



ГРИБНАЯ



№ 4

(084)
2012 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

Молочная сыворотка с трutowиком очень целебно

Очень интересный рецепт я опробовала на себе – и довольна невероятно. Подсказала врач из Самары, которая давно знакома с вашей газетой и любит целебные грибы. Я пришла к ней по поводу кисты на почке – она небольшая была, но запускать и доводить до операции, конечно, не хотелось. А наблюдать – как советовали другие врачи – и ничего не делать, я не умею. Так вот, сам рецепт: в теплую молочную сыворотку (кефир подогреть на плите, откинуть получившийся творожок на ситечко, а сыворотку – использовать) – всыпать содержимое четырех капсул трutowика «Траметес», размешать и добавить шесть капель свежееотжатого алоэ (пару стрелок пропустить через мясорубку), добавить чайную ложку липового меда. Сыворотки надо совсем немного – 50мл. Эту смесь надо немного подержать в теплом месте – пару часов. И на ночь, перед сном – выпить глотками один раз в три дня. Курс – 10-15 приемов. Через два месяца сделала УЗИ почек – кисты больше не было.

Ерохина И.Р., Тольятти

● ФУНГОТЕРАПИЯ открывает свои секреты: СЛИЗЕВИКИ



Lycogala epidendrum

- Вопросы-ответы
- Грибной гороскоп
- Опыт и практика
- Пермь-Семинар Фунготерапевтов

Горячая линия фунготерапии
8-800-5555-170

КРУГЛОСУТОЧНО
Звонок по России бесплатный

- Грибная ХАРЧЕВНЯ
- Мастер-Класс

Подписной индекс
газеты «Грибная аптека»

19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

РОССИЯ

Газету «Грибная Аптека»
в Республике Беларусь

19320

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



Снег нам – не помеха...
И апрель со смехом
Растолкав грибницу
К солнышку стремится...

Ещё один апрель ещё одной весны... Вроде бы всё повторяется, и кажется иной раз – по кругу идём... Нет, не по кругу. По спирали. И – «на каждом витке бесконечной спирали...» – своя весна, свой апрель, свой запах – такой знакомый, но неповторимый своей свежестью обновлённой – всегда.

Как только подходит весна и заходит разговор о грибах, все почему-то представляют себе непременно сморчки и майку (он же «Георгиев гриб»...). А между тем весенних грибов – и довольно неплохих – гораздо больше. Ничуть не менее вкусна, чем сморчок, «Дисцина щитовидная». Она появляется на трухлявых пнях хвойных деревьев и около них. А собирать её может даже начинающий грибник, ведь этот гриб не спутаешь ни с одним несъедобным.

В лиственных же лесах можно найти лопастник обыкновенный – съедобный, хоть и с жёстким плодовым телом гриб, зато красив – чем-то напоминает старинные кубки давно ушедших времён...

Прямо на голой земле в тех же лиственных лесах рождается симпатичная «гельвелла ямчатая», в дубравах довольно много «денежки дуболюбивой». Этот мелкий грибок похож на опёнок, поэтому в народе часто прозывается «лесным» или «дубовым опёнком». Разве что пластинки его белесые или желтоватые куда как плотнее и гуще, чем у опёнка, да и пахнет «денежка» не так сильно... Но собирать такие «грибные денежки», рассыпанные лесным хозяином по полянкам своих угодий не менее приятно, чем все остальные грибы... И радуют эти найденные «грибные монетки» гораздо больше, чем пресловутые металлические.

Удовольствие же прогуляться по весеннему, благоухающему свежестью и ароматом жизни лесу не купишь ни за какие деньги. Да и не нужны для этого деньги. Только желание, только веление души – жить. И радоваться – этой жизни. Поверьте.

Главный редактор *Коротков Игорь*

XXVII

межрегиональная

специализированная

выставка-ярмарка

13 лет
с Вами

КРАСОТА ЗДОРОВЬЕ МОЛОДОСТЬ

10-16
АПРЕЛЯ
2012

- * 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, Экспоцентр «ЕВРАЗИЯ»,
ул. Капитана Воронина, 13, т/ф: (812) 596-38-64, 324-64-16
e-mail: krasota@sivel.spb.ru, www.krazdom.ru; www.sivel.spb.ru



Пермь - Семинар Фунготерапевтов и радость встречи с седым Уралом.

Урал... Особое место. Славный край. В каждом городе есть что-то своё, неповторимое – от расположения и архитектуры до тех самых славных традиций. Удивительные, порой трогательные памятники, как седой старины, так и современные, чаще всего остроумные, добрые и смешные... Несколько раз побывав в Екатеринбурге, Челябинске, проведя семинар в Омске (впрочем, Омск – это уже юг Сибири...), добрались мы и до Перми, где давно хотели побывать – с рабочим визитом. И вот – случилось... Когда самолёт снижался над городом и мы погружались в его ауру – для каждого места на земле совершенно особую, будь то крошечная Богом забытая деревушка или же огромный мегаполис – ощущения были удивительными. Просторов бескрайних. Величавости. Неторопливой обстоятельности. И древней, многовековой мудрости... В аэропорту нас встречали врачи пермского филиала Центра Фунготерапии Наталья и Дмитрий Гребневы – супруги и единомышленники, профессионалы, руководящие филиалом уже восемь лет.

Вечером в уютном ресторане, обговаривая детали завтрашнего мероприятия, отведали роскошные уральские пельмени «медвежьи ушки» и местные же крошечные пирожки со смешным, да ласковым названием «посекунчики» – конечно же, не менее вкусные. И попадали по гостиничным кроватям, проваливаясь в необходимый сон – завтра непростой день... Конференц-зал отеля «Урал», где проходил семинар, оказался практически полон – и это неудивительно. Это – закономерно. Не стану вам лишний раз напоминать о выматывающих походах по поликлиникам и больницам, об отношении там к пациентам – часто равнодушном до безобразия, увы. Здесь же, после общего ознакомления с бесконечно разнообразным и интереснейшим миром грибов, с их удивительными свойствами и способностью ИСЦЕЛЯТЬ, после подробного описания деятельности Центра Фунготерапии и рассказа о его достижениях – не голословных, а подкреплённых многочисленными российскими и международными дипломами, премиями, наградами и признаниями, поток людей выплёскивается на сцену, и все требуют личного общения – с Ириной Филипповой. Так происходит всегда и везде. Неизменно. И дело не в рекламе – Центр никогда не делал ставку на агрессивную рекламу, это – «сарафанное радио», из уст в уста идет информация – о РЕАЛЬНОЙ помощи при самых страшных диагнозах. И при самых неутешительно грустных, например, бесплодии. И это уже проблема многих семей – каждая двадцатая пара вынуждена мучительно ждать и надеяться на счастье иметь ребенка. Реалии нашего цивилизованного времени...

Продолжение читайте на 12 странице...



Фунготерапия открывает свои секреты

Осклизлые комочки на корягах и пнях в лесу, именуемые слизевиками долгое время причислялись к грибам. Но при их основательном изучении оказалось, что это необычные существа, которые на разных стадиях развития похожи то на грибы, то на животных. Кто же они на самом деле?

Долгое время слизевикам, или миксомицетам, как явствует из их научного названия (от греческого *μυξα* – «слизь» и *μυκης* – «гриб»), отводилось место в Царстве грибов. Пока в середине XIX века немецкий ботаник Антон де Бари, первым уделивший им серьезное внимание, не убедился, что имеет дело с совершенно необычными созданиями, которые не вписываются в установленную иерархию органического мира.

Жизненный цикл у слизевика ликогалы (*Lycogala epidendrum*) сложен. Да и сам гриб – необычен – это маленькие, до 1,5 см в диаметре, мягкие шарики на старых пнях и валежнике. Изначально они окрашены в кремовый или кораллово-розовый цвет и заполнены жидким содержимым, но при созревании буреют, подсыхают, и стоит прикоснуться к такому шартику, как из отверстия на его верхушке вылетает темное облачко спор. Ну чем не старый гриб-дождевик, который мы в детстве называли «дедушкиным табаком»! Причем разбрасыванию спор и у ликогалы, и у дождевиков способствует сходная структура – так называемый капиллиций. Он представляет собой переплетение упругих нитей, покрытых утолщениями в виде бугорков, шпиков, поясков, которые при изменении влажности распрямляются, разрыхляя массу спор и выбрасывая их наружу. На этом, собственно говоря, сходство с дождевиками и заканчивается. Стоит споре слизевика попасть в подходящие условия температуры и влажности, как ее плотная оболочка разрывается, и из нее появляется от одной до четырех подвижных клеток, настолько похожих на амёб, что их так и называли – миксамебы.

Если же спора оказывается в воде, то на свет появляются зооспоры – клетки с двумя подвижными жгутиками (словно ластами). При изменении влажности миксамебы и зооспоры легко превращаются друг в друга, а если настают тяжелые времена, покрываются плотной оболочкой, впадая в состояние покоя. Получается, что на этой стадии жизни слизевики подобны одноклеточным животным, что и позволило выделить их в особую группу *Mycetozoa*, то есть «грибоживотные».

От плазмодия к склероцию

Дальше – еще интереснее. Достигнув большой плотности населения или исчерпав запасы пищи, миксамебы или зооспоры сливаются попарно. Эта клетка стремительно растет, при благоприятных условиях увеличиваясь в размерах за сутки в несколько раз. Так образуется гигантская многоядерная клетка – плазмодий. У ликогалы плазмодий редко превышает несколько сантиметров в диаметре, а среди слизевиков фулиги (*Fuligo*) встречаются роскошные экземпляры размером с футбольный мяч.

Для быстрого роста необходимо много пищи, и плазмодий получает ее, не только всасывая растворенные питательные вещества поверхностью клетки, как это пристало грибам, но и захватывая и переваривая твердые органические остатки, а также бактерии, споры и частицы мицелия грибов и даже мелкую одноклеточную живность вроде амёб.

Этот плазмодий способен и ходить!!! Вернее, ползать. Скорость невелика: всего 0,1—0,4 мм в минуту. Такое движение трудно уловить взглядом, но повторные фотографии одного и того же слизевика, сделанные с интервалом в несколько часов, показывают, что он не только изменяет свою форму, но и перемещается с места на место, причем весьма целенаправленно. Плазмодий реагирует на изменение освещенности, предпочитая на этой стадии жизни затененные места. Он также движется к скоплению пищи и навстречу едва ощутимому току воды. По пути к цели плазмодий способен даже решать некоторые задачи: преодолевать небольшие препятствия или просачиваться сквозь отверстие размером с игольное ушко, а в условиях эксперимента – находить верный путь в лабиринте. Однако при всем своем проворстве и



Фунготерапия открывает свои секреты

смекалке плазмодию далеко не всегда удастся избежать столкновения с «обстоятельствами непреодолимой силы»: засухой, похолоданием или голодом. И тогда все жизненные процессы внутри него замирают, он усыхает и затвердевает, превращаясь в так называемый склероций. В таком состоянии слизевик может находиться более десятка лет, чтобы вернуться к жизни при улучшении условий.

Подросший слизевик созревает и наступает время размножения. Он покидает свое темное и влажное убежище и выползает на свет – на какое-нибудь открытое место. И превращается – в ГРИБ. То есть сначала удлинится ножка и выбрасывается шляпка. Из этой шляпки будут разноситься споры, которыми он выстреливает как ракета – на 12-15 метров!!!

Мобилизация по запаху

А еще миксамебы выделяют химические вещества. Для чего? Это запах. Он или метит территорию – дескать, занято. Или сигнал – объединяйтесь! Пора захватывать этот мир. И все клетки – как по единому сигналу – спешат в центр – объединяться. Они нарастают как снежный ком и превращаются в полупрозрачного слизнячка. С легкой руки профессора Принстонского университета Джона Боннера, без малого шесть десятилетий посвятившего изучению миксомицетов, это вещество получило название акразина. Кстати сказать, химическую природу акразина раскрыли лишь в 1967 году.

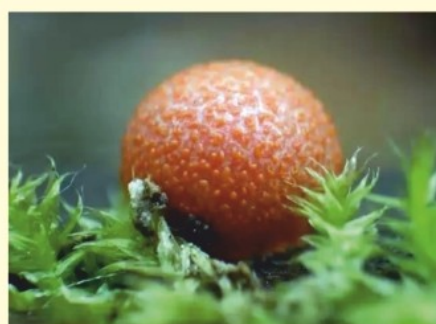
Мобилизация миксамеб происходит настолько организованно, что возникает впечатление, будто бы ею руководит невидимый главнокомандующий. Так же быстро эти миксоамебы и «разбегаются» – несколько минут и нет слизевика.

Жертвы науки

Наличие спор и способность годами пережидать трудные времена в виде склероциев позволили слизевикам широко расселиться по планете, избегая разве что холодных тундр и льдов. Сейчас описано чуть более тысячи видов миксомицетов, и список этот постоянно пополняется. В природе им, как и грибам, отведена важная роль переработчиков органических остатков. Для человека же слизевики, в отличие от грибов, большого практического значения не имеют.

Впрочем, среди них есть небольшая группа внутриклеточных паразитов растений, представители которой вызывают такие известные заболевания полевых культур, как кила капусты и порошистая парша картофеля.

Ирина Травина



Центр фунготерапии

Филипповой Ирины Александровны

**ПРИГЛАШАЕТ ВРАЧЕЙ И ФАРМАЦЕВТОВ НА ОДНОДНЕВНЫЙ СЕМИНАР
«ФУНГОТЕРАПИЯ-ОПЫТ И ПРАКТИКА»**

ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ – 28 апреля 2012 года

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ – Москва, ул. Бутырская, д.67

Лекции читает руководитель Центра фунготерапии
Филиппова Ирина Александровна и опытные врачи-фунготерапевты

По окончании семинара слушатели получают сертификаты

На семинар можно записаться по телефону: (495) 234-55-40 или заполнить бланк-заявку, размещенную на сайте www.fungomoscw.ru или отправить на эл.почту: biofungo@mail.ru

ЗАЯВКИ ПРИНИМАЮТСЯ ДО 25 АПРЕЛЯ 2012

Подробную информацию о семинаре можно получить по телефону: (495) 234-55-40 или на сайте: www.fungomoscw.ru



Вопросы — ответы

СЛИЗЕВИКИ ВЫЗЫВАЮТ РАК?

Весь Интернет заполнен статьями лаборанта Козьминой — она запугала многих своим «сенсационным открытием», что в возникновении рака виноваты грибы-слизевики, в частности слизевик ликогала.

«Больше всего меня поразило то, что слизевик состоит из спор, амeboидов и жгутиконосцев, которых я часто видела в микроскоп в анализах пациентов, — говорит Козьмина. — Видела и переплетенные нити, недоумевая, откуда появилась в человеке грибница. Оказывается, это части одного и того же организма, который паразитирует в нашем теле.»

Какой же именно слизевик живет в нас? «Их может быть много, говорит Козьмина. — Пока я точно опознала лишь одного — ликогалу. Он переселяется в наш организм с пней. Следы пребывания слизняка — его споры и трихомонады в различных стадиях — я находила в гайморовой полости, молочной железе, шейке матки, простате, мочевом пузыре и других органах. Папилломы, полипы, кисты и плоскоклеточный рак как две капли воды похожи на плодовые тела слизевика. Внутриклеточный и мембранный паразиты — хламидия и микроплазма — почему-то вызывают заболевания, имеющие абсолютное сходство клинических проявлений. Это — один и тот же паразит, но на разных стадиях своего развития: споровая частица и одноклеточное животное. Во время болезни паразит успевает проходить обе стадии».

Мы решили узнать мнение Филипповой Ирины Александровны, насколько права Козьмина и действительно ли стоит опасаться коварных слизевиков.

Корр. Козьмина так авторитетно это говорит и так убедительно — действительно, рак вызывается слизевиками? И это подтверждено научно?

И.Ф. Нет, не подтверждено. И вряд ли когда подтвердится. Потому что слизевик-ликогала обвинен абсолютно напрасно — не виноват он ни в чем. Хотя уже некие «профессора» от медицины даже придумали лечение — противогрибковыми таблетками. И неплохо заработали на этом, вот только рак ну никак не лечится этими средствами.

Корр. А как же жгутиковые, которые сама Козьмина видела в микроскоп? Это же споры ликогалы?

И.Ф. Нет. Это не споры ликогалы. Да, в воздухе

носятся мириады спор и не только ликогал, но и других и грибов, и пыльца трав, и цветов. И мы заглаживаем и вдыхаем их, и они, действительно, могут вызвать аллергию. Но... споры НИКОГДА не могут проникнуть в кровь и лимфу по одной простой причине — они слишком большие, чтобы проникнуть через стенки сосудов. Это — первое. А второе, даже если они попадут непосредственно в кровь (при ране и травме), то НИКОГДА не смогут в ней выжить — температура живого организма 36-37 градусов, губительна для спор грибов слизевика.

Корр. Но Вы же тоже говорите, что рак вызывают грибы?

И.Ф. Да. Грибы. Но не базидиальные, а микромицеты. Аспергиллы, фузариумы, кандиды — то есть

патогенные колонии грибов, которые есть в любом организме, часто они вызывают заболевания — микозы. И медицина их хорошо знает и умеет с ними бороться. Вот только рак они вызывают очень коварно — они не сами внедряются в клетку организма, а выделяют ферменты, которые проникают в уже ослабленную оболочку здоровой клетки и генномодифицируют ее, то есть заменяют код информации своим кодом. И клетка становится больной, она начинает чувствовать себя... грибом-микромицетом и ведет себя также агрессивно. Уже доказано, что аспергиллы вызывают рак легких и бронхов, фузариум — рак пищеварительной системы.

Корр. А их нельзя убить лекарствами, которые лечат микозы — ну фунгицидными препаратами?

И.Ф. Нет. Раковая клетка — это уже мутант, на нее не действуют лекарства от микозов. Но наш организм очень умен — он давно создал защитный механизм, который подобные мутантные клетки научился узнавать и уничтожать. Вот только эти мутанты могут еще выбрасывать специальные микро-ферменты, которые «усыпляют» санитаров — макрофаги. А спящие макрофаги — не бойцы. Вот

здесь и сыграло большую роль действие целебных грибов — именно они охотно впитывают эти ферменты, выбрасываемые раковой клеткой — и пробуждают макрофаги, заставляют их работать. Причем, действие многих противоопухолевых грибов — НАУЧНО доказано и подтверждено многочисленными испытаниями на группах животных, больных раком. По степени эффективности это грибы — веселка, шиитаке, рейши, агарик, трютовиковые



грибы – губка листовничная, траметес, санхван, пория и т.д. У каждого гриба есть избирательная способность впитывать ферменты разных колоний патогенных грибов. Это, конечно, я постаралась очень примитивно рассказать механизм действия грибов в онкологии – он намного сложнее. Но – главное. Целебные грибы действительно имеют реальный противоопухолевый эффект и это НАУЧНО ДОКАЗАНО. На нашем сайте можно ознакомиться с научными статьями и диссертациями (кандидатскими и докторскими), защищенными в НИИ России.

Корр. Значит, грибами можно рак вылечить?

И.Ф. Основное, что нужно делать – это не затягивать с операцией и химиотерапией, а затем использовать грибы, для того чтобы снять риск возникновения метастазов. А это – самое сложное. Потому что метастазы возникают через определенный отрезок времени даже при замечательно сделанной операции и умелой химиотерапии. Грибы же помогают организму уничтожить оставшиеся раковые клетки в крови и лимфе. И делают это замечательно.



Михаил Кутузов (Толенищев-Кутузов)



Родился в дворянской семье, имевшей родовые корни на новгородской земле. И отличался с детства веселым нравом, любил подражать походке гостей и передразнивать говоривших, а также подшучивать над дворовыми людьми. Особо доставалось от него повару семьи Кутузовых – серьезному и малоразговорчивому Авдею Тихонычу, в юности посланному на выучку поварскому искусству в Петербург и немало преуспевшему в этом деле. Юный Кутузов обожал сладкое, но получал его только за успехи – так уж было принято в воспитании подростков в 18 веке. И поэтому, Авдей был всегда начеку, изготавливая десерт для родовитых гостей, часто наезжавших к хозяевам. Но .. и он не мог усмотреть, как буквально из-под руки то крем сладкий для торта исчезнет, то коржи для пирожных. Секли юного дворянина нещадно за проделки, но и повару доставалось. И тогда повар Авдей заключил мировой пакт с проказливым Мишей. Он обязался тайно печь его любимое печенье – грибочки, которое хранилось сколько угодно и всегда было рассыпчатым и хрустящим.

А почему печенье – грибочки? Да потому что все семейство были страстными грибниками, отец даже закладывал в парке – естественную «шампиньонницу», с которой всегда собирали грибы для пирогов и супов. А в погожий день выезжали на «тихую охоту» с дворовыми людьми и заготавливали припасы на зиму – рыжики и груздья для солений, белые – для сушки.

Михаил Илларионович часто вспоминал своё любимое лакомство – изобретение мастеровитого Авдея, жаль только, что рецепта не сохранилось. Но возможно – этот рецепт остался – и оказался он в Красноярском крае, где вот такие печенюшка-грибочки печет на радость детям и внукам Людмила.

Печенье «Шампиньоны» от Михаила Илларионовича Кутузова и Людмилы Баликатовой



Ингредиенты:

250 гр. сливочного масла
1 ст. сахарной пудры
2 яйца
1 десертная ложка какао
4 ст. ложки кукурузного крахмала
0.5 ст. муки
1 ч. лож. соды

Приготовление:

1. Взбиваем мягкое масло с сахарной пудрой и затем добавляем яйца.
2. Соединяем в миске муку, крахмал, соду и постепенно добавляем к масляно-яичной смеси, вымешивая до состояния теста.
3. Готовое тесто разделяем на шарики, размером с грецкий орех.
4. Какао высыпаем в миску, берём чистую, сухую пустую бутылку. Горлышко бутылки

макаем в какао, затем берём шарик теста и слегка вдавливаем в горлышко бутылки, чтобы часть теста оказалось в горлышке бутылки.

5. Выкладываем на противень оставляя место между грибочками (в процессе выпечки объём увеличится)

6. Нагреваем духовку до 180 градусов. Выпекаем 20-25 минут.

Как целебные грибы изменили мою жизнь

Знакомство с Ириной Александровной Филипповой и ее методиками лечения лекарственными грибами состоялось для меня 8 лет назад.

Впервые информацию о лечебном воздействии грибов на организм человека я нашла в алтайской газете «Вестник надежды» осенью 2003 года. Статья в № 127 «Как похудеть... грибами?...» показалась мне интересной. Я написала Ирине Александровне письмо (а потом и еще писала письма), получила от нее ответы на мои вопросы, ответам была необыкновенно рада. Дело в том, что в возрасте 4-х лет меня лечили гормональными препаратами. Последствия лечения на всю жизнь изменили меня – была очень полной, к 49 годам вес достигал 126 кг, целый букет болезней давал о себе знать. Перечислять болезни нет смысла – к этому возрасту большинство людей знают о них не понаслышке – начиная с гипертонии и кончая различными доброкачественными опухолями, не говоря уже о сильной зашлакованности организма, и, как следствие, повышенном холестерине.

В апреле 2004 года, получив из Центра фунготерапии посылку с грибными препаратами, я немедленно начала принимать препараты по предложенной схеме, соблюдая рекомендации по методике и диете. Результаты поначалу не слишком удивляли – за первый месяц я похудела на 3 кг, за второй были более ощутимы – 9 кг. 2 месяца, рекомендованных методикой, прошли успешно, реально «ушли» 12 кг. Имея достаточно большой опыт попыток похудения, могу с уверенностью сказать – это потрясюще! Тяжело похудеть на 2-3 кг, еще тяжелее удержать этот результат. Килограммы имеют гадкую способность возвращаться, да еще и в большем количестве. «Грибное похудение» имело радикальное отличие от всех прошлых опытов: есть совсем не хочется, при этом сокращается желудок, так как объемы съедаемой пищи значительно сокращаются. Печень, работая без «перегрузки» не только справилась с вновь поступающей диетической пищей, но и восстановилась сама (до лечения грибами у меня по результатам УЗИ был поставлен диагноз «гепатоз, +2.5 см»). После завершения в июне 2004 рекомендованного курса – 2 месяцев приема грибов, до января 2005 года уже без приема грибов(!) я похудела еще на 20 кг. Сразу замечу, что стиль питания, объемы принимаемой пищи, продукты, используемые в рационе, остались примерно те же, что и в период проведения лечения грибами. И это не было свершением «подвига», самоистязанием – просто это было естественным продолжением методики «Ямакиро». НЕ ХОТЕЛОСЬ питаться по-другому!

Результаты проведенного курса через 6 месяцев после его завершения:

1. Давление с отметок 200/110 с полным отказом от гипотензивных препаратов снизилось до цифр 130/85.
2. Печень «вернулась» в нормальные размеры.
3. УЗИ щитовидной железы и цифры гормонов щитовидной железы ТТГ, Т3, Т4, по словам эндокринолога, в норме (ранее ставили «гипотериоз» и узлы).
4. Улучшилось зрение; белки глаз стали белые, как у молоденькой, а радужка из мутной стала снова голубой.
5. «Уменьшились» размеры женских новообразований, полип вообще рассосался, эндометриоз с 12 мм уменьшился до 3 мм.
6. Ушли головокружения, «двоение» зрения, приливы и все другие прелести климактерического периода.
7. Перестала 3-4 раза в год, как бывало раньше, обращаться в поликлинику по поводу вирусных заболеваний, амбулаторная карта в поликлинике не пополняется.

Через год после проведенного курса ВЕС НЕ ВОЗВРАЩАЛСЯ! Через 8 лет ВЕС НЕ ВЕРНУЛСЯ!

Теперь я могу с уверенностью сказать: после 50 лет жизнь только начинается!

Мне многие говорят: «Ты, наверное, «подседа» на грибы?!» я могу честно ответить – нет, не «подседа». Но в связи с тем, что я не могу отменить возрастные изменения организма, экологическую обстановку места проживания, наличие вредных веществ в пище, воде и воздухе, стрессы в повседневной жизни, я время от времени по своим внутренним ощущениям помогаю своему организму. Понервничала, стала плохо спать – принимаю Рейши, начинаю



ет кружиться голова – 2-3 месяца пью вечером перед сном по 1-2 капсулы Мейтаке. Эта синяя баночка с капсулами как синий маячок «гаишной» машины – прорвемся сквозь все «препятствия» и «пробки», путь к здоровью свободен!

За все эти годы помимо явного улучшения качества жизни были случаи, когда знакомые и незнакомые доктора удивленно поднимали брови и говорили: «Такого не может быть!» В санатории в Башкирии доктор посмотрел на мои результаты денситометрии и сказал: «Наличие кальция в костях по возрасту должно быть 115-120 единиц, а у Вас – 142!!» Раньше, до знакомства с грибами, анализы на холестерин и сахар были значительно выше нормы. Весной 2011 года мы проходили обследования в нашей поликлинике. Биохимический анализ крови показал холестерин 2,8. И на сахар сдавала анализ многократный, с периодичностью 4 часа. После обеда анализ сахара показал 3,6. Недавно с мужем были в Китае. На акульей ферме – совместном предприятии Китай-Канада – русская женщина-доктор предложила провести диагностику по пальцу руки: ставишь палец в аппарат, видимо, ангио-скалярной диагностики. На экране появляются просвеченные мелкие капилляры пальца. Как правило, у всех на экране видны черные «шарики-капельки» – шлаки, холестериновые тела. У меня – чистые сосуды! Доктор сказала: «Такое состояние наблюдается только у детей!!! А Вам почти 60.» Мы даже на диктофон ее слова записали. Вот вам и Мейтаке!!

В заключении хочу сказать: многое в нашей жизни зависит от нас самих. Хочешь быть здоровым – будь здоровым! Никто, кроме нас самих, нам не поможет! Если сидеть ровно, ничего в жизни не изменится. Ищите свои методы оздоровления.

Помогла пория – не знаю горя я

После рождения детей (а они у меня погодки) замучили кисты на яичниках – и гормонами меня лечили (только располнела от этого), и какие-то дефицитные уколы назначали – какие-то кисты уходят, тут же новые образуются. Поликистоз. Даже предлагали операцию – удалить правый яичник. Но ведь мне всего – 34. Я еще , может быть, родить хочу. Поэтому стала искать рецепты трав, ходить к травникам. И нашла свое средство – травник из Сочи порекомендовал трутовый гриб порию, достала его с трудом – выслали из Забайкалья знакомые. Настаивала в термосе и пила по 50 мл в день. Долго пила – с полгода. Сразу стало заметно улучшение – остались только две большие (до сантиметра) кисты. Маленькие пропали. А теперь прочитала вашу газету – знаю, что у вас появился новый БАД из пории. Обязательно закажу.

Курсанова Е.Б., Калининград

ШКОЛА ФУНГОТЕРАПИИ приглашает на Дистанционное обучение

Что такое дистанционное обучение?

Дистанционное обучение (ДО) представляет собой современный, и вместе с тем, легко доступный продукт. Система дистанционного обучения позволяет приобрести необходимые навыки и иные знания не выходя из дома или офиса. ДО-очень гибкая система, она позволяет выбирать удобное время занятий.

После обучения слушатели получают диплом установленного образца.

Насколько ЭФФЕКТИВНО дистанционное обучение?

При ДО учитываются все временные и территориальные ограничения, с которыми сталкиваются лекторы и слушатели. Обучение проводится с использованием нескольких средств общения одновременно:

- Образовательная литература (книги и методические пособия)
- Обучающие диски с записью семинаров
- On-line консультация по электронной почте или в Skype.

Все это позволяет не только хорошо осваивать учебный материал, но и регулярно общаться с практикующими врачами-фунготерапевтами. Все учащиеся обеспечены возможностью своевременно связаться с преподавателем в процессе обучения, задать вопрос, получить консультацию по непонятному разделу.

По каждому пройденному разделу проводится тестирование, по результатам каждого и выдается сертификат.

СКОЛЬКО СТОИТ ДО?

Стоимость комплекта дистанционного обучения 4900 руб, он включает в себя успешный опыт восьмилетней работы Школы Фунготерапии!

**Дополнительная информация
по телефону в СПб
(812) 703-06-44
или по электронной почте:
office@fungo.ru**



Грибы – это отдельное Царство природы со своими законами, обычаями и... характерами. Да, да, характерами. В Китае поэтому, кроме зодиакальных, цветочных, гороскопов драгоценных камней есть и уникальный... **грибной гороскоп**. А так как грибная флора у нас достаточно совпадает, то мы решили привести его в нашей газете. Тем более, по точности характеристик он совпадает действительно удачно.

Месяц сверкающей лиловой капели, быстрых голубых ручейков и фиолетового вечернего снега. Грибницы, кажется, настолько прониклись этой безоглядной стихией воды, что стали окрашивать свои детища в совсем не свойственные грибному царству цвета – лиловый, голубой, фиолетовый... И характер соответственно проявился такой же – раздольный, открытый, часто бескорыстный, тянущийся к прекрасному, и глубоко мистический.

Итак, какой ты Гриб?

Рожденные «1», «5», «10», «19» и «28» апреля – имеют своим символом **гриб «паутинник фиолетовый»**.

Мастер интриг и волнующих ситуаций. Привлекает к себе некоторой загадочностью и замкнутостью, на самом деле это – наносное. Очень любит находиться в центре событий и быть в курсе всех новостей. Способен распутать благодаря дедуктивному складу ума любую запутанную историю. Его советами очень дорожат. Обладает редкой интуицией и способен переломить любую ситуацию в свою пользу. Все его знакомые и друзья играют, сами того не ведая, только по его правилам. Он же, как любой истинный магистр, только незаметно дергает за ниточки, следуя своим интересам.



паутинник фиолетовый

Дамы-«паутинники» всегда имеют непререкаемый авторитет в любом коллективе, даже если выполняют второстепенные функции. К их мнению прислушиваются и остерегаются настроить их против себя. Поклонников у них всегда хватает, и дело не во внешности, а в умении поставить себя так, что ими будут просто очарованы. К детям относятся ревниво, и именно из этих грибных дам получаются не самые лучшие свекрови или тещи.

Рожденные «2», «6», «11», «20», «29» и «30» апреля – имеют своим символом **гриб «копринус мерцающий»**.

Гриб, приятный во всех отношениях. Открытый, общительный, бескорыстный. Деньги умеет зарабатывать, но они у него задерживаются недолго. Страсть к тратам просто безудержная, причем он одинаково покупает то, что нужно и то, что не нужно. Любит посиделки с грибами на пеньке, склонен к горячительным напиткам, в частности, к «медвяной росе». Умеет «зажигать» в любой компании. Очень неравнодушен к «грибным дамам», предпочитает общество таких же веселых и безалаберных сыроежек. Способен поднять любой бизнес, но интерес к кропотливой работе быстро угасает, и он ищет что-нибудь новое и



чайный гриб

копринус мерцающий

интересное.

Дамы-«копринусы» необыкновенно любят флирт и легкие, ни к чему не обязывающие, отношения. Удивительно хорошо ладят со своими взрослыми детьми, так как не склонны им что-либо запрещать, и стараются понимать их стремление весело проводить молодость.

Рожденные «3», «7», «12», «21», «25» и «27» апреля – имеют своим символом **гриб «рядовка фиолетовая (синичка)»**.

Самый нежный и ранимый гриб очень стеснителен, но когда находит в себе силы быть в обществе – равных по обаянию ему нет. Не выносит агрессии по отношению к себе, поэтому старается держаться особняком.



рядовка фиолетовая

Из всего апрельского семейства – он хорошо сознает свою внешнюю привлекательность, но не кичится и не бравирует ею. Он спокойно растет на полянке в окружении клевера и луговых трав и просто радуется солнышку. В общении очень стеснителен, но когда находит в себе силы быть в обществе – равных по обаянию ему нет. Не выносит агрессии по отношению к себе, поэтому старается держаться особняком. Долго помнит обиды и не выносит назидательного руководства со стороны общепризнанных авторитетных грибов. Мечтатель и созерцатель. Иногда вынужден вести активную жизнь, но в душе его тяготит.

Дамы-«синички» – это грибы-цветы. Хрупкие, нежные, утонченные, полностью занятые собой и своей внутренней жизнью. Любят музыку и литературу. Детей особо не опекают, но пользуются с их стороны любовью и восхищением.

Рожденные «4», «8», «13», «22» и «26» апреля – имеют своим символом **гриб «рогатик аметистовый»**.

Характер двойственный. Кипучая деятельность в течение какого-то времени сменяется глубокой депрессией, или просто наступает стадия пассивности. Ум глубокий и оригинальный, способный на нестандартные



рогатик аметистовый

Грибной гороскоп



Каша из пории

Отцу моему 70 лет, а он до сих пор трудится лесником в Пермском крае. И всегда был и есть – бодр и жизнерадостен. Секрет такой жизненной энергии довольно прост, и мне давно известен. Когда-то отец работал на лесозаготовках, и в его бригаде были китайцы. С одним он подружился очень, и тот потчевал отца интересной кашкой – из порошка пории и неклеякого круглого риса (30 грамм порошка пории на 100 грамм риса). С тех пор прошло много лет, но до сих пор мы очень кашу ту любим и постоянно ей питаемся – утром в качестве завтрака. Это укрепляет селезёнку, содействует спокойствию, усиливает мочеотделение и снимает отёчности. Питает сердце и лёгкие при недостаточности, устраняет интоксикацию от жара, улучшает работу толстого кишечника. В Поднебесной очень рекомендуют употреблять кашу при туберкулёзе, лёгочной недостаточности, при кашле людям среднего и пожилого возраста. Жаль, у нас пория не растёт. Но китаец тот – Цзи Ян его зовут – хотя давно уж далеко-далеко, дома – до сих пор с отцом дружит и порошок пории присылает. Низкий поклон ему за это...

*Сергей Комов, Хохловка,
Пермский край.*

Легкая походка.

Здравствуйтесь! Я вот о чём хочу сказать. Да, конечно, грибы – это вкусно. Это – полезно. Но самое главное и первостепенное лечебное свойство грибов состоит в том, что они вынуждают грибника много гулять, а во время такой замечательной лесной прогулки неоднократно и с усердием кланяться земле-матушке, доставая гриб, прячущийся под прелыми листьями, в густой траве. О пользе же прогулок на свежем воздухе в сочетании с необременительной зарядкой и говорить не приходится. Известный прекрасный знаток грибов Зуев говаривал: «Охотники и грибники не стареют, и по жизни идут – походкой лёгкой...». Лёгкой вам походки, приятных здоровых прогулок, с весной!!!

Валентина Болтухова, Тамбов.

решения, но применения на практике полученных знаний часто бывают неудачными. Бизнесменами «рогатика аметистовые» обычно не становятся, составление бизнес-проектов и просчет затрат – для них огромный труд, но они замечательные научные работники, которые не просто ведут тему, а делают открытия. Это авторы самых неординарных проектов не только в науке, но и в искусстве, литературе, бизнесе.

Дамы-«рогатика» обладают отменным вкусом, им присуща врожденная аристократичность и нестандартное мышление.

Рожденные «9», «15», «17» и «23» апреля – имеют своим символом **гриб «лаковица аметистовая»**.

Характер мистический и немного сентиментальный. Они мечтательны, но умны и язвительны. Живут обычно вне реального мира, то есть интересы наживы или просто зарабатывания денег у них явно не на первом месте, хотя они иногда стараются показать себя деловыми людьми. Их внутренний мир сконцентрирован на воспоминаниях о прошлом: о первой любви, ярких моментах детства. Очень любят путешествовать, но к активному отдыху склонны только в молодом возрасте. В зрелом возрасте предпочитают созерцательные путешествия, любят церкви, монастыри, исторические памятники.

Дамы- «лаковицы» очень чувствительны и романтичны, но в реальном мире обычно неплохо себя чувствуют и обладают здравым смыслом и логичным умом. Очень любят драгоценности и украшения.

Рожденные «14», «16», «18» и «24» апреля – имеют своим символом **«польский или панский гриб»**.

Очень трезвый ум и врожденная способность к коммерции. Они так могут рассказать о продукте, который хотят продать, что ни у кого сомнения не возникнет в том, насколько это соответствует действительности, и с большим желанием приобретут его. Способность к рекламе и саморекламе у польских грибов огромная. Они всегда умеют показать свою значимость, то есть «товар лицом». Часто бывают скуповаты и мелочны, но умело это скрывают. Очень любят торжественные мероприятия, светские тусовки. Любят руководить грибным народцем и охотно раздают бесплатные советы.

Дамы – настоящие польские пани. Властолюбивые, умные, всегда упорно отстаивают свои взгляды и стараются быть законодателями в любой области: в моде, кулинарии, профессиональных отношениях и т.д. Семей управляют достаточно твердой рукой.

*«Грибной гороскоп»
Отрывки из книги И.Фриллиной*

Веселка против эрозий желудка

Эрозивный гастрит – это мучение. Постоянная тошнота, боли, отрыжка воздухом. Особенно плохо стало после антибиотиков, которые вирус в желудке убивали. А эрозии так и не залечились. Пробовала настойки водочные травяные и грибные – плохо, боли. Решила своим методом – в теплом липовом меде растворяла пару капсул веселки и рассасывала во рту. Очень хорошо. И эрозии потихоньку перестали беспокоить, сейчас могу уже себе позволить нестрогую диету. Сделаю неприятную процедуру – проверю как заживает слизистая желудка – и результаты сообщу письмом. Уже знаю, что веселка помогла..

Митрофанова Н.Н., Москва

Пермь – Семинар Фунготерапевтов продолжение



Врач, акушер-гинеколог Арутюнян Анаит Араратовна знает об этом не понаслышке, она сталкивается с такой безнадежностью в глазах своих пациенток постоянно. Пробовала разные методы – от гормонотерапии до гомеопатии. И только, применяя целебные грибы в дополнение к обычным медицинским назначениям, пришла к выводу – они ПОМОГАЮТ. В доклинических исследованиях (монография проф. Соколова В.Д.) было установлено, что ВЕСЕЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ стимулирует жизнеспособность активных сперматозоидов, врач Арутюнян подтвердила это практикой. «За эти восемь лет я неоднократно наблюдаю, как приходит так долго ожидаемая беременность, благодарят, с детишками приходят.» Кавказская женщина, эмоциональная, глаза горят – рассказывает, приводит примеры, называет имена малышей, которым помогла появиться на свет... Советы, консультации – тут же на сцене с ней, с другими врачами... Их десятки. А пациенты... Отдельная история. Трудная, сложная, выматывающая. И у каждого – своя, особая... И каждого, КАЖДОГО из хлынувшей на сцену волны – мутной, пенной, обременённой

болезнями – надо выслушать. Необходимо. Работа такая. Сделать так, чтобы волна этих людских судеб, людей, уставших от того, что их отфутболивают часто от «специалиста» к «специалисту», схлынула со сцены уже не мутной болотью, а чистой да светлой – Надеждой. Так и происходит. Правда, приходится нелегко. Врачу Филипповой – родоначальнице российской фунготерапии – особенно, после двух-трёх часового разговора с врачами, рассказав о грибах да о Центре, ею возглавляемом, выдерживать такой натиск пациентов. И вынуждены просто вырывать её хоть на пять минут из плотного кольца людей, пытаясь объяснить, что она не робот железный, а живая, из плоти и крови, что дышит воздухом страхов и тревог пациентов, что давление подпрыгивает под небеса, что передышка нужна – глотнуть свежего воздуха, выпить чашку кофе... Куда там... Тут уж приходят на выручку врачи местного пермского филиала – Наталья и Дмитрий, о которых я уже говорил. И «группа поддержки» из филиала в Екатеринбурге – Владимир и Светлана Горские, тоже профессиональные врачи и тоже супружеская пара – такая вот у нас команда единомышленников. Именно для этого они приехали в Пермь. Именно для этого через четыре дня с нами, вернувшись поздней ночью сегодня из Перми в Питер (с пересадкой в Москве...), отправляются из Екатеринбурга в Тюмень. Делать то же самое. Работать. Выслушивать. Консультировать. Лечить. Помогать. И ни разу ни один пациент не ушёл с проходящих в разных городах семинаров не выслушанным, обделённым вниманием. И что такое покрасневшие глаза, зашкаливающее артериальное давление, вымотанность к вечеру полнейшая, опустошение – по сравнению с глазами людей, в которых загорается надежда – и вера... На то, что ВСЁ – получится... Вот жена одного онкологического больного... Помытарившись по «лечебным», извините за выражение, заведениям, вдоволь насмотревшись на своё безответное отражение в пустых и безразличных оловянных глазах некоторых «докторов», она не потеряла надежду. Не отступила и не опустила руки. Вынужденно оставив работу, чтобы иметь возможность помогать бороться с недугом мужу, тяжелому онкобольному, который продолжает жить и работать вопреки тем, кто



Пермь – Семинар Фунготерапевтов

давно его списал со счетов. Она кропотливо записывает в тетрадки чуть ли не ежечасно то, как проходит лечение при помощи целебных грибов и трав, как чувствует себя муж, что именно, когда и в каких количествах он принимал. Вот они, эти тетради. Мы их рассматривали, мягко говоря, с изумлением... И не могли не сфотографировать. И поражаешься вот этому – практическому доказательству – действия грибных БАДов. А про мытарства по больницам эта худенькая, маленькая женщина с большой и сильной душой – по моей просьбе – обещала написать в нашу газету. О чём мы после и расскажем. Обязательно... Зато воскресенье следующего дня – до вечера, до отлёта – всё было наше... Не выспавшись, конечно, толком – некогда спать... – да еще и индивидуальные консультации у Ирины Александровны случились, да и врачи задавали вопросы, консультировались по сложным случаям – но.. Все же под чутким и заботливым руководством Натальи и Дмитрия успели посмотреть хотя бы то, из массы интересного и удивительного, что можно было увидеть. Напитаться бодрящим могучим воздухом седого Урала... Не успели, увы, посетить знаменитую кунгурскую соляную пещеру – дорога дальняя и разбита вся, а времени – в обрез... Зато свозили нас в замечательную Хохловку – памятник, целый комплекс уральского деревянного зодчества – на манер Кижей наших северных... На холме заснеженном, на берегу огромной Камы, в хвойнике уральском... Красота неопишная... Церковь семнадцатого века, деревянная – без единого гвоздя, само собой... Мельница – огромная, стоит сотни лет – хоть бы что ей... Побывали и внутри настоящего древнего пермяцкого дома, и в хозяйственных постройках – овины, гумно... Тут же расположены постройки целого соляного завода... Обошли все, интересно – не передать... Чего стоит одно здание соляного склада, которое за сотни лет так пропиталось солью, что стало весить более ста тонн...!!! Всего и не расскажешь – в газете-то... Места не хватит... А так хочется... – про огромных сибирских собак, которые в лесу бесстрашно бросаются на медведя, а за нами бродили как шёлковые, ласково-искательно и немного смущённо заглядывая в глаза, выпрашивая очередной бутерброд с лосиной колбасой... Про того же медведя – один из знаменитых символов пермяцкого края, присутствующего на гербе Перми. Его изваяние – из латуни – находится прямо напротив гостиницы, и символ этого удивительного края выглядит непоколебимо-вечным... А мы по традиции весело тёрли ему нос, отполированный тысячами рук до блеска ослепительного, и мечтали – что когда-нибудь вернёмся сюда... Непременно – вернёмся... На прощанье сфотографировались около уморительно смешного памятника «Пермяк – Солёные уши...»... Хотя после рассказа, почему именно так он называется и так выглядит смех стал грустноватым... Соль-то, которую здесь добывали, ох и нелегка по весу, женщины носили мешки по пятьдесят килограммов, мужчины – и того больше... На плечах носили, мешок возвышался над головой стоймя, и соль разъедала кожу головы и ушей – больно невозможно... Поздней ночью, оказавшись наконец под серо-влажным, но родным и знакомым питерским небом, выйдя уже из здания аэропорта, наблюдали потрясающую картину – среди суеты, беготни с чемоданами, шума и выхлопных газов автомобилей, невозмутимо возвышалась здоровенная фигура таксиста, «бомбилы», который, стоя лицом ко входу, протягивал большую ладонь с насыпанными в неё семечками, а с карниза на ладонь эту преспокойню так, доверчиво, слетала синичка, и, усевшись уютно, клевала те семечки... А мы, замерев ошеломлённо ненадолго, поняли – что усталость уходит, что в душе наступает мир и покой, и что всё вокруг – совсем не так плохо, как порой кажется...

Игорь Коротков



Детская страничка

Настя

Ночью дождик лес полил -
Каждый кустик не забыл.
Утром солнышко пригрело.
Очень Настя в лес хотела.
Найти ягоды, грибочки
Под деревьями, на кочках.

Всей семьёй в машину сели.
(За грибами все хотели)
Взяли вёдра и лукошки,
Чтоб собрать туда немножко.
Настя говорит: «В лесу
Я лукошко понесу.
На полянках и в бору
Грибов много наберу».

Вышла Настя на полянку,
А вокруг одни поганки.
С папой Настя пошла в бор,
Но нашла лишь мухомор.
Стоит Настя, чуть не плачет.
Очень трудная задача!
Под кустами и на кочках
Не найти совсем грибочков!

Съела Настя земляники,

Кислых ягод голубики...
Видит вдруг за кочкой кочка.
А на ней растут грибочки:
Шляпки на них красные.
«Ой! Грибы прекрасные!», -
Настя закричала.
К кочке побежала.

Только вдруг пропала кочка,
И прекрасные грибочки!
Удивилась очень Настя:
«Вот беда! Одно несчастье!
Только-что грибы здесь были.
Точно были! Но уплыли,
Ускакали, убежали...
Мы грибочки не догнали!»

Настя говорит: «Чуть-чуть
Надо всем нам отдохнуть».
Вместе сели на пенёчки...
Видим вдруг: ползут грибочки!
Мы вскочили, подбежали,
И грибочки мы поймали!

Это ёжик шёл домой,
И грибочки вёз с собой.
На колючках – на спине

Деткам малым и жене.
Мы за ёлкой быстро скрылись
И тихонько притаились.
А «грибочки» постояли,
Фыркнули и убежали.

«А, откуда ёжик шёл?
И грибы он где нашёл?
Мы подумали немножко,
Взяли вёдра и лукошко.
Настя впереди пошла...
И грибы сразу нашла!
Под осинкой, за кусточком
Красные росли грибочки. -
Нам оставил ёж немножко,
Их сложили мы в лукошко.

Пусть грибочков было мало,
Настя радостно сказала:
«Ну, спасибо, ёж тебе -
Подсказал грибочки где!»

Мы потом в лесу гуляли
И ежа мы вспоминали.
Правда очень мы устали,
Но лукошко всё собрали.

Настя, дай скорей ответ:
«Было это или нет?»
Если нет – тогда об этом
Снова спросим тебя летом.

Игорь Захаров





Центр фунготерапии Ирины Филипповой

г.Санкт-Петербург

магазины "Грибная АПТЕКА" в Санкт-Петербурге

- (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) 717-17-11
(м.Владимирская) ул. Колокольная, д. 8, тел.: (812) 334-98-91,
575-57-97
(м.Пр.Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к.2, тел.: (812) 377-26-86,
973-57-40
(м.Пр.Просвещения) пр. Энгельса, д.132/1, тел: (812) 715-47-26

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

www.fungo.ru

магазины "Грибная АПТЕКА" в Москве

- (м.Дмитровская) ул. Бутырская, д. 67, тел.: (495) 510-49-70,
234-55-41
(м.Полежаевская) Хорошевское шоссе, д.68, к.5,
тел.: (495) 940-20-13, 941-30-10

Справки по телефонам в Москве:
(495) 510-49-70, 940-20-13

www.fungomoscow.ru

Приобрести грибные препараты можно

в аптеках Москвы и Московской области

- (м.Ясенево) ул.Голубинская, д.32/2, тел.: (495) 423 21 69
(м.Братиславская) ул.Перерва, д.62, к.1, тел.: (495) 658 54 28
(м.Преображенская площадь) ул.Б. Черкизовская, д.5, к.1, тел. (495) 963-51-00
(м.Новые Черемушки) ул.Гарibaldi, вл.4Б, стр.1, тел.: (495) 504 78 53
(м.Каширская, м.Марьино) ул.Братеевская, д.16, к.1, тел.: (495) 342 02 13
(м.Бульвар Дм.Донского) ул. Грина, д.30, тел.: (495) 714 84 27
(м.Люблино) ул.Новороссийская, д.25, к.1, тел.: (495) 358 27 80,
(м.Митино) 3-ий Митинский пер.,д.1, тел.: (495) 752-78-00
(м.Перово) Зеленый проспект, д.13, тел.: (495) 672 91 29
(м.Братиславская) ул.Верхние Поля, д.9, к.2, стр.4, тел.:(495) 351 42 06
(м.Каховская) Симферопольский бульвар, д.17, к.1, тел.: 8 (499) 317 36 22
(м.Беляево) ул.Островитянова, д.5, тел.: (495) 438 74 75
(м.Кузьминки) Волгоградский проспект, д.145, к.2, тел.: (495) 657 03 81
(м.Люблино) ул.Новороссийская, д.30, корп.1, тел.: (495) 783 08 33, 358 42 59
(м.Университет) Проспект Вернадского, д.11/19, тел.: (495) 131-29-21, 517
(м.Дмитровская) Дмитровский проезд д.8/1, тел.: (495) 976 34 74
(м.Марксистская) ул.Воронцовская, д.1/3, стр.2а, тел.: (495) 911-05-95
(м.Новокузнецкая) ул. Пятницкая, д.16.стр.1, тел.: (495) 951 70 13
(м.Новослободская) ул. Краснопролетарская, 14/2, тел.: (499) 542-02-80
(м.Измайловская), ул.3-я Парковая, д.7/178, тел.: (499) 165 25 30
(м. Царицыно), ул. Медиков, д. 16, тел.: (499) 320-79-83
(м.Электrozаводская), ул.Б. Семеновская, д.32, стр.7, тел.: (499) 369-20-38
(м. Кожуховская), ул. Южно Портовая д. 7, стр. 7, офис 107, тел.: (925) 514-86-8
(м. Охотный ряд) ул. Тверская, д.4, тел.: (495) 692-05-26
(м. Римская), ул. Сергия Радонежского, д.8, тел.: (495) 678-80-17
(м. Маяковская), ул. Красина 24/28э, тел.: (499) 254-64-96
(м. Бабушкинская), Староватутинский проезд д. 17, тел.: (495) 472-08-53
(м. Выхино), ул. Хлобыстова, д. 26, стр. 2, тел.: (495) 657-54-90
(м. Печатники) ул. Гурьянова д.4 корп.1, тел.: (499) 722-46-28
(м. Каширская, Кантемировская) Пролетарский пр. д.3 тел.: (499) 725 27 96
Московская обл., г.Люберцы, ул.Юбилейная, д.17А, тел.: (495) 559-03-55
Московская обл., г. Юбилейный, ул. Лесная д. 14, тел.: (495) 515-23-99
Московская обл., г. Люберцы, Октябрьский проспект, д.66, тел.: (495) 503-11-11
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 2010, тел.: (499) 729-27-20
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 1456, тел.: (499) 738-40-77 доб.12
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 234А, тел.: (499) 729-27-20
Московская обл., г. Зеленоград, корпус 1818, тел.: (499) 738-01-40

На правах рекламы

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8-800-5555-170
Звонок по России бесплатный

Наши представители



Россия:

- г.Адлер (8622) 33-40-43
г.Белгород (4722) 53-88-55
г.Владивосток (4232) 371-291, 707-509
г. Владикавказ 8-918-708-18-74, (672) 54-99-64
г.Вологда 8-921-143-24-56
г.Выборг (813) 782-80-44
г.Владимир 8 (4922) 21-88-90
г.Екатеринбург (343) 213-99-61
г.Ейск 8-918-6364417
г.Казань (843) 526-01-24, 251-47-67
г.Красноярск (3912) 242-66-98, 299-82-82
г.Магнитогорск (3519) 25-35-51
г.Москва (495) 510-49-70, 940-20-13
г.Мурманск (8152) 25-60-49, 25-66-21
г.Н.Новгород (831) 436-14-38
г.Н. Тагил (3435) 43-68-17
г.Нижевартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40
г.Омск (3812) 53-06-49
г.Оренбург (3532) 99-21-18
г.Пермь (342) 271-29-86
г.Самара (846) 242-76-44, 242-76-64
г.Снежинск (35146) 235-35
г.Тольятти (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
г.Тюмень (3452) 64-51-22
г.Ухта (82147) 643-50
г.Хабаровск (4212) 74-96-17
г.Холмск (42433) 5-09-78
г.Чебоксары (8352) 343-845
г.Челябинск (351) 775-39-29
г.Череповец (8202) 22-26-92, 8921-145-99-93
г. Чита (3022) 35-93-66



Украина:

- г.Киев (044) 484-13-54, (044) 331-74-44
г.Донецк (066) 950-24-03, (066) 754-34-51
г.Мариуполь (095) 591-35-08
г.Днепропетровск (066) 393-72-15
г.Одесса (048) 743-88-61, (067) 556-01-74
г.Полтава (066) 284-06-57
г.Севастополь (050) 283-03-60, (0692) 93-31-11
г.Черновцы (03737) 3-11-00
г.Харьков (057) 762-76-46, (050) 606-72-66
г.Херсон (067) 748-08-89, (050) 765-42-44
г.Ивано-Франковск (0342) 71-07-73
(050) 949-09-42



Эстония:

- г.Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627



Казахстан:

- г. Алма-Ата – +7 727-327-18-27
+7 777-345-67-89

**Щи из квашеной
капусты с грибами****Ингредиенты:**

800 г квашеной капусты,
40-50 г сушеных грибов,
100 г моркови,
100 г репчатого лука,
100 г томат-пюре,
корень петрушки,
20 г муки, 50 г растительного масла, зелень петрушки или укропа.

растопить растительный жир, в него, непрерывно помешивая, всыпать муку и обжарить ее так, чтобы мука не изменила цвета, продолжая помешивать, влить в муку в несколько приемов бульон, не допуская образования комков. В кастрюлю с тушеной капустой влить отстоявшийся грибной отвар, опустить обжаренные грибы, все довести до кипения, добавить мучную пассировку, слегка обжаренные морковь, лук, корень петрушки и томат-пюре, посолить. Щи можно приготовить с картофелем, в таком случае мучная пассировка не вводится.

При подаче щи заправить мелко рубленой зеленью петрушки или укропа.

Приготовление:

Лук мелко порезать, морковь натереть на средней терке.

В сковороде разогреть растительное масло и положить лук. Обжаривать на большом огне при постоянном помешивании до легкой прозрачности и начала размягчения лука.

Всыпать тертую морковь. Перемешать, огонь убавить до ниже среднего и обжаривать при периодическом помешивании до мягкости. Грибы мелко нарезать или натереть на крупной терке. Всыпать грибы в сковороду с овощами. Огонь прибавить. Перемешать. Жарить примерно 3 минуты при помешивании. Посолить по вкусу. Картофельное пюре подогреть до теплого. Если пюре очень жесткое, добавить несколько ложек кипятка и хорошо перемешать, чтобы не было комков. Вмешать крахмал. Противень застелить бумагой для выпечки. Выложить картофельную массу прямоугольником 30x25см. Поставить в разогретую до t=200~220°C духовку на 15-20 минут – до легкого зарумянивания. Противень вынуть и по картофельному пласту распределить овощную начинку. Пласт осторожно свернуть в рулет, одновременно отделяя бумагу. Верх рулета смазать растительным маслом или крепким чаем. Поставить в духовку на 15 минут.

Ингредиенты:**Картофельное тесто:**

700г картофельного пюре,
3 ст ложки без горки крахмала

Начинка:

250г лука, 250г моркови,
250г грибов, 1 ч ложка соли

**Картофельный рулет
с грибами и овощами****Картофельный салат с маринованными грибами и зеленым горошком****Ингредиенты:**

картофель – 6-8 шт,
лук репчатый – 1 шт,
маринованные шампиньоны
или другие грибы – 1 банка (200 г),
маринованные огурцы – 4-5 шт,
зеленый горошек – 1 банка,
зелень (по желанию),
соль, перец, растительное масло.



картофель, грибы, огурцы, лук, зеленый горошек, зелень, соль, перец. Салат заправить маслом и перемешать.

Приготовление:

Картофель хорошо вымыть и сварить в мундире до готовности. Очистить и нарезать кубиками. С маринованных грибов слить жидкость и нарезать ломтиками. Маринованные огурцы нарезать маленькими кубиками. Лук очистить и нарезать полукольцами или четвертькольцами. С зеленого горошка слить жидкость. Зелень вымыть, обсушить и порубить. Соединить вместе подготовленные ингредиенты:

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungocenter.com. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180, оф. 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 Коротков И. Тираж 100000 экз. Подписано в печать 28.11.2011 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-1268

