



№ 11 (079)
2011 г.

*Вестник
фунготерапии*

АПТЕКА

Исцеляющий дым

Я сама видела, как дед под Киевом на Украине лечил рожу. У моего двоюродного брата (он на стройке трудится), из маленькой ранки получилось воспаление такое, что ни одним антибиотиком не снималось. Вот и поехал он к этому деду-целителю, а я его сопровождала – попросил.

Вот приехали мы к деду, он сначала сбрызнул руку водой (как я понимаю – святой водой), потом шептал что-то. А потом в глиняном горшке развел костерок маленький - бросил туда горсти две сухих дождевиков и поджег их. Когда огонек там чуть тлел, накрыл горшок тряпкой, на тряпку руку велел положить и так держать... Только чтобы не обжечься. Вот мой брат и держал так руку минут 15. Сначала говорил, что ничего не чувствовал – тепло и только. А потом как холодом облило, и тут же в жар бросило. Дед еще с собой мазь дал – на свином внутреннем жире и тоже с дождевиками. Мазать и не пришлось долго – уже к вечеру рука стала заметно «худеть» - опухоль спадала. А через неделю и прошло все.

Майданникова М. С., Москва

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
Волнушки



Lactarius torminosus



- **Фунготерапевты рекомендуют:**
Как уберечься от ГРИППа
- **Фунготерапия против рака:**
Грибы спасают от рака?
- **Грибные истории:**
Итоги грибного сезона

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

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ**

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

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

РОССИЯ



Ноябрь

Ноябрь... Последний месяц капризной, но удивительно красивой дамы – осени... А где вы видели, чтобы красавица – да не была капризна? Мне вот не доводилось. То помрачнеет вдруг, да серой стылостью обнимет, до дрожи проберёт дождя холодным поцелуем. А то иной раз такие дни подарит – что забываешь про её капризы, и красотой ошеломлён, и омывается душа прозрачной далью, чистотой, и видишь всё – совсем в другом свете. Такая синь небес низвергается на землю, какую и весной увидишь не всегда. И за такие дни, в которых хочется замереть, задержаться, картинами лесов и полей засыпающих переполниться, прощаешь этой красавице всё... Из леса уйти в такие именно дни – невозможно... Гулять, гулять без конца хочется, и, гуляя неторопливо, убеждаться в том, что грибной сезон – вовсе не завершён...

Ну что вы... Столько всего ещё в грибном царстве – необычного... И бродить о царстве этому можно бесконечно... И открывать для себя каждый день – что-то новое. Впитывать в душу сумеречный влажный лесной воздух, запах хвои и прелых листьев, тонкий аромат грибных испарений... На покой ленивым пора, нелюбопытным... А мы ещё с вами погуляем по лесам да долам, надышимся чистым воздухом засыпающего – ненадолго, ненадолго – мира природы.

Да вот хоть волнушки – они как-то не собираются на покой... До самых заморозков в лесу встречаются. Волнуются – как бы их не пропустили, в корзинку бы уложили... Или вот, к примеру – дождевики. Не стоит их только пинать ногами – развлечения для... Этот грибок, между прочим, землю-матушку от радионуклидов очищает – что твой пылесос... И вполне съедобен, даже вкусен... Не старый, конечно, «Дедушкиным» или «Волчьим» табаком прозываемый, а – молоденький, беленький, крепенький. Растёт до поздней осени.

Посмотрите, приглядитесь внимательнее к деревьям, их стволам, пням. И вы столько для себя откроете – нового, интересного, непривычного... Для грибных «снобов» это, может, и совсем неинтересно, зато для тех, кто действительно Любит грибы – «Терра Инкогнита»... Вот трутовики – пёстрый (чешуйчатый), серно-жёлтый... Эти молодые грибы вполне съедобны, например, в жареном виде... Опёнок луговой, или луговушка... Вешенка устричная, вешенка поздняя – растут на стволах лиственных деревьев. А вот и рядовки – скученная, двухцветная, фиалковая, фиолетовая... Зонтик пёстрый, чешуйчатка обыкновенная, чесночник, дождевики... Сколько ещё в лесу такого, на что далеко не все обращают внимание... А зря... Вот же они все, вокруг – смотрите... Знакомьтесь с ними поближе, не бойтесь не понять... И царство грибное откроется вам, выйдет навстречу, впустит в свои владения. Пусть они не такие яркие, не такие вычурно-напыщенные, как в тропических странах с иным, чем у нас климатом. И цвета их – далеко не всегда броские, а – пастельные, приглушённые слегка осенними замершими днями – не проходите мимо, не обделяйте их своим вниманием. Потому что это наш мир, наш лес, в котором и растёт всё это – для нас...

Главный редактор *Коротков Игорь*

Маска для лица из дождевика

Отличное средство и замечательная маска. Во-первых, питает кожу, во-вторых, отбеливает, а в третьих – от всяких гнойничков спасает. Сама не очень верила, соседка по даче взахлёб рассказывала, как дочку-невесту такими масками спасла. Дочь к свадьбе готовилась и на нервной почве стала прыщами покрываться. Расстроилась ужасно – свадьба через месяц, а у нее лицо в прыщах. Вот соседка и стала ей делать маски – мелкие белые дождевики через мясорубку, и в эту кашицу – две столовые ложки липового меда. Лицо сначала лучше сывороткой молочной очистить, а затем эту кашицу нанести и полежать минут 20. Затем смыть и легким кремом напитать. Все ушло, кожа стала чистой и атласной. Свадьба прошла замечательно, невеста была свежа и нарядна. Я на себе попробовал и тоже убедился – очень хорошо действует. Вот только как бы их законсервировать, чтобы и зимой пользоваться. Или крем такой сделайте – будет однозначно популярностью пользоваться.

Снежина Оксана, Псков

Царапины заживают быстро

Не бойтесь применять дождевик. Сынишка на даче прибежал – порезал ногу о камыш при купании. А йода или зеленки, как назло, не оказалось – высох весь. И в аптеку не сходишь – в десяти километрах от нас ближайшая аптека – только на машине. Я тут же нашла дождевик на полянке около дома, разрешила его на две части, приложила к ранке и забинтовала. Вечером – то же самое. Ни нагноения, ни покраснения – ничего. Хотя свекровь моя чуть ли не в слёзы – что ты с ребенком делаешь, начиталась ерунды разной, вон везде пишется, что грибы – это опасно, они накапливают в себя ядовитые вещества. А я верю себе и... грибам. Потому что уже был опыт – мама моя уже 14 лет живет, хотя ей поставили диагноз – рак шейки матки. Была лучевая терапия и после этого – принимала три года грибы (БАДы из грибов). Как же мне им не верить?

Алексеева Людмила, С-Пб

Я не хочу болеть...

Грипп и ОРВИ составляют 95% всех инфекционных заболеваний в мире. Ежегодно заболевают до 500 млн. человек, 2 миллиона из которых умирают. В России каждый год регистрируется от 27,3 до 41,2 млн. случаев заболеваний гриппом и другими ОРВИ. Возникая периодически, эти заболевания отнимают у нас суммарно около года полноценной жизни. Человек проводит эти месяцы в беспомощном состоянии, страдая от лихорадки, общей разбитости, головной боли, а также отравления организма ядовитыми вирусными белками. При тяжелом течении гриппа часто возникают необратимые поражения сердечно-сосудистой системы, дыхательных органов, центральной нервной системы, провоцирующие заболевания сердца и сосудов, пневмонии, трахеобронхиты, менингоэнцефалиты. В период вирусных инфекций иммунитет можно улучшать разными способами, но совершенно очевидно, что делать это необходимо.

Фунготерапевты рекомендуют натуральные и гиппоаллергенные средства для профилактики гриппа и укрепления иммунитета. Активные иммуномодулирующие комплексы помогают защитить организм от вирусных, бактериальных, грибковых инфекций, предупреждая развитие хронических воспалительных заболеваний.

НАТУРАЛЬНЫЙ АНТИБИОТИК КОРДИЦЕПС

Гриб, который на Востоке считается подарком Богов, обладает огромными целебными свойствами – в зависимости от исходного состояния он может как повысить сниженный иммунитет, так и снизить проявления избыточного повышения иммунитета (иммуномодулятор), он повышает работоспособность и стрессоустойчивость человека и положительно влияет на весь организм в целом.

К МУРАВЬЮ ЗА ЗДОРОВЬЕМ

Целебные свойства муравьиной кислоты сомнений не вызывают. Когда муравьиная матка начинает откладывать яйца, весь звериный народ готов пожертвовать носами, но добыть невероятное лекарство. Не лакомство, а именно лекарство! Животным в это время (май-июнь) необходим иммуностимулятор, чтобы восстановить силы – только-только на ноги подняли детенышей, на матерей смотреть больно-иссохшие, с тусклой шерстью. И муравьиные яйца им действительно помогают. Эта особенность муравьиных яиц (или «формики») сейчас активно используется врачами при лечении гриппа и простуды.

ОГНЕВКА (ЭКСТРАКТ ЛИЧИНОК ВОСКОВОЙ МОЛИ)

О целебных свойствах экстракта личинок восковой моли в народной медицине известно еще с 17в., его использовали в борьбе с туберкулезом легких, а так же другими заболеваниями. Профессор С.И.Метальников доказал чрезвычайную устойчивость личинок к возбудителям чумы, дифтерии и другим патогенным для человека микроорганизмам. Ученые выявили вырабатываемый личинками фермент церраза, способный разрушить стенку бактерии, поэтому пчелиная огневка помогает защитить организм во время эпидемии вирусных инфекций.

Натуральные и синтетические антибиотики

Эра антибиотиков началась с открытия русского врача Полотебнова, который лечил гнойные раны наложением на них повязок с зеленой плесенью. Раны заживали быстро. Флеминг понял, что любой гриб, будь это микроскопические мукоровые грибы (плесени) или же шляпочные грибы, вырабатывает вещество, которое губит любые микробы. Он выделил это вещество и назвал его пенициллином. Но сколько же нужно плесени, чтобы получить пенициллин? Килограмм плесени – упаковка пенициллина. Дорого и трудоемко. И тогда за это взялись химики – они выделили формулу и синтезировали ее, то есть получили... из нефти. И вот тогда же началась эра синтетических лекарств. У этих искусственных лекарств сразу же появились побочные эффекты. Но и это еще не все. Дело в том, что на внедрение химических лекарств организм отвечает аллергией, и эта аллергия меняет память организма и микробов. То есть микробы начинают мутировать, они становятся невосприимчивы к антибиотикам. Вот почему так много разных антибиотиков в аптеках, и их будет все больше и больше. И, в конце концов, организм перестанет на них реагировать. К тому же последствия ежегодного приема химических антибиотиков и синтетических витаминов можно будет понять лишь в достаточно зрелом возрасте, когда возникают сбои в работе печени, почек, мочевыделительной системы, ЖКТ и др.

Натуральные антибиотики существуют и сегодня, правда найти их гораздо сложнее, чем синтетические. Но в отличие от своих современных химически синтезированных собратьев, они не только эффективны, но и совершенно безопасны.

Разин А.Н

ОТВЕЧАЛИ ГОРДО ГРУЗДИ: МЫ РЕБЯТА ДРУЖНЫЕ?

Волнушки розовые — грибы только березовых лесов, грибы нашего прохладного сентября. Довольно обильно встречаются волнушки и в смешанных с березой сосновых и молодых еловых лесах, чарующих прелестью жемчужных березовых стволов на фоне изумрудно-коричневого полумрака. Выскакивают во множестве волнушки и на лесные поляны, чистые уголки среди березового раздолья, на опушки, водят хороводы по кромкам веселых молодых березняков.

Поздняя осень: тугой ветер баюкает налитые кумачом тяжелые грозды рябин. Сентябрь — сибирское предзимье. Усталые дожди без всякой радости, а скорее так, по привычке, кропят и кропят, словно через сито, холодеющую землю. Грустно в лесу, но не печалит все это неугомонного грибника. С надеждой шагает он к березнякам, знает, там — долгожданные волнушки.

Волнушки знакомы всем. Кто из нас не любовался прелестью этих грибов. Не зря иногда эти грузди называют красулей. Приукрасила природа шляпки волнушек розовых словно размытыми светлеющими кругами. Будто в озерце, порозовевшее от пылающего заката, взяли, да и бросили камешек, и пошли, пошли круги. В середине теснее, а чем дальше, тем просторнее друг от друга. Кто знает, может быть, именно за эти круги-волны и назвали люди грузди волнушками.

Волнушки — грибы с необычайно едким и жгучим соком. Грибы эти только солят, причем держать их на



продолжение

вымочке надо не менее полных трех, а то и четырех суток. Правильно засоленные волнушки — объедение, грибное соленое лакомство.

Знающие грибники солят волнушки только холодным способом. В таком засоле грибы сохраняют свой «волнушечный дух», становятся приятного желтоватого цвета, а главное, сохраняют особый, груздевый «хрустик». При горячем засоле грибы становятся блеклыми, словно выцветшими; «хрустика» — нет, а «дух» остался в отваре.

Веселят грибника волнушки. Собирать их одно удовольствие. Нашел грибок — уверен, что рядом где-то еще десяток. Иногда в малохоженных местах, по опушкам, волнушки образуют большие, удивительные шапки из тесно прижавшихся друг к другу розовых грибков. Мне приходилось встречать такие сплошные круги. Замечательное зрелище!

Всем хороши грибки волнушки, любим мы их, но, оказывается, не только мы питаем к ним такие нежные чувства. Обожают эти грибы и грибная муха. Срежешь грибок — отличный! И ножка нетронутая, а разрежешь шляпку — что там творится! Жалость-то какая! А грибы то тут, то там, то чуть поодаль... И все червивые.

Редкие березки разбежались по некрутому склону, скошенная между ними трава еще не собрана, лежит потемневшими рядками. Стоп! Что-то белое блеснуло из-под высохшей травы. Приподнимаю валок, а там — благодать неописуемая! — целое поселение белоснежных, чуть

розоватых-мохнатеньких грибков. Белянки! И все юные, нежные, так и просятся в корзину. Срезаю осторожно, чтобы не повредить хрупкого грибка. Белянки расселились дорожками, так и зовут, и зовут за собой.

Иду за ними, покорный и благодарный...

Семинар «Фунготерапия. Опыт и практика.»



Уважаемые коллеги!

Информируем Вас о проведении 15-16 декабря 2011 года семинара в г. Санкт-Петербург. Лекции читают опытные врачи – фунготерапевты, и руководитель Центра Фунготерапии – Филишкова Ирина Александровна.

Все слушатели обеспечиваются необходимой справочной и учебной литературой. По окончании обучения выдается диплом врача-фунготерапевта.

Подробную информацию уточняйте:

- по телефону: (812) 703 06 44; - по электронной почте: office@fungo.ru

Белянка, как и волнушка, тоже принадлежит к роду млечников. Некоторые авторы считают ее тоже волнушкой, только волнушкой белой. Спорить тут, по-моему, не стоит. Все дело в том, что в засоле, обязательно холодном и обязательно после вымачивания, и волнушки, и белянки одинаково вкусны и благоухают тем же неповторимым груздевым ароматом.

Рыжики — грибы вечнозеленых сосновых и еловых лесов. Возле лиственных деревьев рыжиков никогда не встретишь.

По принадлежности к какой-либо семье съедобных грибов рыжики следует отнести к млечникам. Только млечный сок у них не едкий, как у груздей, а сладковатый. Срежь гриб, увидишь на кружляше трубчатой ножки оранжевое колечко. Поблескивает узенький ободок сосновым, смолистым соком.

В зависимости от того, в каком лесу родились грибы, их так и называют: рыжики сосновые и рыжики еловые.

Вечный спор у грибников: какие рыжики лучше? Моя симпатия — на стороне рыжиков сосновых. Шляпки рыжиков еловых хмуры, чуть мрачноваты, с явным синевато-зеленым отливом, хрупкие, обычно некрупные, на высоких тонких ножках. Другое дело рыжики сосновые. Они румяны, пышат здоровьем, розовато-оранжевые с легким фиолетовым отливом, прочные, упругие. Довольно часто поздней осенью в пихтачах встречаются рыжики с как бы выцветшими шляпками слабо-оранжевого цвета.

По вкусу все разновидности рыжиков равноценны. Ножки и пластинки рыжиков того же цвета, что и шляпки, короткие, надежные. Форма — традиционно груздевая — в виде глубоко вдавленных воронок.

Живописец-природа украсила шляпки рыжиков размытыми, более светлыми, концентрическими кругами, а ножки для прочности сотворила в виде трубочек: шляпки сосновых рыжиков вырастают очень крупными, тяжелыми.

Нередко на шляпках и пластинках сосновых рыжиков можно наблюдать ярко-зеленые пятна.

Чаще всего рыжики солят, но многие предпочитают мариновать их, причем в зависимости от размера шляпок. Солят грибы либо холодным способом, либо — так называемым сухим засолом. Таким способом солят только самые мелкие шляпки, размером не более трехкопеечной монеты. Приготовленные так рыжики называют еще мочеными. Хороши жареные рыжики, особенно в грибной начинке для пирожков. Считаю, что рыжики усваиваются в организме человека лучше, чем какие-либо другие грибы.

Вкусны рыжики, нежна их грибная мякоть, струится от грибов тонкий аромат сосновых лапок. Не пропусти, грибник, мимолетной, рыжиковой поры, когда грибы наиболее ценные для заготовки впрок.

Не зевай, грибник! Собирай, соли, маринуй, заготовив жареными рыжую грибную братию. Грибы особенно быстро заселяются червячками. У червячков тоже свой интерес к мякоти рыжеватых замечательных шляпок.

Часто рыжики появляются в наших сибирских лесах еще летом, на стыке конца июля и августа. Этот первый слой обычно не очень обильный и царствует весьма непродолжительно: лето еще пышет зноем, почва быстро теряет влагу, а дожди не особенно балуют скучающую по ним землю.

Настоящий урожай рыжиков, урожай по крупному счету — это поздняя осень, когда разразится сентябрь глухой порой листопада и поплывут взерошенные облака, а холодные, висячие дожди станут полоскать пылающие грозди калины. И пластами, и разбежавшись поодиночке, украсят тогда пламенеющие шляпки грибов еще зеленоватый ковер отавы, припрятуются грибки под скелетами высохших до цвета ржавчины срубленных сосенок, а в ямках, по канавкам, плуговым бороздкам, возле подрастающих деревьев, в густоте травяных зарослей ожидают грибника сюрпризы: дружные семьи прижавшихся друг к другу промокших великолепных грибов. Хороши рыжики, волнуют душу грибника неожиданностью находок. А вокруг сыплются, сыплются погибшие листья — разноцветные, покорные... Струится по коричневеющим стволам деревьев холодная влага, по-хозяйски роется в ворохах мертвой листвы неугомонный дождь...

По старинным рецептам...

Обычно рыжики после тщательной очистки от лесного сора используют для сухого засола.

Чтобы сохранить острый фруктовый запах гриба, его нужно солить без специй. Очень вкусны рыжики, предварительно отваренные в соленой воде и обжаренные с мукой и луком, а в старину этого «короля млечников» нанизывали на палочки и жарили на костре, как шашлык.

Вот один из рецептов приготовления этого блюда.

Молодые грибы погрузить на 10—15 минут в кипящую воду, затем откинуть на дуршлаг и нанизать на деревянные палочки, чередуя грибы с ломтиками репчатого лука и кусочками свиного сала. Шашлык обжарить на сковороде, за несколько минут до готовности добавить к нему томат-пюре, перец и соль по вкусу.

Ирина Филиппова



Рыжик



Волнушка



**Белянка
(волнушка белая)**

Грибы спасают от рака?

«У отца рак почки. Сделали операцию в Москве и химиотерапию. Потом на мой вопрос: «А что дальше делать? Что принимать?», онколог ответил: «Ничего. Будем наблюдать.» И выписал направление к районному онкологу. Наблюдать – это, как я понимаю, сидеть и ждать, когда поползут метастазы. И онкологи ничем больше помочь не могут?»

Андрей Суваев, Москва.

Увы, да. Это специфика данного заболевания – рак невероятно коварен. Опухоль разбрасывает по организму «тканевые почки» – перерожденные раковые клетки, которые путешествуют по лимфатическим и кровеносным сосудам и прикрепляются в определенных местах, чтобы вырасти в дочерние опухоли – метастазы. После проведенной операции – удаления опухоли – химиотерапия предназначена именно для подавления таких «блуждающих» раковых очажков. Но практически всегда подавляет в лучшем случае две трети онкоклеток, сохранившаяся треть тут же перерождается, то есть получает иммунитет к данным токсическим веществам и на них перестает реагировать. Эти сверхвыносливые раковые клетки тут же начинают активно развиваться, стремясь выжить любым путем. То есть, **наблюдение** сводится к тому, чтобы ждать, когда они сформируют новые опухоли – метастазы – в других органах. При раке почки такие метастазы обычно возникают в ближайшее время (от полугода до двух лет) в печени, легких, лимфосистеме, мозге. Последующие химиотерапии при появлении метастазов никакой практически роли не оказывают – они могут только частично подавить опухоли, опять же провоцируя оставшиеся раковые клетки на безудержный рост.

Онкологи прекрасно знают, что вот такое **наблюдение** – это бессилие современной онкологии, но хроническое отсутствие финансирования на новейшие разработки иммунотерапии натуральными природными средствами ставит онкологию в тупик.

Синтетическая иммунотерапия, одно время принятая в онкологии, себя не оправдала – группа «феронов», «реоферон», «бетаферон» и т. д. – не только не поднимала специфический противораковый иммунитет, но и часто стимулировала дополнительно прогрессирование развития онкоклеток. Особенно печально было видеть применение этой «иммунотерапии» при таком свирепом заболевании, как **меланома**, когда на фоне приема «реоферона» метастазирование бурно развивалось в течение месяца при относительно стойкой ремиссии после иссечения опухоли.

Народная медицина наиболее мудро поступала в этом случае – были известны природные средства, задерживающие развитие онкоклеток. Многие целители успешно пользовались своими «авторскими» рецептами трав, грибов. Широко использовались ядовитые травы – болиголов, аконит, чистотел. Пытались использовать композиции трав алоэ, горечника Моррисона, молочая Палласа, одуванчика, репейника и т.д. Но это был чистый

эксперимент целителей. Ни одна из трав не подверглась испытанию в исследовательских институтах – никто не может ни подтвердить, ни опровергнуть их противоопухолевые свойства.

Грибы – научно доказанные противоопухолевые свойства

Первая попытка исследовать противоопухолевые свойства природных средств была предпринята в России в середине пятидесятых годов. И первым исследованным средством от рака стала ЧАГА. Чага – березовый гриб, один из семейства трутовиков, паразитирующий на березах. В народной медицине она широко использовалась при лечении всех видов рака.

Под Москвой в небольшом городке Александрове, родине знаменитой поэтессы Марины Цветаевой, в эти же годы в обычной районной поликлинике работал доктор Масленников. Очередь к этому доктору, как вспоминают жители ближних домов, была... «начиная от вокзала». Люди жили сутками на улице или же снимая комнатухи в этом городишке с единственной целью – попасть к нему на приём и получить это ценное снадобье – горсточку чаги. Результаты были – рак отступал, и при тогдашнем отсутствии мошеннической рекламы работало только «сарафанное радио» – люди передавали друг другу адрес «чудо-целителя». В архиве доктора действительно осталось много записей удивительных исцелений – даже при четвертой стадии рака. Писатель Солженицын тоже излечился от рака желудка благодаря рекомендациям этого доктора, его повесть «Раковый корпус» – именно об этом, об онкобольных, потерявших веру на спасение и обретших надежду благодаря природным средствам.

Чага – это первое и единственное природное средство, прошедшее все исследования на противоопухолевые свойства. Лекарственное средство «Бефунгин», разработанное в начале шестидесятых – не самое удачное лекарство из чаги, но даже оно – действительно и тормозит рост онкоклеток. Кстати, онкологи и тогда, и сейчас не стремятся его даже советовать, что очень печально, предпочитая наблюдать...

Филиппова И.А

Продолжение читайте в следующем номере.

Чудо – настойка...

В нашей деревне жила бабка Вера – ведуньей слыла. И имя такое хорошее у неё – ВЕРА... И рожу излечивала, и грыжи всякие. А однажды поселила и в мою семью – Веру... У мужа обнаружили рак левого легкого – третьей стадии. Химиотерапию предлагали без операции. Мы сказали – подумаем. И – к бабке Вере. Она мужу настой какой-то дала, банку трехлитровую. Наказала по полстакана пить за полчаса до еды... выяснять я долго не могла – что за настой? Потом бабка мужу сказала моему – мухомор это красный на водке... А муж уже 5 лет живет, и метастаз нет...

Прохорова М.С. Жирятино, Брянская область.

ГРИБНЫЕ ПРЕПАРАТЫ СОХРАНЯЮТ ЗДОРОВЬЕ ДОМАШНИМ ЖИВОТНЫМ

В ветеринарии целебные грибы как дополнительный источник пищевых и биологически активных веществ используются для оптимизации нарушенного обмена веществ в организме, профилактики и реабилитации хронических форм различных заболеваний животных, в том числе онкологических.

В каких случаях к корму здоровых животных следует добавлять целебные грибы?

В тех случаях, когда владелец не уверен в том, что животное получает сбалансированное питание. Чаще всего выбор типа кормления связан и с потребностями животного, и с ритмом жизни семьи, в которой живет четвероногий друг. Многие считают, что практичнее использовать промышленные корма – сухой или комбинированный. Такие корма сбалансированы по питательной ценности, содержат витамины (чаще синтетические) и минеральные добавки. В тех случаях, когда животных кормят «со стола» или присутствует смешанный тип кормления, добавление целебных грибов будет весьма полезным. Во – первых, уникальный состав минеральных веществ грибных препаратов благоприятно влияет на обмен веществ в организме. Во – вторых, грибные препараты содержат натуральные витамины А, С, Д, Е, В (В₁, В₂, В₃, В₅, В₉) и другие. В – третьих, грибные полисахаридные волокна целлюлоза и хитин в комплексе составляют особый материал – фунгин, или грибную клетчатку. Подобно клетчатке овощей,

она благоприятно влияет на перистальтику кишечника и соответственно на весь процесс пищеварения.

А в каких количествах можно давать грибные препараты грызунам, кошкам, собакам?

Дозировки должны быть адаптированы индивидуально для каждого животного. Всегда учитывается три важнейших параметра: возраст, размер и физиологические особенности.

Можно ли использовать грибные препараты вместе с диетическими кормами, когда ветеринарные специалисты назначают лечебное питание?

Да, сочетание лечебного питания и грибных препаратов при болезнях пищеварительной системы, сердца, почек и мочевыводящих путей, ожирении, сахарном диабете, поражении суставов способствует быстрому восстановлению утраченных функций и стойкой ремиссии в отношении хронических процессов. У некоторых пород собак наблюдается более выраженная предрасположенность к развитию болезней сердца.

Каков алгоритм применения грибных препаратов в качестве профилактики этой патологии?

Собакам, предрасположенным к кардиологической патологии, грибные препараты назначаются с двухлетнего возраста. Биологически активные компоненты гриба рейши способны обеспечивать оптимальную частоту сердечных сокращений,

а гриб веселка поддерживает функциональную деятельность миоцитов и улучшает сократительную способность миокарда.

Не следует забывать, что риск кардиологической патологии у всех пород увеличивается с возрастом – появляются «шумы» в сердце и непереносимость физической нагрузки. Курс грибов рейши, шиитаке, болетуса поможет поддержать сердечную деятельность в норме на протяжении всей жизни, обеспечить оптимальную работу сердечной мышцы и пополнить запасы энергии на клеточном уровне.

Что делать, если поставлен диагноз – злокачественная опухоль, грибы могут помочь?

В онкологии применяется комплексная терапия, которая воздействует на общие и местные механизмы патологического процесса. В зависимости от метода воздействия на злокачественную опухоль лечение может быть хирургическим, лучевым и лекарственным (химиотерапевтическим, гормональным и иммунотерапевтическим). Ввиду того, что терапия в онкологии всегда требует длительной коррекции – целебные грибы, обладая противоопухолевыми свойствами, незаменимы в качестве реабилитации онкологических процессов. Лидерами «грибной» реабилитации являются: веселка обыкновенная, шиитаке, рейши, кордицепс, агарик бразильский, мейтаке.

Юшкевич Татьяна Владимировна

«ФУНГ ШАРИК»

БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ВЕТЕРИНАРИИ

На вопросы о здоровье ваших питомцев ответит кандидат ветеринарных наук, врач-фунготерапевт.

- эл. почта: sharik@fungo.ru
- горячая линия: (812) 740-37-61, 973-57-50 пн., вт., ср., чт., пт. с 10.00 до 18.00
- почтовый адрес: 197022 г. Санкт-Петербург а/я 720 «Центр фунготерапии Ирины Филипповой»





2012

Апрель

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Март

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Февраль

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29				

Январь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Август

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Июль

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Июнь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Декабрь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Ноябрь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Октябрь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Сентябрь

пн	Вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



Украи́нская

г. Киев (044) 484-13-54; (044) 331-74-44



Росси́йская

г. Нарва (37235) 482-49, 55-916-627



Казахста́н

г. Алма-Ата - (7727) 577-00-77

Итоги грибного сезона 2011



Ну вот и подходит к концу грибная пора. На улице все чаще льет дождь, в лесу сыро и грибов уже почти нет – самое время подвести итоги.

В этом году мы грибной сезон открыли достаточно рано – в конце апреля, и, несмотря на то, что в лесу еще лежал снег, мы с удовольствием вкушали свежие вешенки, выросшие на подоконнике.

Удивительно: оказывается, грибы – морозостойкие и нетребовательные к влаге. Две недели я за ними ухаживала, каждый день наблюдала, как разрастается грибница, а потом решила, что дома им явно жарко и вынесла на балкон. На улице-то уже весна была. Так, с чистой совестью, я оставила свой грибной огород и уехала на 2 недели в отпуск. А через пару дней слышу в новостях: в Санкт-Петербурге -10°, снег. Думаю, ну все, конец пришел моим грибочкам, а так хотелось самой вырастить!

Вернулась я домой, посмотрела в пустые ящики с засохшем субстратом, и думаю, полью все-таки грибочки, вдруг что-то вырастет. И действительно, через неделю белоснежные вешенки толкали друг друга в маленьких ящиках, пытаясь опередить друг друга. Так нам грибной огород подарил 3 обильных урожая. Приятно все-таки, но хотелось уже лесных грибочков.

В Санкт-Петербурге было по-прежнему холодно, а вот в Смоленской области, куда мы и отправились, уже пришла настоящая весна. Еще в логах покоились пласты снега, а на обогретых солнцем пригорках и полянах отчаянно белели храбрые подснежники. С треском ломала зимнее покрывало река, унося с вешними водами голубоватые крутящиеся льдинки. Весной появились и первые грибы. Приятно студят пальцы прохладные ножки, наполняется сердце счастьем от первой удачи.

Час в лесу и 4 корзины сморчков и строчков! Даже как-то обидно – а как же долгие поиски? И погулять еще хочется, и понимаю, что если дальше пойду, перед грибами устоять не смогу. Поэтому решили мы, что пора со сбором грибов заканчивать. Поблагодарили лес за гостеприимство, и отправились готовить. Вкус у сморчков и строчков на редкость нежный. А если в грибное блюдо добавить щепотку измельченных белых грибов, то аромат получается еще изысканнее!

По иронии судьбы, продолжился наш грибной сезон все в той же Смоленской области. В Санкт-Петербурге стояло знойное лето, изнуряющее все живое своим жаром.

А под Смоленщиной уже накрапывал мелкий грибной дождь – бьется, трещит на листьях, сколько надежд, ожиданий несет он нам, грибникам, особенно после продолжительной вереницы утомительных безоблачных дней. Купаются тяжелые капли в прокаленной пыли проселочной дороги. Скользит по небосводу лохматая тучка, стараясь прикрыть ладонью смеющееся солнце. Дождь мечет свои серебряные стрелы на оживающую землю, на жаждущие влаги травы. Прихорашиваются они, поблескивают свежестью зелени, сгибаются в дуги под тяжестью алмазных капель.

Но вот заторопилась прочь проказница-тучка, распахнуло солнце свои объятия, запахло из оврагов грибной сыростью. Вот-вот вспыхнут яркие желтые фонарики лисичек. Удивительные это грибы. В густом сумраке леса вдруг обнаружишь у себя под ногами светящееся чудо оранжево-желтого цвета, которое ну ни как не вяжется с окружающей обстановкой. Молоденькие лисички похожи на орешки, причем не простые, а «золотые». Бугорки, оспинки на поверхности – как у золотых самородков. Спустя несколько дней «орешки» превращаются в чашечки-цветы. И у каждого гриба свои неповторимые извивы складок и сборок, свои особенные разветвления округлых, тупых ребрышек, идущих почти от самого заостренного корешка. И со временем лисички не тускнеют, и червей совсем не боятся.

Лисичек в этом году было видимо-невидимо. Такие молоденькие, крепенькие – не оторваться! И чистить их одно удовольствие – лисичка никогда не бывает червивой!

А сколько в этом году встретилось нам дождевиков! Многие грибники относятся к ним по-варварски. Кому-кому, а уж дождевикам достаточно пинков, ударов палками и других травм куда больше, чем всему грибному царству вместе взятому.

А зря. Гриб-то не только вкусный, но и целебный! Мякоть их богата белком и азотистыми веществами. Старые грибы, до краем наполненные порами, тоже используются в медицине – помогают в заживлении гнойных ран.

Дождевики – грибы, рожденные дождем, теплыми ливнями конца июня. Вряд ли назовешь эти грибы иначе. Раскатились по соседству с перламутровыми березами головачи, крупные, словно мячики, расселись по изумру-

ду подрастающих трав белыми шариками пороховики – дождевики в размер грецкого орешка, пристроились в грустном одиночестве дождевички грушевидные. Собрать их – одно удовольствие. Яркие белые шарик прекрасно выделяются на фоне опавшей прошлогодней листвы и поваленных деревьев. Только соберешь семейку, а поодаль еще и еще!

Собирая дождевики, нужно помнить, что срезать их нужно, когда мякоть еще упругая и белая, как сметана без каких-либо следов позеленения – первого признака созревания спор.

Давно мы мечтали попробовать суп из дождевиков, и в этом году мечта наконец-таки осуществилась, и не одна.

Пять лет мы в лесах искали вешенку, люблю я этот гриб. Он, конечно, и выращенный дома вкусный, но найденный в лесу можно расценить как особый лесной дар. Белоснежные, невесомые, словно маленькие перышки, облепили они несколько старых пней. С невероятным трепетом срезаю их – когда еще такая возможность представится? Оказалось, ждать недолго, богат на вешенки был грибной сезон. То тут, то там мелькали ажурные лепестки.

Вешенка – превосходный источник витаминов. Так, содержание ниацина в грибах находится на уровне мясных продуктов, и значительно превосходит по этому показателю овощные культуры, ягоды и фрукты. Количество пантатеновой кислоты в плодовых телах грибов вешенки выше, чем в овощах, фруктах, мясе, рыбе, молоке и сопоставимо с содержанием её в почках крупного рогатого скота. Кроме того, при употреблении этих грибов в пищу организм получает ферменты, способствующие расщеплению жиров и гликогена. Считается, что в результате употребления вешенки в пищу снижается уровень холестерина в крови, а сок этого гриба подавляет развитие кишечной палочки.

Я этот гриб больше всего люблю в овощном салате. Сырым он сохраняет все полезные вещества, к тому же можно вдоволь насладиться грибным вкусом!

Ну а главным достоянием грибной корзины стали, конечно же, красные шляпки мухоморов. В деревнях до сих пор существует такой обычай: нашедший красный мухомор кланяется ему до земли с огромной благодарностью.

Мухомор – гриб особенный, лечебный. Много о нем написано нашими знахарям: и опухоли им злокачественные лечили, и раны сложнозаживляемые. Мы же настойку мухомора для бабушки делаем. Сколько лет она с суставами мучилась – как погода меняется, колени болят так, что ходить невозможно! Привезли ей настойку мухомора, так она через месяц звонит и просит еще привезти, говорит, что ни одна мазь так боль не снимает, как мухомор! Поэтому пусть не удивляются грибники, видящие в моей корзине мухоморы. Кто-то в лес за продуктами ходит, а кто-то за лекарством.

Незаметно наступила осень, тишину нарушал шелест листвы, опадающей с деревьев, моросил мелкий холодный дождь. Все друзья сказали, что грибов в лесу нет. «Да как же их нет!» – возрождала я, когда в самом центре города деревья облеплены огромными зимними опятами величиной с ладонь! Это что ж получается, в городе грибы есть, а в лесу нет? Не верю!

И мы отправились в лес. И вот, первая попавшаяся поляна, совсем возле дороги, на которой стоит рогатый березовый пень, сверху до низу облепленный грибами. Вкривь и вкось, выглядывая один из-под другого, тесня друг друга, настороженно глядят конопатые грибки. Сейчас начнется поголовная резка. Отдохнешь вволю, пока, сидя на корточках, а то и лежа, срезаешь веснушчатые шляпки. Опята – грибы универсальные: соли, маринов, приготавливай жареными.

А недавно я узнала, что их сушить, оказывается, можно и нужно, т.к. сушены белые грибочки у нас исчезают где-то в ноябре, а зимой грибов так хочется! Когда-то в сибирских деревнях их сушили целыми кулями. Нанизанные на прочные нити, шляпки грибов высыхают очень быстро. Сушеные опенки – чудо! Супы, похлебки, гречневые каши с отварными грибами – объедение. Тетя моя на Украине опята каждый год сушит. Они всей деревней собирают и кладут сушить на мельницу мешками, даже не перебирая. Она-то и привезла мне зимой огромный мешок сушеных опят. Оказалось, что по вкусу они ни чем не хуже привычных нам подберезовиков и подосиновиков.

Удался на славу этот грибной сезон. А вместе с последними семьями опята ушла грибная пора.

Самойлова Е

КТО ЦЕЛЕБНЕЙ ИЗ ГРИБОВ?

Лисичка



- АНТИГЕЛЬМИНТНОЕ ДЕЙСТВИЕ (ЛЯМБЛИОЗ, АСКАРИДОЗ, ЭНТЕРОБИОЗ, ОПИСТОРХОЗ И ДР.)
- ОСТРЫЕ И ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ (ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ РАССТРОЙСТВА ПЕЧЕНИ, ГЕПАТИТЫ, ГЕМАНГИОМЫ, ЦИРРОЗ, ЖИРОВОЕ ПЕРЕРОЖДЕНИЕ)
- ГЕПАТОПРОТЕКТОРНОЕ, ЖЕЛЧЕГОННОЕ, ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Мухомор для наружного применения



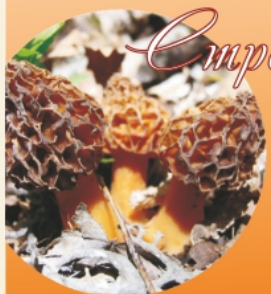
- РЕКОМЕНДУЮТСЯ ПРИ МЫШЕЧНЫХ БОЛЯХ
- ДЛЯ ПРОМЫВАНИЯ ЯЗВ, ЧИРЬЕВ, ФУРУНКУЛОВ, РОЖИСТЫХ ВОСПАЛЕНИЙ, ПРОЛЕЖНЕЙ
- ДЛЯ ОРОШЕНИЯ ПСОРИАЗНЫХ БЛЯШЕК И ОЧАГОВЫХ ГРИБКОВЫХ ПОРАЖЕНИЙ КОЖИ И НОГТЕЙ
- В ПРИМОЧКАХ ПРИ ССАДИНАХ, ГНОЙНЫХ РАНАХ, РАКОВЫХ ЯЗВАХ, ТРОМБОФЛЕБИТНЫХ ЯЗВАХ
- РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОГРЕВАЮЩИЕ КОМПРЕССЫ ДЛЯ БОЛЬНЫХ СУСТАВОВ

Дождевик



- ВЫВЕДЕНИЕ ИЗ ОРГАНИЗМА СОЕДИНЕНИЙ ТЯЖЕЛЫХ МЕТАЛЛОВ, ФТОРА, ХЛОРА, РАДИОНУКЛЕИДОВ
- ДОБРОКАЧЕСТВЕННЫЕ ОПУХОЛИ
- ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛИМФАТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ (ЛИМФОСТАЗ, ОТЕЧНЫЙ СИНДРОМ)
- ДЕЗИНТОКСИКАЦИОННОЕ ДЕЙСТВИЕ ПОСЛЕ ГЕЛЬМИНТОЗОВ, ДИСБАКТЕРИОЗОВ, ГЕПАТИТОВ
- ОСТРЫЕ И ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Спорок



- ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗРЕНИЯ (БЛИЗУКОРНОСТЬ, ДАЛЬНОЗРКОСТЬ)
- ПРОФИЛАКТИКА КАТАРАКТЫ И ГЛАУКОМЫ

Сохранить красоту – это искусство!



Иногда поход в магазин чреват немалыми страданиями! 48 уже не влезает, и в 50-м тоже как-то тесно, здесь избыток жира, и здесь, и вот здесь еще... Пора заниматься собой,, эта мысль присутствует всегда, и жаль, что не всегда она воплощается в реальное дело. А зря. На лекарственных грибах это сделать можно достаточно просто. Вопросы о похудении на грибной системе Ямакиро задаем непосредственно директору Центра Фунготерапии Ирине Филипповой.

Корр. На сколько килограммов можно похудеть за два месяца?

И.Ф. От 5 до 20 килограммов. У нас это нормальное явление – такие письма: «За два месяца сбросила 12 кг. Такого со мной не было ни на одной диете. И еще два месяца после этого сбрасывала по 1 кг в месяц, хотя не отказывала себе в шоколаде и пирожках. А вот сейчас что-то застопорилось. Можно еще раз пройти курс?»

Да, именно так и бывает, после полного курса идет инерционное похудение именно за счет того, что печень научилась правильно работать.

Корр. Вы хотите сказать, что грибы сами по себе не «расщепляют» жировые клетки?

И.Ф. Расщепление жировой клетки капсулой какого-либо вещества (бромелайна, например) – это миф, придуманный кем-то. Физически это невозможно – крохотная капсула самого активного «окислителя жира» способна расщепить и вывести такое же мизерное количество жира. Грибы действуют принципиально по-другому – они учат работать печень, которая вырабатывает ферменты. Они и расщепляют и жиры, и белки, и углеводы. А печень у большинства ленивая.

Существует и еще один миф диетологов, что ожирение напрямую зависит от количества и калорийности съедаемой пищи. Увы, это не так. Есть очень худые люди, которые съедают тонну сладкой и мучной пищи и остаются худыми. А полные могут сидеть на яблоках и капусте и оставаться полными. И низкокалорийность растительной пищи – это тоже сказка. Корова всегда питается травой и не худеет, а наоборот тучнеет и дает молоко, свиней же специально сажают на яблочный рацион, чтобы сало нарастало быстрее и было без прожилок и белоснежным.

Все дело в печени – это ее дело «сжигать» жиры, белки и углеводы. Так вот грибы учат ее так работать, дают толчок к правильной ферментации.

Корр. А почему печень не умеет это делать?

И.Ф. Дело в том, что вырабатывание печенью ферментов

– дело сложное. И печень этому долго учится. Вы замечали, что детишки до 3-4 летнего возраста – забавные толстячки и пухляшки? Причем только от грудного молока? А все потому, что печень еще не сформировала ферменты для расщепления белка – она расщепляет белки и углеводы только до жирных аминокислот, которые опять усваиваются печенью, трансформируясь в жировые клетки. К пятилетнему возрасту печень созревает и начинает вырабатывать все нужные ферменты, поэтому, как правило, проходят все диатезы, идет похудение.

«Забывает» свою работу по производству ферментов печень обычно у женщин после родов вследствие гормональной встряски и у многих мужчин и женщин после 35 лет во время «гормонального шторма». Обычно это называют нарушенным обменом веществ.

Все препараты для похудения работают на расщепление уже сформированной жировой клетки. И ни один препарат не учит ферментировать печень. Печальный опыт голоданий, диет и т.д. показывает, что жировая ткань восстанавливается очень быстро, если печень работает в прежнем режиме.

Корр. Как научить печень правильно работать?

И.Ф. О том, как научить печень правильно функционировать знали... японские гейши. Японки всегда поражали европейцев своей миниатюрностью и воздушностью. И сейчас на улицах Токио трудно встретить полных женщин. И дело не в особых условиях питания – увы, и для Японии стали нормой американские гамбургеры. Но древняя традиция фунготерапии (лечение лекарственными грибами) помогает японцам и сейчас. Оказывается, секрет полувоздушности японских гейш – в использовании специальных грибов, которые... снижают вес.

Это было целое искусство (оно называется «ямакиро»), которому обучались гейши – как не обижать гостя и угощать его, обязательно пробуя каждое блюдо и – не полнеть. И у каждой из них в сундучке для косметики всегда находились три флакончика с такими грибами.

Первый флакон – гриб, который и отвечает за похудение, он так и именуется: гриб японских гейш – мейтаке.

Доктор медицины Масанори Йокота (Masanori Yokota) из клиники Косеикаи (Koseikai) в Токио вплотную занялся «секретом японских гейш» и убедился, что мейтаке эффективно снижает вес не только у японок, но и у... крыс.

Были взяты две группы крыс с одинаковым весом – 350 г. Одну группу кормили усиленно калорийной пищей, вторую – такой же, но давали порошок мейтаке. Первая группа крыс через месяц весила по 400, а вот у второй группы был явный недочет – они недотягивали и до прежнего веса (350г), то есть явно худели при хорошем аппетите.

Второй гриб, который использовали японки – трютовик лиственничный.

Этот древесный гриб издавна славился лучшим средством для снятия аппетита и как легкое послабляющее (кроме того, его используют и при ряде заболеваний печени и легких).

И третий гриб из «рюкзачка первой помощи гейш» – шиитакэ, самый знаменитый гриб в мире. Он выполнял функцию «раскрытия печени», то есть выработки нужных ферментов для расщепления белков и жиров и снижал холестерин.

Доктор Масанори заинтересовался секретом гейш и провел клинические исследования этих трех грибов именно на похудение: результаты были впечатляющие – пациенты теряли от 3 до 5 кг в месяц в щадящем режиме, то есть без диеты...

Более интенсивное похудение с теми же грибами и специальной диетой было разработано в этой же клинике Косеикаи и известно во всем мире как система «Ямакиро». Эта система используется в лечебной практике, когда необходимо сбросить вес в максимально короткое время.

Корр. Нужна ли диета при применении «Ямакиро»?

И.Ф. Первые две недели разработан специальный рацион питания, куда входит в обязательном порядке молоко, заваренное пакетиком черного чая с добавлением щепотки кардамона, и красный чай каркаде для усиления мочегонного эффекта, и рекомендации по питанию (они очень простые). Делается это для того, чтобы печень на время отдохнула и свободно накапливала «грибные полисахариды», которые и возьмутся за дело.

Если печень правильно очищена, на третью-четвертую неделю должно быть послабление стула и частое мочеиспускание – это хороший признак. Значит, печень дала знак, что она стала вырабатывать ферменты для расщепления жирных кислот. И теперь она будет работать как топка, сжигая все, что попадает в организм. И килограммы просто начнут таять.

Корр. А если нет такой реакции?

Результат все равно будет неплохой, но чтобы добиться «умной печени», надо будет еще раз через какое-то время повторить курс – и тогда реакция такая наступает обязательно.

Корр. А самые поразительные случаи были?

Много. Например, одна из наших бывших пациенток Наташа Комарова специально приехала на встречу со мной в Екатеринбург и привезла с собой... свой пиджак 58 размера, который носила год назад. Она специально вышла на сцену и надела его, обернувшись вдвое – вот, посмотрите, что сделала «Ямакиро».

Беседовал Коротков И.О.

магазины

“ГРИБНАЯ АПТЕКА”

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

8-800-5555-170

звонок по России бесплатный

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

Адреса аптек в Москве:

ул. Бутырская, 67, тел.: **(495) 234-55-41**

(м. Дмитровская)

Хорошевское шоссе, д. 68, к.5, тел.: **(495) 940-20-13**

(м. Полежаевская)

БОРОВИК — РЕКОРДСМЕН ПО СОДЕРЖАНИЮ ВИТАМИНОВ И МИКРОЭЛЕМЕНТОВ.



Он применяется при синдром хронической усталости (гиповитаминозы А, Е, D), обладает противовоспалительным и антибактериальным действием. В нем много селена, калия, кальция, железа.



СЕРЕБРЯНАЯ ВОДА

Ученые доказали, что «Серебряная вода» является мощным иммуномодулятором, сравнимым со стероидными гормонами. Сегодня серебро рассматривается как микроэлемент, необходимый для нормального функционирования внутренних органов и систем, а также как мощное средство, повышающее иммунитет и активно воздействующее на болезнетворные бактерии и вирусы.



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

Адреса аптек:

(м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51,

тел.: **(812) 273-20-43**

(м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88,

тел.: **(812) 368-98-04**

(м. Пл.А.Невского) Невский пр., д.180,

тел.: **(812) 717-17-11**

(м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 3,

тел.: **(812) 575-57-97, 974-07-80**

(м. Пр.Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к.2,

тел.: **(812) 377-26-86, 973-57-40**

(м. Пр.Просвещения) пр. Энгельса, д.132/1,

тел.: **(812) 715-47-26**



Здравствуйте, дорогие ребята!
Вот и поздняя осень за окном, но не стоит грустить. Сегодня мы хотим рассказать Вам удивительную историю, которая может произойти с каждым кто хотя бы один раз ходил в лес за грибами.

Живые грибы

Вышел как-то ёжик из дому
грибов набрать, ежат накормить.
Зима впереди долгая,
без припасов не обойтись.



Много грибов набрал!
Всем ежатам хватит, и друзей
угостить можно!



А Никита и Денис тоже решили
сходить в лес за грибами. Да
только вот грибы-то все куда-то
попрятались, под листиками да
веточками укрылись.



Вдруг видят ребята-под деревом
холмик маленький, а на нём
грибов видимо-невидимо! И
белые, и подберёзовики, и
маслята!



Вот мальчики обрадовались!
Бросились к чудесному холмику.
А он вдруг вскочил на ножки и как
кинется наутёк!



Вот ребята удивились!
Не приходилось им ещё живых
грибов видеть!

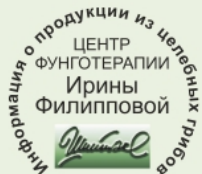


А ёжик с грибами домой
прибежал, всех ежат накормил,
ещё и на зиму хватило!



Сутеев В.





Центр фунготерапии Ирины Филипповой



Россия:

г. Адлер (8622) 33-40-43
г. Белгород (4722) 53-88-55
г. Владивосток (4232) 371-291;
707-509
г. Владикавказ 8918-708-18-74
(672) 54-99-64
г. Воронеж 8-906-585-78-45
г. Вологда 8-921-143-24-56
г. Выборг (813) 782-80-44
г. Екатеринбург (343) 213-99-61
г. Ейск 8-918-6364417

г. Казань (843) 526-63-75,
251-47-67
г. Красноярск (3912) 242-66-98,
299-82-82
г. Магнитогорск (3519) 25-35-51
г. Мурманск (8152) 25-60-49,
25-66-21
г. Н. Новгород (831) 436-14-38
г. Н. Тагил (3435) 43-68-17
г. Омск (3812) 53-06-49
г. Оренбург (3532) 72-34-54
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) 49-47-91
г. Ухта (82147) 643-50
г. Хабаровск (4212) 74-96-17
г. Чебоксары (8352) 343-845
г. Челябинск (351) 775-39-29
г. Череповец (8202) 22-26-92,
8921-145-99-93

Наши представители



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

ФСП-1		Почта России									
		АБОНЕМЕНТ на газету журнал	19320 (индекс издания)								
Грибная Аптека		Количество комплектов:									
на		год по месяцам									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)							
Кому		(фамилия, инициалы)									
		ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА									
		газету журнал	19320 (индекс издания)								
ПВ		место	ли-тер								
Грибная Аптека		(наименование издания)									
Стои-мость	подписки пере-адресовки	руб.	коп.	Количество комплектов:							
		руб.	коп.								
на		год по месяцам									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)							
Кому		(фамилия, инициалы)									

Крем-суп из шампиньонов

**Ингредиенты:**

Шампиньоны свежие – 500 г
Сливки 25%-ные – 300 мл
Масло сливочное – 2 ст. л.
Мука пшеничная – 3 ст. л.
Масло оливковое – 2 ст. л.
Тимьян -1 щепотка
Чеснок – 1 зубчик
Соль – по вкусу
Перец черный
свежемолотый – по вкусу
Грибы белые сушеные – 2 шт.

Шампиньоны тщательно помойте, 2 красивых крепких гриба отложите. Отделите ножки и порубите их крупно. Шляпки нарежьте тонкими ломтиками. Ножки положите в кастрюлю, залейте 1-1,5 л холодной воды, добавьте тимьян и неочищенный зубчик чеснока. Доведите до кипения, варите на небольшом огне под крышкой 30 минут.

В большой сковороде разогрейте треть оливкового масла, положите нарезанные шляпки, посолите, закройте крышкой.

Готовьте на сильном огне, потряхивая сковороду, 5 мин. Откройте крышку – в сковороде должен образоваться грибной сок. Аккуратно вычерпайте его в кастрюлю, где варятся ножки. Добавьте оставшееся оливковое масло, перемешайте и обжаривайте, помешивая, ещё 10 мин.

Готовые шляпки положите в кастрюлю с ножками за 5-10 мин. до конца варки (тимьян и чеснок удалите). Отлейте примерно 1 стакан бульона и слегка остудите. Пока грибы довариваются, в небольшом сотейнике растопите сливочное масло, добавьте муку, обжаривайте на небольшом огне, всё время помешивая, 3-4 мин. Затем влейте отложенный бульон тонкой струйкой, всё время помешивая венчиком. Готовьте, помешивая, чтобы не было комков (при необходимости добавьте ещё бульона), 7-10 мин.

Перелейте суп в блендер, добавьте заправку из сотейника, взбейте до однородности, верните в кастрюлю. Доведите до кипения, влейте сливки, прогрейте, не давая кипеть, приправьте солью и перцем, снимите с огня.

Для подачи отложенные шампиньоны нарежьте тонкими ломтиками. Сухие белые грибы с сухим тимьяном растолките в ступке в муку или смелите в кофемолке. Разлейте суп в подогретые тарелки, в центр выложите несколько ломтиков шампиньонов и посыпьте порошком из белых грибов с тимьяном. Подавайте немедленно.

Ингредиенты:

Филе индейки – 800 г
Грибы свежие – 500 г
Сливки – 100 мл
Лук репчатый – 1 головка
Масло сливочное – 2 ст. л.
Лавровый лист – 2 шт.
Соль – по вкусу
Перец черный молотый – по вкусу
Паприка сладкая – по вкусу
Сок лимонный – 1 ст. л.
приправы
Майонез
Зеленый лук
петрушка, укроп.

Разогрейте духовку до 200 градусов.

Растопите сливочное масло в глубокой сковороде на среднем огне и добавьте мелко нарезанный лук, целый кусок индейки и лавровые листья. Посолите и поперчите и обжарьте до золотистой корочки.

Влейте 250 мл холодной воды, доведите до кипения, накройте крышкой и поставьте в духовку на 2 часа.

Очистите грибы и порежьте на небольшие кусочки. За час до готовности мяса выложите грибы в форму и, не закрывая крышкой, тушите еще 1 час до готовности мяса.

Извлеките форму из духовки. Переложите мясо на тарелку. В соус от мяса добавьте сливки и доведите до кипения. Посолите, поперчите и добавьте паприку и лимонный сок. Порежьте мясо на небольшие куски и выложите на блюдо. Сверху полейте грибным соусом и подавайте.

Запеченое филе индейки в сливочно-грибном соусе



Тушеные грибы в винном соусе



Растопите сливочное масло в большой сковороде на среднем огне. Добавьте муку и хорошо перемешайте.

Добавьте нарезанные грибы, вино, бульон, мелко нарезанный лук, измельченный чеснок и ворчестерский соус.

Доведите до кипения, уменьшите огонь, накройте крышкой и тушите, пока грибы не станут мягкими и соус не загустеет, примерно 40 минут. Посолите и поперчите.

Переложите в сервировочную миску, посыпьте петрушкой и подавайте.

Ингредиенты:

Масло сливочное – ½ стакана
Мука пшеничная – 1 ст. л.
Грибы свежие – 1,4 кг
Вино красное сухое – 2 стакана
Бульон овощной – 2 стакана
Лук репчатый – ½ стакана
Чеснок – 4 зубчика
Соус ворчестерский – 2 чайные ложки
Петрушка – по вкусу

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, кв. 25, редакция газеты «Грибная Аптека». Подписной индекс 19320 по каталогу РОСПЕЧАТЬ.

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Коротков И. Тираж 8000 экз. Подписано в печать 28.10.2011 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В. О. 17 линия, д. 60, лит. А, пом.4н. Заказ № ТД-5512

