительно – на дворе золотая осень. Вдруг...

На земле шевельнулся один из листиков. Из-под листика вначале показалась шляпка, затем удивительная мордочка. И что бы вы думали? – Это вырастает самый обыкновенный гриб. И шляпка на нем обыкновенная, и штанишки, и курточка – тоже обыкновенные, вот только... Засмеялся гриб, как говорится «ни к селу, ни к городу».. Казалось бы, – на полянке ничего смешного нет, а он смеется. Мало того, он еще и радостно крикнул куда-то вверх:

– Вырос!.. Я вырос! Ха-ха-ха! Взял и вырос!

Вылез из-под листика, походил, походил по полянке, перестал смеяться и с горечью сказал:

– Удивительно и поразительно – на полянке никого кроме меня нет... Даже поздравить меня некому. Не могу же я сам себе сказать: «Поздравляю с днем рождения!»

Вдруг на полянке зашевелился еще один листик, и из-под него тоже вначале показалась шляпка, затем удивительная мордочка. И что бы вы подумали? – разумеется, это вырастает еще один гриб, только чуточку-чуточку поменьше первого. Второй гриб посмотрел на первого, и сказал:

– По-поздравляю.

Вначале первый гриб даже не понял, кто и откуда поздравляет его с днем рождения, но на всякий случай поблагодарил: – «Спасибо», – а новый гриб чихнул. Вот тут-то и увидел его первый гриб. Мало того, что увидел, но еще и сказал: – «Будь здоров!», – а второй гриб вылез из-под листика, поблагодарил первого. А первый подошел к нему и так вежливо, но, еле сдерживая смех, спросил:

– Если вас не затруднит, – ха-ха, вы не могли бы сказать, – ха-ха, кто вы такой?

Второй гриб так же вежливо представился:

– Я ма-ма...

– Мама? Чья мама?

Второй гриб сказал:

– Да нет же, и вовсе я не мама, я ма-масленок.

А наш хохотунчик засмеялся:

– Ну, умора! Он масленок, ха-ха-ха, он Масленок!.. Я тоже масленок! Только я масленок большой, я родился на этой полянке...



## ГРИБЫ ДЛЯ РОСТА И УКРЕПЛЕНИЯ РЕСНИЦ

Звучит странно и необычно, но... обо всем по порядку!

На лугах и полях часто можно видеть островки пышной зелени. Своей очевидной непохожестью на такую же траву рядом они часто ставят в тупик пытливого наблюдателя. Почему вдруг они так разрослись? Не аномалия ли это? Нет ли там геопатогенных зон и не мутанты ли это? Но для беспокойства причин нет. Просто этой траве повезло -- именно в этом месте разрослась грибница незатейливых луговых опят или же в почве образовалось скопление грибницы примитивных дрожжевых грибов. Эти грибки и выделяют «гормон роста» для собственных целей – чтобы нарастить грибную массу мицелия. А растения-соседи взаимнообразно попользовались этим гормоном (корешки переплелись с гифами-нитьями мицелия) и, получив мощную подкормку, ударились в рост и пышно зазеленели на зависть не столь удачливым соседним травам.

Открыть секрет «грибной подкормки» удалось японскому ученому Е. Куросаве еще в 50-х годах двадцатого столетия. Он выделил «гормон роста» и назвал его гиббереллином, а так же убедился в его удивительных свойствах. С растениями этот гиббереллин творил чудеса! Куросава опрыскал слабым раствором крохотные побеги риса, а через две недели они были в два (!) раза выше своих соседей, таких же побегов риса. И плодоношение у них наступило раньше, и соцветие было более мощным.

В 80-х годах после клинических исследований фармацевтами было установлено, что синтезированный гиббереллин стимулирует рост шерсти у животных и волос у человека. С этого времени препараты с «грибным гормоном роста» активно применяются в ветеринарии и косметологии.

Российские биотехнологи используют только НАТУРАЛЬНЫЙ гиббереллин, который намного эффективнее, абсолютно безопасен и гипоаллергенен при применении. Центром фунготерапии Ирины Филипповой разработан уникальный крем «КРЫЛО МАХАОНА», который содержит натуральный гиббереллин гриба веселки. Крем стимулирует РОСТ РЕСНИЦ и препятствует их выпадению.



на правах рекламы

Где можно получить консультации по применению продукции из целебных грибов?

Телефон горячей линии:

8-800-5555-170

[www.fungo.ru](http://www.fungo.ru)

Подробную информацию по применению продукции из целебных грибов производства ООО «Шиитаке» и НПО «Биолюкс» можно получить в «Центре Фунготерапии Ирины Филипповой» в Санкт-Петербурге по тел.: 703-06-44, Москве по тел.: 656-61-76, в магазинах «Грибная аптека».

Наши представители

**Беларусь:** г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95

**Украина:** г. Киев – (044) 331-60-06,

г. Донецк – (066) 754-34-51, (062) 345-90-30

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:**

Белгород, Владивосток, Вологда, Выборг, Ейск, Казань, Калининград (обл.),

Киров (обл.), Кострома, Красноярск, Магнитогорск, Мурманск,

Нижний Тагил, Новосибирск, Оренбург, Снежинск, Сочи,

Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец.

По вопросам оптовых закупок, обращайтесь по телефону (812) 703-06-44, 740-37-61

на правах рекламы





Лисички – гриб от природы отборный: лисичка не червивеет, более или менее одинакова на всём своем протяжении, в должное время встречается очень часто и помногу. Всё это обеспечивает лисичке любовь грибозаготовителей во всем мире.

Простая резинообразная консистенция лисички делает ее одинаково подходящей и для салатов, и для жаркого, и для маринада с засолкой.

### СПАГЕТТИ С ЛИСИЧКАМИ

#### Продукты:

½ пачки спагетти,  
220-250 гр. лисичек  
1 порей,  
оливковое масло,  
сливочное масло,  
соль,  
свежемолотый  
перец, 1 долька  
чеснока, петрушка,  
тимьян,  
сыр пармезан.



Отварить спагетти в подсоленной воде. Порезать порей вдоль на 4 части и затем поперек. Крупную дольку чеснока, раздавить плоской стороной ножа. Бросить на сковороду в подогретое оливковое масло на пару минут. Убрать чеснок, его аромат остался в масле. Обжарить на этом масле сначала лук порей до полупрозрачности, затем добавить грибы и кусок сливочного масла. Как только грибы готовы, посолить, поперчить и добавить ароматные травы и немного тертого пармезана. Смешать спагетти и грибы.

При подаче украсить пасту стружками пармезана.

### РАВНОЛИ С ЛИСИЧКАМИ



#### Продукты:

#### Для теста:

1 кг муки,  
2 яйца,  
1/4 стакана воды,  
6 ст. л. оливкового масла,  
соль по вкусу.

#### Для начинки:

лисички – 1 кг,  
1 пучок зеленого лука,  
2 ст. л. слив. масла,  
4 ст. л. сливок (сметаны),  
перец черный молотый,  
соль по вкусу,  
1 ст. л. тертого сыра,  
3 ст. л. зелень петрушки  
2 ст. л. сливочного масла

Смешать муку и соль. Яйца взбить с оливковым маслом и водой. Постепенно вливая яичную смесь в муку, замесите упругое, эластичное тесто. Готовое тесто накрыть салфеткой и оставить на 30 минут.

Для начинки грибы и лук мелко порубить, обжарить на сливочном масле. Добавить сливки, посолить, поперчить и тушить 10 минут. Начинка должна быть сочной.

Тесто раскатать в 2 одинаковых тонких пласта. На один пласт теста положить по 1 чайной ложке начинки на расстоянии 3-5 см друг от друга. Накрыть вторым пластом, плотно прижать пальцами пласты вокруг начинки, затем разрезать их по линиям прижима на квадраты.

Варить ravioli в кипящей подсоленной воде 5-7 минут.

### ЯЙЦА ФАРШИРОВАННЫЕ



#### Продукты:

18 круто сваренных яиц,  
250 г чайного сыра,  
3-4 ст. л. сметаны,  
1 яблоко,  
100 г мелких жареных или  
маринованных лисичек,  
1 ч. л. горчицы,  
зеленый лук,  
сахар,  
молотый красный перец,  
соль.

Яйца разрежьте поперек на половинки и срежьте верхушки, чтобы не переворачивались.

Желтки выберите, разотрите с горчицей и столовой ложкой сметаны, смешайте с мелко нарезанным луком, посолите, поперчите по вкусу и вымешайте.

Наполните этой массой белки, а сверху чайной ложкой положите сыр, предварительно растерев его с оставшимися сметаной, солью и сахаром.

В сыр вставьте кусочки предварительно обжаренных лисичек.

### БУТЕРБРОДЫ С ЛИСИЧКАМИ

Хлеб без корок нарежьте ломтиками толщиной 0,5 см, длиной 3-5 см. и обжарьте их на сливочном масле.

Мелко нарезанные грибы и лук обжаривайте 10 минут, посолите.

При подаче положите на гренки часть грибов, остальные уложите рядом. Оформите зеленью петрушки. Время приготовления 20 минут.

