

vitalpilzratgeber.de



# БИО ВИТАЛНИ ГЪБИ

Уникален подарък от природата



Европейски знак, който удостоверява биологичния произход на храни (хранителни добавки), съгласно европейските стандарти за биологично производство. Продуктът е от контролирано биологично земеделие с произход на суровината от/извън Европейски съюз.

Ще се запознаете с основните елементи на виталните гъби и тяхното благоприятно въздействие, както и приложението им в така наречената Микотерапия.

## Виталните гъби – едно от най-старите естествени лечебни средства

Виталните гъби принадлежат към най-старите естествени лекарства на човечеството. В Китай и Япония са използвали витални репване на защитните сили на организма, при заболявания на сърцето и кръвообращението, регу гъби още преди 4000 години, отчасти с поразителен успех за предотвратяване, намаляване и лечение на широк спектър от заболявания. Виталните гъби се използват за уклиране на кръвното налягане и нивата на кръвната захар, подсилване и детоксикация на черния дроб и при алергии, както и за загуба на тегло и най-вече за подобрена жизненост. До ден днешен в тези страни високо се ценят гъбите Шийтаке и Рейши като питателни храни. И двете се считат за „извор на младостта“.

Оказва се, че никъде по света няма толкова голям брой психически и физически годни столетници както в Азия. Ето защо през последните четири десетилетия западните страни също започнаха да показват по-висок интерес към традиционната китайска медицина и по-специално към по-забележителните от виталните гъби.

## Виталните гъби и тяхното съдържание

Естествените вещества, открити във виталните гъби са много ценни по отношение на храненето. Те оказват влияние на много жизненоважни функции на тялото, могат да забавят процеса на стареене и да подпомагат лечебния процес на множество заболявания - всичко това без странични ефекти.

Проучванията са потвърдили над сто ценни лечебни вещества. Внимателната преценка обаче предполага, че това в действителност е само малка част. Особено уникална е комбинацията от витамини, минерали, микроелементи, фибри, основни аминокиселини или вторични вещества с висока биологична активност. Това е основно защото гъбите, редом с растенията и животните, създават своето собствено специфично царство сред живите същества, като по този начин много от веществата, съдържащи се в тях не могат да бъдат намерени никъде другаде в природата.



## Микотерапия – Виталните гъби и тяхното благоприятно въздействие

За да се разбере многостранният набор от ефекти на Рейши и другите витални гъби, човек трябва да знае, че техните активни вещества не се борят с болестта, а по-скоро подобряват и укрепват организма като цяло.

Виталните гъби регулират ефективно т. нар. хомеостаза. Този термин обобщава баланса на различните протичащи процеси в организма като например баланса на минерали, ензими, хормони, вода, електролити и имунните клетки. Тези свойства и ефекти от виталните гъби формират основите на Микотерапията.

Те функционират в противовес, което означава, че могат да понижат кръвното налягане при лице с високо кръвно налягане, като в същото време са в състояние да повишат кръвното налягане при някой с ниско кръвно налягане. Този принцип на балансиране се отнася и за храносмилане, психика, алергии или рак. Само с тези познания е възможно да се разбере, особено като предпазна мярка, невероятно широкия диапазон приложения на тези специални гъби.

## Виталните гъби при лечението на рака

През последните няколко години, третирането на рак с витални гъби показва много интересни и окуражаващи резултати. В Азия и САЩ много от активните вещества, открити във виталните гъби, са официално одобрени лекарства за лечение на раковите заболявания.

Лечението се базира на конкретни полизахариди, които са доказали, че имат инвалидизиращ ефект върху развитието и растежа на туморите. Те не атакуват пряко раковите клетки, но насърчават производството на макрофаги, цитотоксични Т-хелперни клетки и естествени клетки убийци. Отделно от това, тези полизахариди освобождават организма от отделяне на активни вещества - интерлевкини и интерферони. Това дава информация на тялото да разпознава и унищожава дегенериралите клетки.

Виталните гъби успяват силно да стимулират имунната защита на организма до степен, че не се стимулира само един вид защитни клетки, а на практика цялата имунна система.



„Проучванията са потвърдили над сто ценни лечебни вещества“

## Агарик Блазеи Мури

Agaricus Blazei Murri

Виталната гъба Агарик Блазеи Мури накратко АБМ е известна и като „Химематсуаке“ („Himematsuake“). Тя произхожда от дъждовните гори на Бразилия. Местните хора я наричат „гъба на Бога“ и я използват не само като „специална“ храна, но също така и в случай на сериозно заболяване.

Японски учени забелязват и изследват тази гъба преди около 40 години, тъй като продължителността на живот в регионите, където се консумира тази гъба, е по-висока и случаите на рак са били почти нечувани.

В същото време тази гъба преживява истински „бум“ в природолечението. Тя се отглежда в големи количества и е призната като одобрено противораково вещество в Япония, Бразилия и САЩ.

### Значение за природолечението

Във виталната гъба АБМ се намират фармакологични ценни вещества и най-голям дял на ценни полизахариди (особено  $\beta$ -глюкан) от всички виталните гъби. Забележителни антитуморни ефекти също се приписват на АБМ.

Агарик често успешно спира растежа на раковите клетки и може дори да доведе до тяхната дегенерация. Тези ефекти са потвърдени при изследвания на левкемия, рак на червата / белодробен рак / рак на стомаха / рак на простатата, както и рак на черния дроб, гърдата и панкреаса. Оказва се особено успешно противодействие срещу мозъчни тумори и рак на кожата, както и хепатит В / С, чернодробна цироза и други заболявания на черния дроб, далака или стомаха. Това се отнася и за случаите, когато не могат да бъдат приложени операции, лъчетерапия или химиотерапия.

В същото време, АБМ гъби (или техни екстракти) могат драстично да намалят опасните странични ефекти, причинени от конвенционалните терапии като радио или химиотерапия. Те спомагат за бързо изхвърляне на токсините, образувани в процеса и подобрява хематозата в костния мозък.

Подобрената имунна система също така влияе положително на лечението на хронични възпаления, алергии, астма, бронхит и мигрена, както и на хронична умора и особено на автоимунни заболявания като полиартрит, диабет тип I и хиперфункция на панкреаса. Екстракти от АБМ се използват при поддържащо лечение на СПИН.

### Основни области на употреба

**Лечение на рак (придружаващо традиционната медицина)**

**Облекчава страничните ефекти на радио или химиотерапията**

**Автоимунни болести**



# Аурикулария

## Auricularia polytricha

Аурикулария, известна също като „дървесно ухо“, е витална гъба, която е широко разпространена почти в целия свят. Нейното плодно тяло е мразоустойчиво и може да се намери през цялата година. Тя дори може да бъде изрвена под снега в средата на зимата.

Аурикулария е известна от китайската кухня, където тя се добавя към супи или се използва за подобряване вкуса на сосове. Дървесното ухо има само по себе си много мек вкус, поради което е много подходящо за абсорбиране на аромати от подправки.

Обикновено Аурикулария се получава в изсушена форма. Ако дървесното ухо е наkisнато преди готвене, неговият обем се увеличава значително, като се гарантира приятен вкус в устата.



## Значение за природолечението

Аурикулария често се използва при лечение на артериосклероза/атеросклероза в традиционната китайска медицина за регулиране на кръвообращението и намаляване на нивата на холестерола. Освен това се счита, че има противовъзпалителен ефект.

В продължение на много време се изследват анти кръвосъсирващите свойства, които оказват положително влияние на кръвното налягане. Документирани са положителни резултати, по-специално за предотвратяване на инсулт, инфаркт и заболявания на кръвообращението, макар и да не е точно известно как работят веществата, съдържащи се в нея.

Допълнителни изследвания сочат към регулиращо въздействие на Аурикулария на имунната система, при което развитието на имунните клетки на далака може да бъде подобро. Подобно на повечето витални гъби, които са изследвани до момента, Аурикулария има явен положителен ефект за укрепване на имунната система при туморни заболявания и по този начин се използва в съответните процедури.

## Основни области на употреба

**Артериосклероза (подобряване на кръвообращението)**

**Циркулаторни нарушения**

**Тромбоза, профилактика при инфаркт и инсулт**

**Регулиране на кръвното налягане**

## Кордицепс Синенсис

*Cordyceps sinensis*

Кордицепс Синенсис, още позната като „китайска гъсеница“, вероятно произлиза от Тибет, където расте на височина до 5000м. Нейният естествен основен хранителен ресурс не е дърво или друг растителен субстрат, както е при други гъби, а по-скоро вид гъсеница. Тя заразява гъсениците под почвата, убива ги и след това покълва през пролетта, като плодното тяло е с формата на пръст.



Наред с множество витамини, микроелементи и основни аминокиселини, китайската гъсеница също съдържа ценни полизахариди. Към момента са известни веществата кордицептин, офикордин и галактоманан, които могат да имат стимулиращо въздействие върху имунната система.

### Значение за природолечението

Тази необикновена гъба стана особено известна като афродизиак. Тя подобрява сексуалната активност и помага при сексуални затруднения и нередовна менструация чрез своите стимулиращи ефекти върху половите органи. Обяснението за това е доказаното влияние върху невроендокринната система. Кордицепс стимулира например отделянето на хормони от надбъбречния кортекс, с което постоянно намалява стреса и депресиите. В резултат на това се успокояват емоциите, а безсънието се облекчава.

Тези витални гъби се приемат с охота и от спортисти, тъй като имат забележителен ефект за повишаване на резултатите. Азиатски олимпийци консумират гъбата от незапомнени времена, от една страна, за подобряване на резултатите на състезания, а също така и с цел възстановяване от натоварени тренировки, тъй като гъбата спомага за по-бързо възстановяване на мускулите. Учените смятат, че подобряващият оксигенацията ефект от Кордицепс (като по този начин се влияе на цялата сърдечно-съдовата система) е поне една от причините за качествата, повишаващи резултатите и издръжливостта.

Кордицепс е полезна при ставни и мускулни болки, както и ревматизъм. Тя защитава и укрепва бъбреците, белите дробове и черния дроб. Тези витални гъби са еднакво ефективни за анемия, слабост, и хронична умора, както и при заболявания на дихателните пътища като астма и бронхит, а също и като естествен антибиотик за бактериални инфекции. Проучванията показват например, че Кордицепс спира повишаването на клостридите, като същевременно оставя бифидобактериите и лактобацилите необезпокоявани - за разлика от лекарствата, използвани в традиционната медицина.

Освен това устойчиво стимулира имунната система и се препоръчва при лечение на СПИН и на рак. Също така значително облекчава страничните ефекти от радио или химиотерапия.

### Основни области на употреба

Умора и стрес

Подобряване на резултатите и повишаване на издръжливостта

Сексуална дисфункция

Депресии

Естествен антибиотик

# Копринус коматус

Coprinus comatus / “Адвокатска перука”

Копринус коматус расте както в Европа така и в Азия, въпреки че ние по-скоро рядко го използваме в кухнята тъй като трябва да се приготвя, когато е прясно набрана и не може да се съхранява.

Когато обаче е приготвена веднага, тя е една вкусна ядлива гъба. Нарича се още „гъба аспержа“, което се дължи на нейния вкус.

“Адвокатската перука” е една от малкото гъби, които съдържат и витамин С.



Това, което прави тази гъба интересна за здравословното хранене е фактът, че тя съдържа 20 аминокиселини, които са жизнено важни за хората. Тя е богата на калий, магнезий, желязо, манган, цинк и дори съдържа ниацин, рибофлавин и тиамин.

Медицински изследвания доказват високо съдържание на лектини и Л-ерготионеин. Лектините са структурирани така, че да могат да се закрепят директно към клетъчните стени и по този начин да влияят на процеси като клетъчното делене. Въпреки че ефектите и нейните отделни активни съставки не са изследвани подробно, има признаци, че може да влияят положително на ракови заболявания, свързани с хормонални колебания като например рак на простатата.

Копринус има най-високата установена активност на лектин от всички известни ядливи гъби.

## Значение за природолечението

В традиционната китайска медицина Адвокатската перука се използва главно за лечение на хемороиди и проблеми с храносмилането. Последните изследвания също показват положителен ефект за регулиране на нивата на кръвната захар, което прави Копринус интересна за лечение на диабет тип I и II.

Проучванията показват, че има ефект на намаляване на кръвната захар, който подобрява глюкозната нетърпимост и противодейства на дългосрочните ефекти на диабета. Освен това китайските учени са доказали, че има инхибиторен ефект върху растежа на саркома клетки.

## Основни области на употреба

**Понижаване на кръвната захар при диабет тип I и II**

**Лечение на хемороиди**

**Проблеми с храносмилателането**

**Намаляване на дълготрайното увреждане от диабет**

## Пъстроцветен Кориолус Coriolus versicolor / Rainbow bracket

Пъстроцветен Кориолус е особено добре позната в Азия и Южна Африка, където тя естествено расте на мъртва дървесина и се култивира. Тя се използва от много дълго време в традиционната китайска медицина за лечение на широк спектър от заболявания като инфекции и кандидоза и поради това е тествана за лекарствени ефекти в няколко изследвания.

В Европа се разглежда като безинтересна в продължение на дълго време, тъй като не е подходяща за готвене. Междувременно обаче тази витална гъба се утвърждава и тук и е високо ценена заради нейното съдържание.

### Значение за природолечението

Пъстроцветен Кориолус е отличен източник на протеинови полизахариди, които се разграждат само по време на храносмилането и се считат за модификатори на биологичната реакция. Това означава например, че имунните реакции в лечебните процеси могат да бъдат положително повлияни.

На полизахаридите в Пъстроцветен Кориолус се дължат положителни ефекти, особено при съпътстващо лечение на рак, но също и при гръдни, чревни и стомашни заболявания. Активните съставки на гъбата обаче изглежда стимулират имунната система.

Изследвания на терапия на левкемия показват, че с помощта на Пъстроцветен Кориолус влошаването на здравето по време на лечение на рак може да бъде значително забавено. Още през 1977 г. едно от веществата, съдържащи се в гъбата - креатинин, е одобрено като първото лекарство против рак. Първите проучвания сочат към антиоксидантен ефект върху натоварени клетки на черния дроб, като Пъстроцветен Кориолус може по този начин да намалява страничните ефекти на други лекарства, осигурявайки по-добра жизненост.

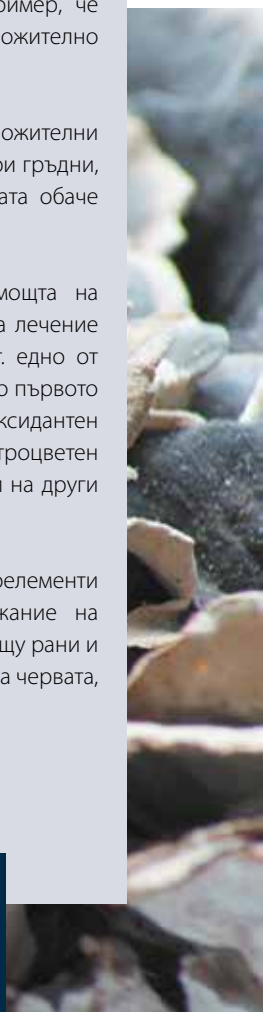
Освен това Кориолус е богата на витамини, минерали и микроелементи например провитамин D. Поради естественото си съдържание на полизахарид, тя често се използва като естествено средство срещу рани и инфекции от всякакъв вид. Използва се успешно при инфекции на червата, черния дроб, простата, яйчниците и кожата.

### Основни области на употреба

**Възпаления**

**Инфекции**

**Ракова терапия**





# Майтаке

## Гъба овен

На японски майтаке означава „танцуваща гъба“ може би защото на човек му се приисква да затанцува от радост при вида на тези гъби.

Майтаке също така се превежда като „глава на овен“, вероятно поради формата ѝ на растеж.

Гъбата овен расте през есента и е известна като „кокошка на гората“. Тя най-вече расте в подножието на стари дъбови дървета, но също и на липа, кестен и букови дървета.

Тя се събира и яде от 3000 г. пр. Хр в Китай и Япония.



## Значение за природолечението

Традиционно майтаке се използва успешно при наднормено тегло за регулиране на кръвното налягане и за диабет тип II. Тези витални гъби предпазват черния дроб, което води до подобряване на хепатита и облекчаване на раздразнено дебело черво. Майтаке постепенно понижава нивата на холестерола в кръвта и предпазва от атеросклероза. Тя оказва благоприятен ефект при инфаркти, коронарно съдови заболявания и сърдечни нарушения. Поради високите си нива на ергостерол (предшественик на витамин D), потреблението на тези гъби може да противодейства на остеопороза.

Противотуморният ефект трябва да бъде особено подчертан. Основната активна съставка на мейтаке, така наречената „D-фракция“ в екстракт от гъбата е доказана като особено ефективна за гърдите, белите дробове и черния дроб, както и за рак на простатата. Полизахаридът активира и засилва имунната система, повишава устойчивостта срещу различни инфекции и намалява страничните ефекти от радио или химиотерапия. По време на интензивното търсене на начини за борба с ХИВ инфекцията, ефективността на мейтаке срещу патогена СПИН бе потвърдена от Националния институт за изследване рака на САЩ и Националната здравна агенция на Япония. Тестовите показват, че използването на D-фракция от мейтаке намалява изчерпването на броя на Т-хелперните клетки в имунната система, причинени от вируса на ХИВ. Това води до предположението, че развитие на ХИВ инфекция в СПИН може или да се забави значително или дори да бъде напълно предотвратено.

## Основни области на употреба

**Захарен диабет тип II**

**Рак**

**Наднормено тегло**

## Полипорус умбелатус Lumpy bracket

Полипорус умбелатус е разпространена в цялото северно полукълбо, въпреки че предпочита топлите райони. Установено е, че расте главно в гористи местности.

Първото проследимо споменаване на гъбата е още преди 2000 години и оттогава е солиден елемент в традиционната китайска медицина. Тя съдържа ергостерол, фолиева киселина, ниацин и биотин, както и полизахариди и полипептиди. В същото време е богата на фибри и минерали. Установено е също и особено високо съдържание на желязо, калций и калий, както и наличието на мед, манган и цинк.

### Значение за природолечението

Счита се, че тази витална гъба има диуретичен ефект, въпреки че не отмива жизненоважния калий, който впоследствие ще трябва да бъде заменен, за разлика от синтетичните съединения. Затова е една умерена алтернатива за лечение на възпаления на пикочните пътища, както и за различни форми на отоци и задържане на течности. Освен диуретичен ефект за нея също се счита, че има антимикробен ефект, което влияе положително на инфекции.

Освен това проучвания от Китай заключват, че Полипорус инхибира растежа на саркоми и рак на белия дроб. Има и изследвания от Китай на чернодробни заболявания като хепатит В, които показват връзка между лечението с Полипорус и подобряване на функциите на черния дроб, както и антиоксидантно действие в кръвната плазма. Установено е, че най-вече полипостеронът, намиращ се в тази лекарствена гъба, ефективно улавя радикали. Следователно биоактивните компоненти полипостерон А и В могат да играят решаваща роля при растежа на нова коса. Все още обаче не са достатъчно проучени точните връзки, които съществуват. В поне едно проучване с животни тази гъба е стимулирала растежа на косата.



### Основни области на употреба

**Едема**

**Дренаж**

**Подобряване на растежа на косата**

**Активиране на лимфния поток**

# Рейши

## Ганодерма

Рейши първоначално идва от Азия, въпреки че също расте и в горите в Европа. В народната медицина на Източна Азия, Рейши и до днес е популярен лек, както е било и преди над 4000 години. Тя е одобрена като лекарство против рак в Япония.

Тя е почти изключително култивирана за преработка в продукти от витални гъби. Над 4 милиона души редовно консумират Рейши! От всички известни витални гъби, тя има най-широка гама ефекти. Това е в добавка към установените количества високо ефективни полизахариди и тритерпени.



## Значение за природолечението

Наскоро извършени научни изследвания потвърждават, че Рейши има положителен ефект върху високото кръвно налягане, нарушения на кръвообращението и артеросклероза, както и за регулацията на мазнините в кръвта и нивата на кръвната захар. Това може да се дължи на тритерпени, които са в изобилие в тази лекарствена гъба. Тя също инхибира освобождаването на хистамин и затова Рейши се използва успешно при лечението на алергии. Тази гъба също разгръща своите изключителни ефекти при задух, астма, бронхит, невродермит и много други кожни заболявания.

Това води до подобряване на херпес зостер, умора, фибромиалгия и оплаквания при менопауза. Тази лекарствена гъба може да повлияе на мигрена, нарушения на съня, нервна слабост, безпокойство и тревожност, като някои от веществата в нея имат релаксиращи и успокояващи ефекти върху централната нервна система. Клиничните проучвания с пациенти потвърждават положителния ефект върху сърдечно-съдовата система. Учените са открили компонент в екстракта от гъбата, който подобрява приемането на кислород от кръвта и подобрява притока на кръв, следователно отчетливо повишава ефективността на сърдечния мускул. Затова използването му се препоръчва като естествено средство за лечение на сърдечна слабост, заболявания на коронарните съдове, сърдечни аритмии и профилактика срещу инфаркт.

Тази гъба има забележителна способност за подобряване на имунната система. Традиционно Рейши се препоръчва за лечение на множество заболявания на черния дроб като хепатит А, Б и В и за укрепване на черния дроб. Също така е доказано ефективна за лечение на инфекции, както и автоимунни заболявания. Била е използвана напълно успешно в продължение на десетилетия в комбинираното лечение на рак на стомаха, черния дроб, белите дробов, кожата, мозъка, бъбреците и панкреаса. Също така намалява страничните ефекти от химиотерапия и облъчване.

Изследванията също показват ефективност при детоксикация и в частност защитна функция при хронично замърсяването на околната среда, особено в случай на злоупотреба с никотин. По този начин симптомите на заболявания, свързани с тютюнопушенето могат да бъдат значително намалени.

## Основни области на употреба

**Сърдечно съдови заболявания**

**Рак**

**Алергии**

**Защита на черния дроб**

**Психовегетативни оплаквания**

# Единайсетте най-важни витални гъби

## Шийтаке lentinula edodes

Виталната гъба Шийтаке се счита за „цар на гъбите“ и след печурката е най консумираната гъба в света. В продължение на над 2000 години тя е деликатес в Азия, където е еднакво почитана и за своите легендарни лечебни сили. Един лекар от династията Минг описва гъбата като „средство за запазване на здравето, което лекува настинки и стимулира кръвообращението“.

### Основни области на употреба

Сърдечно съдови заболявания

Рак

Алергии

Защита на черния дроб

Психовегетативни оплаквания

### Значение за природолечението

Шийтаке традиционно се препоръчва за настинки, грипозни инфекции и имунодефицит, за регулиране на кръвното налягане, подагра, ревматизъм и артрит, за различни заболявания на черния дроб, тумори, синдром на хронична умора, диабет, мигрена, алергии и за много други заболявания.

Многочислените научни изследвания през последните десетилетия доказват и обясняват положителните ефекти от Шийтаке. Тази витална гъба е много полезна за всички сърдечно-съдови заболявания и особено при липса на метаболитни нарушения. Тя регулира холестеролен баланс по забележителен начин, укрепва стените на кръвоносните съдове и по този начин се бори устойчиво с артериосклерозата.

Еритаденин е вещество, което е открито в тази витална гъба и играе важна роля за това. Той ускорява превръщането на LDL холестероли в HDL като по този начин намалява холестерола в кръвта. Провитамин D (ергостерол) в Шийтаке подобрява калциевия метаболитизъм. Това допринася за отстраняване на склеротичен натрупан калций от артериалните стени. В същото време органични жизненоважни вещества, открити в Шийтаке насърчават произвеждането на колаген. Природните аминокиселини намерени в тях са от една страна компоненти на молекулата на колагена и следователно са пряко необходими за структурирането и от друга страна също така предпазват от нови възпаления и отлагания в кръвоносните съдове.

Дори от давна известна антитуморна ефективност е само временно научно доказана. След изолиране на полизахарида „лентинан“ от Шийтаке през 1969 г. бе установено, че тя би могла да инхибира или дори напълно дегенерира различни тумори, които са били имплантирани в мишки. Оттогава проучванията многократно показват, че лентинан е ефективен при лечение на рак и се понася добре - от една страна като се бори срещу самите тумори, а от друга за да намалява страничните ефекти от химиотерапията. В Китай, Япония и дори САЩ Шийтаке (или екстракт от него) е одобрен като медикамент, придружаващ раковата терапия.



# Херициум Еринацеус

(брадата) таралежова гъба

Херициум Еринацеус се нарича още „гъба брадат таралеж“ или „лъвска грива“ заради външния си вид. Преведено от китайски тя означава „маймунска глава“, тъй като влакнестият вид на тази гъба напомня на вид маймуна открита в Китай, която е толкова космата, че не е възможно да се разпознае лицето и.



## Значение за природолечението

В традиционната китайска медицина Херициум влияе добре на пет органа: бъбреците, черния дроб, далака, сърцето и стомаха. Тя устойчиво подобрява храносмилането, служи за общо укрепване, дава жизненост и предпазва от появата на рак.

Всъщност, потенциалните ефекти на таралежова гъба са доста. Тя регулира храносмилането и има успокояващ ефект. В същото време допринася значително за регенериране на стомаха, червата и хранопровода и лигавицата, облекчава чревни нарушения на флората и помага при прекомерно подкисляване или киселини.

Клиничните проучвания показват, че Херициум много успешно се бори с всички инфекции и язви както и рак на стомашно-чревния тракт, така че може да се използва за язви на стомаха, рак на хранопровода, рак на стомаха, улцерозен колит, болест на Крон, карцином на дебелото черво и рак на панкреаса.

Антитуморните ефекти на тази гъба могат да бъдат приписана на полизахариди и полипептиди, които са открити в нея, както и техните имуностимулиращи ефекти. Потвърдено е и наличието на антимикробни вещества, които например инхибират растежа на бактерията хеликобактер пилори – бактерия, която е отговорна за причиняване на язви на стомаха и рак на стомаха.

Тази витална гъба обаче има много повече добродетели. Тя помага при инфекции, астма, алергии и невродермит. Еринацинът присъстващ в Херициум може да стимулира растежа на нервите. Това може да бъде полезно за лечение на тревожност, нервни заболявания и болестта на Алцхаймер както и да спомогне за възстановяването на периферните нерви при нервни заболявания и полиневропатии. След няколко седмици на приемане на Херициум се наблюдава балансиращ и хармонизиращ ефект, което може да облекчи състояния на тревожност, депресии, проблеми поради менопауза и особено безсъние. Проучвания съобщават за ефект на подобряване на настроението от екстракти от сока от гъбата.

## Основни области на употреба

**Гастроинтестинални болести**

**Неврологични болести**

## Ининотус обликус Гъба ЧАГА

Тази гъба расте на различни дървесни видове, но има индикации, че пробите, събрани от брезите през есента или пролетта са най- лековити.

Легендарната гъба Чага е била използвана в продължение на векове в Сибир за лечение на сериозни заболявания на стомашно-чревния тракт. Тя е известна със своето ободряващо действие, служи за пречистване на кръвта, използва се за туберкулозни и сърдечни заболявания и е стандартна съставка на Руската медицина от векове.

### Значение за природолечението

Чага е идеално средство за лечение на всички заболявания на храносмилателната система, включително язви и възпаления на стомаха (гастрит) и дванадесетопръстника. Освен това е подходяща за лечение на аденоиди в стомаха и червата. Възстановителният ефект върху храносмилателната система може да бъде използван по време на лечение на алергични кожни заболявания като екзема и псориазис.

Освен това използването на тази гъба укрепва цялостната защита срещу инфекция и стимулира метаболизма. Тя задоволява глада, разсейва умората и подобрява производителността. Също така се използва за лечение на синдрома на хроничната умора (СХУ), тъй като има имуностимулиращ ефект. Първото научно доказателство за антивирусния ефект на тази гъба е дадено от Кахлос през 1996 година. Той използва екстракти от черната външна шапка на гъбата и доказва почти 100% репресия на грипния вирус. В.А. Шибнев успява да покаже инхибиторния ефект на воден екстракт от гъбата върху вируса на хепатит С при култивиране на клетки. Вътрешното използване е полезно за възпалителни заболявания на черния дроб и далака, както и заболявания на лимфната система. Противовъзпалителните и болкоуспокояващи качества на гъбата са показани от Й.М. Парк през 2005 година.

Най-важната област на използване на гъбата обаче е използването при лечение на рак (рак на белия дроб, рак на кожата) насочено най-вече към стомашно-чревния тракт и белите кръвни телца (Ходжкинов лимфом). Тя подобрява общото здравословно състояние на пациента например след хирургично отстраняване на тумор и облекчава страничните ефекти от конвенционална химиотерапия.

В същото време има цяла гама от научни изследвания върху ракови клетки, които разкриват антиканцерогенните свойства на гъбата и нейните екстракти.

Гъбата Чага е нетоксичен за широк диапазон от дози и се понася добре от организма.



### Основни области на употреба

**Рак**

**Гастрит**

**Защита срещу инфекции**

**Увеличава производителността**

# ОРГАНИЧНО КАЧЕСТВО

## ОРГАНИЧНО качество

Органично сертифициране и управление на качеството

Органичните сертификати, които гарантират, че виталните гъби се отглеждат органично (следователно се изключва употребата на пестициди и замърсяване с тежки метали) са от съществено значение. Органичното земеделие представлява идеалният вид устойчиво селско стопанство и е от съществено значение за устойчивото производство, но най-вече за здравето и благосъстоянието на потребителя.

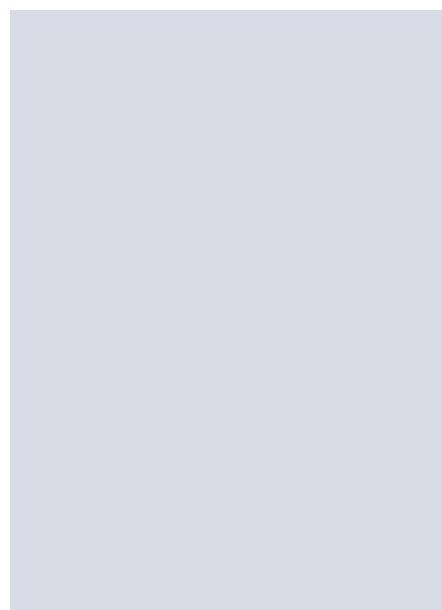
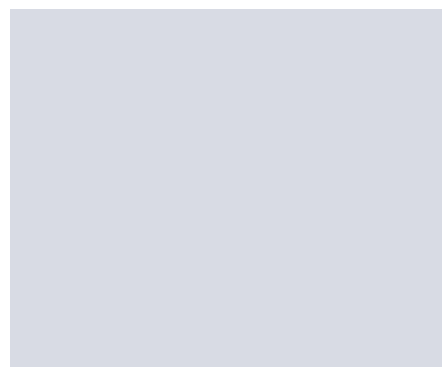
Разликата между конвенционалните и органичните продукти е значителна. Виталните гъби се консумират като хранителна добавка с лекарствени цели - те трябва да разгърнат своите лечебни качества, а не да навредят на потребителя.

**Една формулировка от този вид е показател за убедително управление на качеството:**

*Органичните витални гъби, включително екстракти и прах от тях, са сертифицирани като органични в съответствие с указанията на ЕС. Представени са органични печати и печати за качество, които да ги идентифицират като екологично отглеждани продукти. Съответствие с критериите от страна на производителя се осигурява от мито на документацията, т.е. с разкриването на всички документи, както и редовно вземане на проби и проверка на продукта. Компетентните сертифициращи органи контролират съответствието с наредбите за всички органични продукти.*

Особено големите производители трябва да се сертифицират в съответствие с указанията за екологично земеделие. Въпреки че такова сертифициране е свързано с повишени разноски и разходи за производство (поставяне на незначително по-висока цена е неизбежно) потребителите трябва да закупват висококачествени продукти, които са сертифицирани като органични.

**Органичното си заслужава!**



## Най-новите научни изследвания

Непрекъснато се публикуват статии и и проучвания за лечебната сила и потенциала на виталните гъби. Редица изследователски екипи работят на международно ниво за проучване и идентифициране на потенциалните ефекти от биоактивни вещества във виталните гъби. Следното ще очертае накратко като пример научния напредък, постигнат за гъбата Рейши, която е най-известният представител на виталните гъби:

Само през 2012 г. са били открити три нови активни вещества в **гъбата Рейши**, които имат **инхибиторен ефект върху туморния растеж**. „Проучване на Токийския медицински университет доказва, че тези активни вещества наред с другото индуцират апоптоза в раковите клетки“.

Също така едно проучване през 2012 г. на Чен и др. показва, че съдържанието на гъбата Рейши има способността да стимулира невроните в мозъка като по този начин се дава възможност за увеличаване на шансовете за успех при лечение на нервно-генеративни заболявания като хорей на Хънтингтън. Проучването показва, че екстракти от гъбата Рейши увеличават факторите на растежа за производството на нерви, което от своя страна подпомага развитието на здрави неврони и тяхната митохондриална активност.

Друго проучване на фармакологичния факултет на университета Кобе в Япония разкрива ефективността на Ганодерма луцидум при терапия на пациенти с алергичен ринит (**сенна хрема!**). Алергичният ринит е алергия, причиняваща възпаления на лигавицата на носа и освен това предизвиква астматични заболявания.



1. Гао П, Хирано Т, Чен З, Якушара Т, Накайа Й, Сугимото А. Изолиране и идентифициране на С-19 мастни киселини с анти tumorна активност от спори на Ганодерма луцидум (гъба Рейши). Фитотерапия. 2012 Apr;83(3):490-9.
2. Чен Л.У, Хонг Л.И, Ву К.Л., Сунг Х.С, Ву Р.Т. Активиране на митохондриален регулатор PGC-1 алфа експресия чрез астроцитна NGF е терапевтична стратегия за лечение на болестта на Хънтингтън. Неврофармакология. 2012 24 май.
3. Мицутани З, Набе Т, Шимацу М., Йошино С, Коно С.. Ефект на Ганодерма луцидум при полен-индуцирано двуфазно запушване на носа при морско свинче с алергичен ринит. Фитотерапия Res. 2012 Mar; 26 (3) :325-32.



Партньори за съдружничество и доставчици от сертифицирани органични производители:

- **Balev BIO**  
247 Botevgradsko Shose Blvd.  
1517 Sofia  
Bulgaria
- **Praxis für Ganzheitsmedizin & Prävention**  
Dr.,ed.univ. Matthias Freutsmiedl  
04109 Leipzig  
[www.ganzmed.eu](http://www.ganzmed.eu)
- **nu3 GmbH**  
10115 Berlin  
[www.nu3.de](http://www.nu3.de)
- **Pharma BAU Ltd.**  
Dr. Bernadett Bucskó  
4220 Hajdúböszörmény Ady tér 11.  
Hungary
- **Pilze Wohlrab GmbH & Co. KG**  
85307 Entrischenbrunn  
[www.vitalpilze-naturheilkraft.de](http://www.vitalpilze-naturheilkraft.de)

# ВАЖНИ ПРИЛОЖЕНИЯ

Настоящото обобщение свързва някои от по-често споменаваните заболявания със съответната традиционно прилагана лекарствена гъба.

Името на гъбата е в тъмен шрифт, ако нейната ефективност е доказана от клинични проучвания.

Оплакване/болест	Подходяща лекарствена гъба
Алергии, невродермити	<b>Рейши</b> , Шийтаке, АБМ
Артериосклероза	<b>Аурикулариа</b> , <b>Шийтаке</b> , <b>Рейши</b> , Майтаке
Артрит	Шийтаке, Рейши
Астма	Рейши, АБМ, Кордицепс
Съсирване на кръвта, тромбоза	<b>Рейши</b> , Шийтаке, Майтаке
Бронхит	<b>Рейши</b> , Шийтаке, АБМ, Кордицепс
Рак, тумори	<b>АБМ</b> , <b>Майтаке</b> , <b>Кордицепс</b> , <b>Рейши</b> , <b>Шийтаке</b>
Сърдечно-съдови заболявания	Рейши, Шийтаке, АБМ, Майтаке, Кордицепс
Циркулаторни нарушения	<b>Рейши</b> , Шийтаке, Майтаке
Настинка	Шийтаке, Рейши, Кордицепс
Депресия	Рейши, Кордицепс
Диабет	<b>Майтаке</b> , <b>Рейши</b> , Шийтаке, АБМ
Храносмилателни оплаквания	Рейши, Шийтаке, Майтаке, АБМ
Смущения на ентеричната фауна	Рейши
Умора, изтощение	<b>Кордицепс</b> , <b>Шийтаке</b> , Рейши, АБМ
Подагра	<b>Шийтаке</b> , Рейши
Киселини в стомаха	Рейши, АБМ
Високо кръвно налягане	<b>Рейши</b> , <b>Шийтаке</b> , Майтаке, АБМ
НIV инфекция, СПИН	Майтаке, АБМ, Кордицепс
Инфекции	<b>Кордицепс</b> , <b>Рейши</b> , <b>Шийтаке</b> , <b>Майтаке</b> , <b>АБМ</b>
Всякакви видове възпаления	<b>Кордицепс</b> , Рейши, Шийтаке, Копринус, АБМ
Чревни възпаления	<b>Херициум</b> , Рейши, Шийтаке, Майтаке
Нарушения на либидото	Кордицепс, Рейши, АБМ
Липидни метаболитни нарушения	<b>Кордицепс</b> , <b>Шийтаке</b> , <b>Рейши</b> , Майтаке
Чернодробни заболявания, хепатит	<b>Рейши</b> , <b>АБМ</b> , <b>Майтаке</b> , Шийтаке, Кордицепс
Оплаквания поради менопауза	Рейши
Мигрена	Рейши, Шийтаке, АБМ
Нервни заболявания	<b>Кордицепс</b> , Рейши
Едема	<b>АБМ</b> , Полипорус, Рейши
Наднормено тегло	<b>Майтаке</b> , Рейши, Кордицепс
Ревматизъм	Кордицепс, Шийтаке
Кожни заболявания	Рейши, АБМ
Стомашни възпаления и язви	Рейши, Шийтаке, АБМ
Нарушения на съня, тревожност	Рейши, Херициум, Кордицепс

# ЧЕСТО ЗАДАВАНИ ВЪПРОСИ

## Често задавани въпроси и техните отговори, касаещи виталните гъби

### Каква е разликата между прахове от гъби и екстракти от гъби?

Виталните гъби се употребяват като прахове, таблетки или екстракти, обикновено под формата на капсули. Могат да бъдат закупени дори микстури от лекарствени гъби. Прахът се прави чрез смилане на сушени гъби и съдържа всички вещества, съдържащи се в тази гъба.

Екстрактите се получават от прах от гъби с помощта на разтворител като вода или алкохол. Те са около 20 пъти по-концентрирани от самия прах и така ефектът им върху имунната система е съответно по-силен.

Екстрактите обаче съдържат само разтворимите компоненти на виталните гъби - значително изобилие от активни вещества и най-вече силно активни полизахариди, но те просто не заместват изцяло гъбите по начина, по който ни ги предоставя природата. Екстрактите се използва най-вече при по-сериозни заболявания. Праховете от гъби не се абсорбира толкова лесно от тялото тъй като първо клетъчните стени трябва да бъдат разрушени.

### Кога и как трябва да се консумират продукти от витални гъби?

За оптимален ефект продукти от витални гъби се приемат непосредствено преди хранене, заедно с обилно количество вода. Подуване може да бъде избегнато чрез разделяне на дневната доза витални гъби на две или три части.

### Каква е ефективната доза на виталните гъби?

Дозата зависи от вида и сериозността на заболяването както и от потребителя. Препоръчителната доза от съответните гъби може да се прилага само индивидуално и трябва да бъде индивидуално изпитана. Следните стойности са средни за употреба на виталните гъби:

Нормална доза: екстракт от 0,25 до 1 гр. на ден

Продължителност на приемане: приблизително 3 месеца

Висока доза: приблизително двойно количество на нормалната доза.

Продължителност на приемане : приблизително от 1 до 2 месеца

Превенция: приблизително половината от нормалната доза

Виталните гъби могат значително да се подпомагат помежду си, поради което често е полезно да се приемат различни видове гъби едновременно. Ако количеството остава постоянно, ефектите от лекарствени гъби са по-силни. Също са възможни и комбинации от прахове и екстракти.

### Възможно ли е предозиране и колко време трае микотерапията?

Предозиране не е възможно. Могат да се приемат сравнително големи количества гъби на прах, т.е. от 15 до 20 гр на ден. Същото се отнася и за екстрактите като по-високи дози са доказано безвредни, въпреки че те не са непременно по-ефективни. Стандартното мико лечение продължава от 3 до 6 месеца според първоначалната тежест на състоянието.

### Къде могат да се намерят витални гъби?

Следете за витални гъби от надеждни доставчици, за предпочитане от екологични култиватори, чиито основни приоритети са хигиена и контрол на качеството. Виталните гъби с печат за органично производство осигуряват контролирано високо качество.



Балев БиО Маркет



за търговци на едро

тел: 02 818 2000, факс: 02 818 2002

0884 899 890, 0889 999904, info@balevbio.bg

Магазини Балев Био Маркет: гр. София, бул. Цариградско шосе 115, THE MALL

гр. Варна, ул. Ген. Колев 75, гр. Пловдив, ул. Перушица 8, MALL PLOVDIV

Национален телефон за поръчки и информация : 0800 20333

[www.balevbiomarket.com](http://www.balevbiomarket.com)

vitalpilzratgeber.de

