



№ 8

(136)  
2016 г.

Вестник  
фунготерапии

АПТЕКА

✉ **ОТ ЗИМНЕЙ ДЕПРЕССИИ**

Начинаю принимать кордицепс в январе. Курс – три месяца – январь, февраль, март.

В это время – как раз разгар эпидемии гриппа и «зимней депрессии» – я всегда мучаюсь бессонницей и тревожностью. Давно для себя понял, кордицепс – отличное средство.

*А. Мамаев, Москва*

✉ **ПАЦИЕНТКА ЛЕЖАТЬ НЕ СТАЛА**

У матери в 74 года – перелом шейки бедра. Врач сказал однозначно: лежачая пациентка без вариантов. А она лежала всего три месяца. Теперь ходит. По квартире. Но мне это как бальзам на душу. А принимали по несколько капсул в день БАД «Перепелиная скорлупка» и «Кордицепс». Еще пила много чаги. И вот – такое удивление для врача и радость для нас.

*И. Куримова, Омск*

✉ **СИЛЬНЕЕ ЧЕРНОЙ ИКРЫ**

У дочери – ей 19 – очень низкий гемоглобин: 115 при норме 135. Студентка, устает, переутомляется. Кормила и говяжьей печенью, и черной икрой, и гранатами... Кололи железо. Улучшение – на месяц. И опять тоже самое. Помог кордицепс. Уже полгода, как гемоглобин в норме.

*М. Алексеева, Тюмень*

✉ **СЛОВА УЖЕ НЕ ЗАБЫВАЮ...**

Еще года три назад стала замечать, что при разговоре забываю слова. Или говорю не то – путаю слова. Дочка сказала – это возрастное, в 45 лет такое у всех бывает. Однако, подарила мне упаковку кордицепса. И действительно – намного лучше стало. Сейчас уже не вспоминаю мучительно, выходя из кухни – зачем я пошла в комнату.

*Н. Коровина, Приморск*



ТЕМА НОМЕРА:

Кордицепс

Кордицепс  
(*Cordyceps militaris*)

- Мухоморное настроение  
**КОРДИЦЕПС – КАК НАС ОБМАНЫВАЮТ**
- Грибная теория и практика  
**КРАСНАЯ ШАПОЧКА РУССКИХ ЛЕСОВ**
- Грибные рецепты  
**ЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ  
АТЕРОСКЛЕРОЗ  
СТАРЫЕ РУССКИЕ РЕЦЕПТЫ О ЛЕЧЕНИИ  
ГРИБАМИ ЛИСИЧКАМИ**
- Фунгошарик  
**«ГРИБНАЯ» ПОМОЩЬ ДЛЯ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ**

Горячая линия фунготерапии  
**8-800-5555-170**  
КРУГЛОСУТОЧНО

Звонок по России бесплатный

Приобретайте продукцию из целебных грибов в аптечной сети «ПЕТЕРБУРГСКИЕ АПТЕКИ».



Телефон для справок (812) 318-77-77, 700-03-03





# Август



Перефразируя известное высказывание Л.Н. Толстого из «Анны Карениной» о счастливых и несчастных семьях, можно сказать о грибном разнообразии так: все грибы одинаково красивы, но каждый из них красив по-своему...

Наверное, у каждого любителя грибной охоты есть предпочтения – какой-то гриб нравится особо, и собирают такие «особые» с большим удовольствием. Для кого-то это белый, боровик. А кто-то обожает собирать осенние опята. Или маслята. Либо подберёзовики, подосиновики. Рыжики, лисички, волнушки...

Для меня в детстве существовало только три гриба: упомянутые уже подосиновики, подберёзовики и белые. Причём разницы между белым и боровиком я и не видел.

Это позже гораздо, постепенно, в жизнь мою лесную вошли все остальные. Но до сих пор во мне, с тех далёких детских лет, прочно проросла любовь к подосиновикам...

И когда в нынешние времена завижу в траве среди пронизанного косыми солнечными лучами молодого осинничка оранжевый сполох – сердце просто «заходится» от радости.

Подосиновики мне представляются особой кастой в лесу, гвардейцы, лейб-гусары в лосинах и киверах ярких. Гордые, задиристые гуляки, смелые, бесшабашные солдаты грибного королевства. Эдакая свита грибницы.

Может, такие ощущения и такое отношение осталось к ним с тех минувших времён, когда, подняв случайно лапу ели, онемел: там стояли почётным караулом штук пятнадцать молодых подосиновиков...

А позже, через несколько лет, набрёл на полянку, где их была целая уйма! Три ведра собралось тогда, не сходя с места. И эта полянка, и те, под елью, до сих пор стоят у меня перед глазами. Как будто это только вчера было.

Так и в этом году, в Пушкинских горах, изведав потрясение от массового нашествия

боровиков, тем не менее каждое утро заезжали в знакомый осинник. Иногда даже под вечер. Ни одна поездка не была напрасной – хоть несколько штук, молоденьких совсем, а находили.

И все известные давно наши канавки, ложбинки, где всегда плодятся подосиновики, навещали. Подъезжаешь на машине и, не выходя ещё, через окошко, видишь уже торчащие, ярчайшие шляпки любимого гриба.

Разные они, хоть одно семейство. Крошечные забавные очень: с плотно сидящей шляпкой, прилипшей к ножке, как чепчик младенца. И взрослые – серьёзные, солидные, которым по статусу уж полагается широкополая, немножко пижонская...

И сросшиеся, переплетённые самым причудливым образом находили, и даже проросшие друг сквозь друга, через шляпку. Такие уж они настойчивые бывают.

Вот такая у меня получается любовь к подосиновикам. Уснула грибница до весны, нет их уже, как и большинства других. Но это же только до следующего года. И зайдём мы обязательно в будущем году каждый в свой лес, на свои местечки. Поздороваемся с лесовиком-лешаком почтительно, попросим его быть с нами пощедрее да снисходительнее. А завидя свой самый любимый гриб, улыбнёмся просто да скажем ласково: «Со свиданьем...».

Гл. редактор И. Коротков



# КОРДИЦЕПС – дальневосточный хозяин

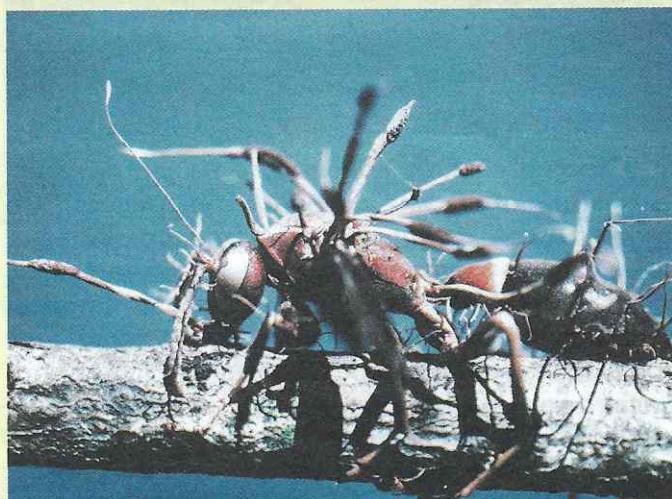


Этот очень редкий и невероятно целебный гриб. Но, к сожалению, у нас в России его можно встретить только на Дальнем Востоке. Внешность у него тоже уникальная и очень похожа на отдельные виды «рогатиков» – такие же нежноокрашенные булавовидные ростки. Но микологи определили его в совсем другой вид и оказался он только «кузеном» своих «рогатых сородичей». Есть очень серьезное отличие кордицепса от «рогатиков»: в отличие от безобидных растительноядных «рогатиков-кораллов», которые растут в почве и иногда на древесных остатках, кордицепс – плотоядный хищник. Ему в пищу нужны ... гусеницы. Причем он отъявленный гурман, предпочитает гусениц определенного вида – *Nepialidae* (бабочка «летучая мышь»).

Кордицепс очень интересен на вид – различимы две составляющие его: светлокоричневое тело гусеницы с ее характерным строением и гладкое темно-коричневое тело грибка.

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

Сама гусеница длиной 3-5 см, диаметром 5 мм, имеет 20-30 члеников. Ее поверхность грубая, золотисто-желтого или желто-коричневого цвета, на спинке имеются многочисленные поперечные







полосы, внутри она белая или бледно желтая. Лучшим по качеству является кордицепс с длинным и целым плодовым телом на толстой гусенице.

Кордицепс – очень дорогой гриб, а в последние несколько лет цена его возросла в несколько раз.

### ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА КОРДИЦЕПСА

Свойства кордицепса изучены всесторонне во всех мировых фармакологиях.

В Америке его позиционируют как иммуномодулятор, то есть рекомендуют при онкологических заболеваниях с целью повышения специфического иммунитета.



В России в грибе кордицепсе нашли интересные антибиотические свойства – оказалось, что он оказывает бактериостатическое воздействие на несколько десятков патогенных бактерий, в т.ч. таких как пневмококк, стрептококк, золотистый стафилококк. Так же было отмечено, что кордицепс предупреждает тромбообразование и служит профилактике и лечению таких грозных заболеваний, как инфаркт миокарда, ишемическая болезнь сердца, инсульт, стенокардия.

### ✉ ЗДОРОВОЕ ГРИБНОЕ ПИТАНИЕ

В Южной Корее, в Сеуле, нас специально привели в маленький ресторанчик «здорового питания» – там все подобрано по калориям и предназначено для людей, ведущих здоровый образ жизни. Лёгкий салат из ростков лотоса и побегов бамбука, суши с икрой морского ежа и какие-то легкие рисовые чипсы со спермой (!) этого же морского ежа. А еще суп из грибов шиитаке, в которой официант специально при нас клал легкие стебельки какого-то растения – потом объяснили, эти стебельки – гриб кордицепс. Гриб долголетия. Вкус я так и не почувствовал – что-то среднее между нашим шпинатом и вареной морковкой. Но – полезно. После такой еды действительно чувствуется легкость во всем организме и заряд бодрости. Не как после нашего – с картошкой и свининой.

*Андрей Квелов, Москва*

### ✉ СУШЕНОЙ САРАНЧОЙ ПО ЯЗВАМ...

В прошлом году были в Гоа, решили там побыть подольше, месяца полтора. И поняли, что для русского человека этот климат в больших дозах ну никак не подходит. Уже к концу третьей недели у меня по ногам пошли фурункулы, которые вскрывались, гной выходил, а заживать никак не хотели. И таких язв штук 15. Наши лекарства не помогали – ни присыпки, ни мази. Пошли к индийскому врачу. И очень я там удивился – он при мне достал несколько засушенных крупных кузнечиков (саранча), уродливых и как будто проросших чем-то. Размолот в меднотупке, добавил что-то типа мази их индийской с пряностями, типа Чаванпраш. И все это мне нанес на язвы под пластыри. Я сам еще пару раз менял повязки. Все прошло через несколько дней. Доотдыхали до конца хорошо. А самое интересное, что саранчи эти были – не просто сушеные насекомые, а проросшие хищником грибом-кордицепсом, которые растут вот так – на насекомых – в горах Непала. Это – лучшее лекарство от разных



гнойных язв. Потому что гриб выделяет в тела своих жертв-насекомых специальное вещество, чтобы они не загнивали – ему же надо питаться свежей пищей, живыми консервами. А индийские врачи используют тушки насекомых как раз с этим веществом для лечения таких язв. И с большим успехом.

*Х., Москва*

### ✉ ГРИБ СЕМИ ЭНЕРГИЙ

Моя подруга, которая уже больше десяти лет живет и работает в Камбодже, приезжает домой в Санкт-Петербург, запасаясь упаковками кордицепса. Говорит, что наш угрюмый северный город нагоняет депрессию именно отсутствием солнечных лучей. И, по ее мнению, энергию надо получать именно из кордицепса. В Камбодже его очень ценят и называют «грибом семи энергий».

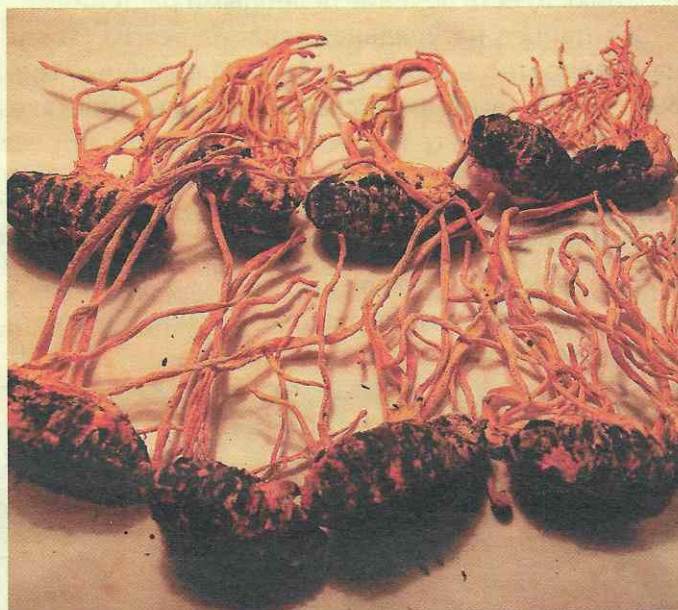
Подозреваю, что в Китае народонаселение растет именно из-за кордицепса. Был в командировке в Пекине и везде – в магазинах, аптеках, на маленьких рынках – изобилие баночек, коробочек, скляночек с изображением этого гриба. Наш гид специально всем объяснял, что это лучший гриб для мужчин – он поднимает потенцию, способствует оживлению сперматозоидов, лечит бесплодие. Я, конечно, не удержался – купил большую банку. С самым красивым изображением, где кордицепс гордо растет на толстой глянцевой гусенице. В подарок. У меня друг прошел первую чеченскую войну и с тех пор его эта война оставить не может. Стрессы, депрессии. Хочет сына – дочка уже есть – и уже несколько лет никак. Врачи объясняют – депрессии, большой процент мертвых сперматозоидов. Ну, в общем, не знаю сыграла ли роль моя красивая банка с кордицепсом – но через некоторое время меня пригласили в крестные отцы. Сын родился. Виктор – победа, значит. Над депрессией. И я очень рад этому.

*Евгений Мачин, С-Петербург*

В китайской и японской фитотерапии используют кордицепс при болезни органов дыхания – бронхит, пневмония, бронхиальная астма, эмфизема легких, туберкулез и др.

То есть, кордицепс – это универсальный «растительный Жень-шень» грибного царства и пользуется невероятным авторитетом во всем мире среди поборников натуральной медицины.

Но ажиотажный спрос на этот гриб сослужил ему недобрую службу. Сообразительные китайцы давно поняли, что этикетка «кордицепс» – это всегда продаваемо. И стали мошенничать: то есть поставлять сырье якобы кордицепса, где 90 процентов – это сушеные гусеницы вида «хепиалайд»



и даже не пророщенные мицелием кордицепса! В 2002 году разразился скандал в Бельгии, где получающая фармфабрика сделала анализ (не особо доверяя китайскому сертификату) и убедилась, что в присланном субстрате было даже меньше одного процента самого гриба!

С Россией, а особенно с Украиной, китайцы не церемонятся: сделанный анализ в одном из НИИ жидкости из капсулы с этикеткой «кордицепс» дал уникальный результат – там вообще не оказалось следов кордицепса и даже следов гусеницы там тоже не было! Но маркетинговые структуры это не смутило – как экспортировали этот кордицепс из Китая, так и продолжают делать по принципу: покупатель всегда найдется.

Поэтому помните: чисто китайский (упаковка) кордицепс – это всегда подозрительно. И нужно смотреть на упаковку – если стоит как производитель российская или любая европейская фирма – это более надежно. Это означает, что субстрат прошел анализ и это действительно кордицепс. И еще, запомните – дешевого кордицепса не бывает.



## Кордицепс –

## КАК НАС ОБМАНЫВАЮТ

Представители большой китайской фирмы приехали в Петербург. Специально для встречи с нашим Центром Фунготерапии. Китайцы – люди вежливые. И прагматичные. Они прекрасно понимают, что россияне грибы любят и грибам доверяют. А еще они, россияне, предпочитают НАТУРАЛЬНУЮ терапию, то есть лечение целебными растениями.

У китайцев натуральная терапия всегда стояла на невероятно высоком уровне. И целебные грибы – гвоздь всей китайской медицины. Шиитаке, рейши (линч-жи), траметес, санхван, кордицепс – и это неполный список грибов, которые использовали врачеватели Поднебесной. И это были всегда ДИКОРАСТУЩИЕ грибы. Шиитаке росли на каштановых деревьях, рейши на сливовых (считались самыми целебными), кордицепс рос и паразитировал на гусеницах определенного вида.



Само развитие гриба кордицепса – уникально. Это гриб-хищник. Гриб гениальный паразит.

Он развивается... в гусенице. В живой. Поедает ее как живые консервы. Прорастает ее всю и выходит стебельками из глазниц. А гусеница в это время, пока ею питается страшный паразит, живет в свое удовольствие – она много и вкусно ест (гриб повышает аппетит), у нее прекрасное настроение (гриб выделяет специальные гормоны счастья), она ничем не болеет (ее хозяин выделяет специальные вещества, которые сразу блокируют и уничтожают вирусы и бактерии). Мало того, этот коварный внутренний наездник управляет своей жертвой – перед самой кончиной он заставляет несчастную гусеницу залезть на какую-нибудь



Бабочка Hepialidae

возвышенность и прикрепляться к стволу всеми ножками – намертво. Чтобы не унесло ветром. И в этот момент гриб идет в атаку – он уничтожает гусеницу, молниеносно прорастая в стволу нервной, и выбрасывает стебельки гриба через ее глазницы. Теперь гриб достиг своей цели. Он начинает размножаться. На стебельках вызревают пузырьки споры, которые выстреливают как космические ракеты на несколько метров. Но они выжидают, пока локаторы гриба не нащупают цель – летящую бабочку. Тут же производится выстрел и цель поражается. Спора прикрепляется к хитиновому брюшку. Она прорастает в него и закрепляется в самом брюшке. Теперь спора будет пробиваться к яйцекладу, чтобы проникнуть в яйца бабочки. Уже в яйце они будут себя вести очень тихо. Но гусенички из этих яиц – уже инфицированы. Они уже никогда не станут куколками. Только толстыми гусеницами с веточками гриба из глазниц.





Такими их и собирают в странах Тибета. Там идут самые настоящие мафиозные войны. Сборщики кордицепса убивают друг друга, их же убивают скупщики. И по одной простой причине – грамм кордицепса стоит 10 долларов – один грамм. Да, один грамм толстой сушеной гусеницы, тело которой пронизано гифами гриба, веточки которого торчат из глазниц.

Собирают мумифицированных мертвых гусениц, хозяин-гриб которых уже отстрелялся. Он решил отцепиться ножкам гусеницам от веточек и упасть на почву. Тело гусеницы гнить не будет. Оно пропитано веществами гриба, которые уничтожают гнилостные бактерии. И вот такие трупы ищут сборщики.



Тело такой сухой гусеницы – невероятно целебно. Оно все заполнено грибом и его веществами. Поэтому тибетские миллионеры закусывают свой тибетский чай вот такими гусеницами. И не болеют. Ничем.

Вырастить в питомниках кордицепс не получается. Бабочки не привыкли жить в неволе – им нужны пространства, свежие ветры... Поэтому до сих пор кордицепс собирается в дикой природе.

И китайцы (все!) это знают.

И мы это знаем. Но вернемся к этой крупной фирме, которая решила сделать свой «маленький гешефт».

Заметьте, это не одна фирма такая.

Они поставляют кордицепс, выращенный из мицелия. Что это такое?

Это достаточно известная технология: берется кусочек гифов (пророщенных спор) и засеивается на искусственный биораствор (обычно агар-агар). Нити – мицелий развиваются в большую массу. Бесформенную. Вырастить этой массы можно сколько угодно. Она не формируется в грибы – это просто мицелий. Мицелий кордицепса, который никогда не сможет вызреть в гриб и выбросить споры.



Мицелий кордицепса китайского

Сначала это было сенсацией – смогли, вырастили. Но оказалось, что кордицепс – это только номинально. Он не имеет целебных свойств. Тех, которые гриб вырабатывает, развиваясь в гусенице.

Лет семь назад специально проводили исследования с НИИ Гаузе. Все так. В десятки раз меньше. Но это, конечно, не говорит о том, что он вообще не имеет лечебных свойств. Имеет, но не сравнимые с экстрактами дикорастущих.

И даже решили на Конгрессе в обязательном порядке указывать – каким именно способом получены данные экстракты – из дикорастущих растений, тепличных (шиитаке сейчас выращивают на плантациях), или в лабораторных условиях.

И поняли, что это бесполезно.

Ни один из азиатских и западных производителей на этикетке это не указывают. Мало того, они стали позиционировать свои мицелиальные БАДы – ВЫСШЕЙ формой БАДов. И цену поднимают намеренно.

Ну а теперь – о стоимости

60 капсул мицелиального кордицепса китайских производителей имеет себестоимость – 1 руб. 04 копейки. В Россию они готовы продавать по 8 долларов. Это – 500 рублей. Сетевые структуры и разные мошеннические фирмочки поднимают их стоимость до 2 тысяч рублей. Вы же понимаете, это – «особо чистый лабораторный кордицепс».

И продают. И россияне покупают. И не получают никакого результата.

О чем это говорит? О том, что доверять азиатским и западным фирмам особо не стоит. И обязательно интересоваться – из какого кордицепса изготовлен БАД.

И еще раз запомните, настоящий кордицепс никогда не выращивается в лабораториях. Он растет только в природе.

*Филиппова И.А., фунготерапевт*



## УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!

Центр Фунготерапии Ирины Филипповой и НПО «Биолюкс» приглашают принять участие в семинаре для практикующих врачей и любителей натуральной медицины  
15–16 декабря 2016 года  
г. Санкт-Петербург

## ФУНГОТЕРАПИЯ. ОПЫТ И ПРАКТИКА.

Обучение проводят опытные врачи-фунготерапевты, ведущие специалисты и руководитель Центра фунготерапии Филиппова Ирина Александровна.

Об участии в семинаре просим заблаговременно сообщить ОРГКОМИТЕТУ.

**Пожалуйста, пришлите заявку удобным способом:**

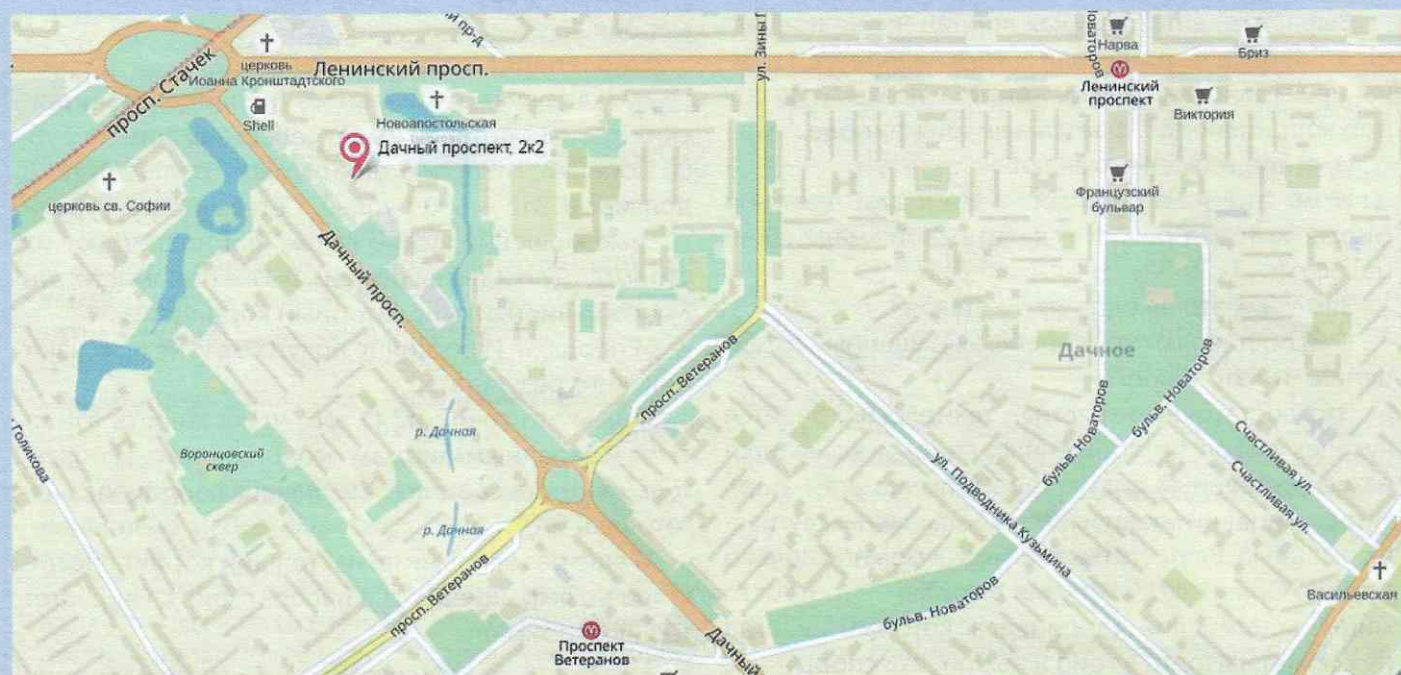
- по почте: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, Центр фунготерапии Ирины Филипповой
- по e-mail: [office@fungospb.ru](mailto:office@fungospb.ru) • по факсу: 8 (812) 703-06-44

Просим сообщить, нужна ли гостиница (дата, категория номера).

**Стоимость участия в семинаре с выдачей сертификата – 7000 рублей.**

*Все участники обеспечиваются необходимой справочной и учебной литературой. После обучения гарантируется информационная поддержка. Предоставляется скидка на приобретение продукции нашего производства.*

**Адрес проведения семинара:** Санкт Петербург, Дачный пр., д.2 к.2, «ГРИБНАЯ АПТЕКА», т. (812) 377-26-86 (ст. метро «Проспект Ветеранов» / «Ленинский проспект»).



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



15–16 декабря 2016 года  
г. Санкт-Петербург

# ФУНГОТЕРАПИЯ. ОПЫТ И ПРАКТИКА.

семинар для практикующих врачей и любителей натуральной медицины

Докладчики:

**Филиппова И. А.** – генеральный директор «Центра фунготерапии Ирины Филипповой», онколог

**Разин А. Н.** – главный биотехнолог, зав. производством НПО «Биолюкс», к.б.н.

**Токарева Е. Т.** – ведущий специалист, онколог, гомеопат-гомотоксиколог, фунготерапевт

**Шабанова-Кубе Е. В.** – ведущий специалист, педиатр, нутрициолог, фунготерапевт, фитотерапевт

**Волкова Е. Н.** – врач высшей категории, педиатр, диетолог, фунготерапевт

**Мальцев А. А.** – врач высшей категории, гастроэнтеролог, фунготерапевт

**Юшкевич Т. В.** – к.в.н., фунготерапевт

**Исакова Д. В.** – аспирантка кафедры экологии СПб ГАВМ

**Поляков Г. Т.** – врач высшей категории, рефлексотерапевт, фунготерапевт (г. Волгоград)

**15 декабря (четверг), начало в 11:00**

1. Современная фунготерапия и новейшие исследования лечебных свойств высших грибов (Филиппова И. А.).
2. Лечебные свойства грибов и перспективы их применения в реабилитации онкологических больных (Филиппова И. А.).
3. Передовые мировые технологии приготовления субстанций из высших грибов (Разин А. Н.).
4. Биология, систематика, фармакология и лекарственные свойства высших грибов (Разин А. Н.).
5. Базидиальные грибы – ценный источник биологически активных веществ (Юшкевич Т. В.).
6. Взаимодействие грибных препаратов и травяных сборов на течение опухолевых процессов (Шабанова-Кубе Е. В.).

**16 декабря (пятница), начало в 11:00**

1. Грибная профилактика:
  - мастопатии (Филиппова И. А., Шабанова-Кубе Е. В.);
  - доброкачественных опухолей молочной железы (Филиппова И. А., Волкова Е. Н.);
  - злокачественных опухолей молочной железы (Филиппова И. А., Токарева Е.Т.).
2. Фунготерапия:
  - хронического простатита (Филиппова И. А., Шабанова-Кубе Е. В.);
  - аденомы предстательной железы (Филиппова И. А., Мальцев А. А.);
  - злокачественных опухолей предстательной железы (Филиппова И. А., Токарева Е. Т.).
3. Фунготерапия, история применения в русской медицине (Поляков Г. Т.).
4. Грибная терапия и профилактика:
  - при паразитарных инфекциях и дисбиозе (Шабанова-Кубе Е. В.).
  - при заболеваниях органов дыхания (Волкова Е. Н.).
  - при заболеваниях органов пищеварения (Мальцев А. А.).
5. Симбиотические грибные организмы (Исакова Д. В.).
6. Косметический уход «Грибное омоложение» (Юшкевич Т. В.).



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



# КРАСНАЯ ШАПОЧКА российских лесов

Редкое удовольствие собирать подосиновики. Особенно тогда, когда они только начинают проклевываться. Красные карандашики – атласная шляпка, бархатная ножка.

Но вот готовишь их без удовольствия – и ножка синееет, и бульон – темный. Как деготь. И в маринаде они не особенно хороши. Да и в жаренке – есть неуловимый аптечный запах. Зато для глаз – одно удовольствие.

Что удивительно, подосиновик не вызвал пристального к себе интереса у фармацевтов. Нет серьезных научных работ по исследованию их целебных свойств, да и в народной медицине только обрывочные крохи об их использовании в лечении.

Пока не будем делать выводов о нецелесообразности. Потенциал подосиновиков высок. Мы просто не знаем их возможностей.

А вот лесные обитатели знают – внимательно приглядитесь: обычно шапочки бывают просто источены зубками грызунов. Значит, лечатся.

Да и красный цвет шляпки наводит на размышления – нет ли там аналогов мускарину, который есть в мухоморах? Неядовитый вариант?

А что за вещество, которое, окисляясь, синееет на воздухе?

В общем, вопросы, вопросы и вопросы...

И почему у этих нарядных грибов очень узкий симбиоз – с осинами? Что говорит фитопатология?

А она говорит, что осины – наиболее нежные среди деревьев и подвержены многочисленным заболеваниям – раку, гнилям, волокнистости древесины.

И поэтому им, осинам, нужен СВОЙ доктор. Узкий специалист.

Выявлено одно ценное свойство у подосиновиков – фунгицидное действие. То есть противогрибковое. Они, оказывается, могут бороться с паразитными грибами – подавляют их.

В Польше в народной медицине использовали рецепт при псориазе – натерли кашицей из красных шляпок подосиновиков псориазные бляшки. И утверждают, что с хорошим эффектом.

А в других славянских странах кашку из подосиновиков использовали при ВИТИЛИГО. И тоже помогало.

Очень интересен опыт садовода Ивана Сергеевича Плетнева из Пскова, который утверждает, что подосиновики прекрасно справляются с ЯБЛОНЕ-ВЫМИ гнилями.



Наверно. Каждый знает и видел яблоки, уже тронутые гнилью прямо на дереве с характерной «белой мухоморной обсыпкой», то есть с белыми выпуклыми пятнами на гнилом боку. Это говорит о том, что гниль поразила не только плоды, но и само дерево.

В этом случае Плетнев рекомендует делать специальные «грибные болтушки». То есть очистки от подосиновиков и перезревшие червивые грибы истолочь и залить водой, и этим составом обильно поливать корни яблонь. Остатки грибов прикопать землей и граблями немного разворошить верхний слой – для лучшей проницаемости воздуха.

Он утверждает, что такие процедуры за один грибной сезон **ВЫЛЕЧИВАЮТ** заболевшую яблоню.

Ну а чешские целители утверждают, что подосиновик обладает такими же целебными свойствами, общими для всех грибов: повышает иммунитет, стимулирует работоспособность щитовидной железы, борется с раковыми клетками, заживляет раны, повышает жизненный тонус. Учёные доказали, что сушёные грибы помогают разрушать холестериновые бляшки, выводить избыточный холестерин из организма, тем самым очищать кровеносные сосуды и улучшать их состояние.

Регулярное употребление красноголовиков оказывает положительное воздействие на нервную и сердечнососудистую систему, на работу почек, снижает содержание сахара и холестерина. Улучшает состояние слизистой, кожи, волос, замедляет процессы старения, стимулирует клеточное обновление.

Так что будем ждать грибной сезон и собирать подосиновики!



**Слышал по радио о каком-то известном польском писателе, который вылечился грибами. Какими и от каких болезней?**

Польский писатель Ф. Чехловский страдал острой формой кожной экземы, у него был инсулинозависимый сахарный диабет и ишемическая болезнь сердца. Никакие самые дорогие медицинские препараты не давали нужного эффекта. Поскольку терять ему уже было нечего, писатель решил лечиться грибами. Это было начало 70-х прошлого века. В больших количествах Чехловский поглощал лесные шампиньоны, красные и фиолетовые рядовки, летние и зимние опенки, гигрофоры пихтовые, сыроежки и лисички. Спустя два месяца писатель почувствовал себя абсолютно здоровым. Отважные грибы-антибиотики одолели несколько, казалось бы, неизлечимых болезней. В нашем Центре такие излечения – достаточно рядовой случай. Грибы действительно делают чудеса.

**В русской народной медицине использовались лечебные грибы?**

Конечно, и об этом свидетельства есть в самых ранних «травниках» и «лечебниках», архивных записях монастырей. Например, в рукописном русском лечебнике XVII века приведен рецепт целебной, так называемой живой воды, которую готовили из боровиков и применяли при сильных обморожениях. «Собираем их (боровиков), немного даем повянуть, потом мелко режем и во алембик (перегонный аппарат) полагаем и пропускаем в вельми ту воду (экстракт), соблюдаем в сосудах сте-



кляночных, чтобы дух не вышел. Лекарство это вельми пристойт по удам (конечностям рук и ног) забленным, кои мокнут (обморожение второй степени), или тем удам, кои собою трупною студиностью (обморожение третьей степени). Перед употреблением болящий уд или сустав нагреваем против жару огненного, затем дважды в день смазываем боровиковой (жидкостью). И та известная есть лечеба от многих мастеров испытана.

Из того же лечебника о целебности дождевиков: «Высушенные дождевики употребляются для остановки крови при разных лекарственных операциях, или прижимают разрезанные жилы и раны: он имеет силу



сжимательную и сушительную и для того его порошком (спорами) жилы и раны присыпают».

А в другом лечебнике «Прохладный вертоград», изданном в 1672 году, приведен следующий рецепт. «Уши Иудова губа (трутовик Арсеньева) у кого горло болит,



или кто осипнет, и положить в молоко пресное да проварить немного и тем молоком полоскать горло и пить молоко и здрав будет».

В новгородских берестяных грамотах ученых-археологов заинтересовали свитки, найденные под церковкой Святого Пантелеймона – на этих грамотах был спущен «план» для монастыря по сбору... лекарственных грибов, чаги и сморчков. Эти грамоты были названы «грибными», в них приводятся рецепты, как и при каких заболеваниях следует применять лекарственные грибы. Эти замечательные сморчки, «грибные первоцветы», использовались для лечения зрения. Ими лечили близорукость, возрастную дальнозоркость и катаракты...

Действительно, для русичей это была насущная необходимость – очки еще не были изобретены, а зрение и в древние времена подводило. Например, настоятель



мужского монастыря не только сам регулярно принимал настойку на сморчках, но и монахам, и послушникам настоятельно это рекомендовал.

А о грибе навознике знали давным-давно и научились их использовать, тем паче пьянство процветало и тогда – в изобилии лился и хмельной мед, и наливочки, и настоечки. Существует и письменное свидетельство: указание на пергаменте царя Алексея Тишайшего своему стольнику: «Кормить конюшего Савку только губами (старосл. – грибами) погаными, дабы от пития зелья брюхо сводило и также отвадить его от срамного занятия». Вот так. А в прошлом веке редкая бабка не знала, как обуздать при помощи навозников «питухов».





## ЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Считается, что это лучший эликсир для отхождения мокроты, смягчения жесткого дыхания, снятия спазмов бронхов при астме и астматическом компоненте у детей.

### Рецепт северокорейских целителей:

Использовать этот эликсир следует теплым.

Четыре грамма сухой тремеллы (снежный гриб) вымачивают в воде в течение 1-2 часов, потом варят (тушат) в духовке до пастообразного состояния в грубом глиняном горшке. Добавляют мед диких пчел (2 чайных ложки) и два грамма истолченного корня солодки. Запечатывают в глиняном горшке горлышко пергаментной бумагой и перед употреблением подогревают данный эликсир. Принимают по столовой ложке два раза в день до еды.

## АТЕРОСКЛЕРОЗ

### Рецепт от атеросклероза

Поллитра козьего молока сквасить, добавив в него столовую ложку обыкновенного кефира из коровьего молока (сбраживание в теплом месте произойдет часа через два). Довести полученное сквашенное козье молоко до кипения, творожок откинуть на сито, а полученный обрат (сыворожку) остудить и добавить туда 6 капсул БАД «Снежного гриба» и 2 капсулы БАД «Болетус». Добавить столовую ложку гранатового сока. Принимать по 50 мл на ночь в течении двух недель. Две недели – перерыв. Четырех курсов вполне достаточно, чтобы понизить холестерин и сахар в крови.

## СТАРЫЕ РУССКИЕ РЕЦЕПТЫ О ЛЕЧЕНИИ ГРИБАМИ ЛИСИЧКАМИ

### ПЛОЕНЫЙ МЕД – ОТ РАЗНЫХ ХВОРЕЙ

В древнерусском письменном источнике были и загадочные слова «съполоен мѣдъ», который пытались перевести как напиток «сбитень», то есть «завитой, скрученный хмельной мед». Но это, вероятно, ошибка перевода в незнании грибных традиций старославян. В более поздних знахарских рецептах часто мелькало приготовление особого напитка для лечения «куриной слепоты», изгнания глистов, лечения многих заболеваний – «плоеного меда» (в такой транскрипции это дошло до нас через века). Рецепт прост – давленные (чтобы выделился сок) лисички заливали медом и ставили в теплое место для брожения, отжимали. перебродивший грибной сок пили как лекарство.

Этот «плоеный мед» был представлен как лекарственное средство и в первых аптеках Москвы и Петербурга.

### Рецепт для свежих грибов лисичек:

200 граммов лисичек нарезать как можно мельче (но не перекручивать через мясорубку), залить 100 мл теплого растопленного меда, настоять 6-7 дней в теплом месте. Принимать по чайной ложке на ночь в течение недели.

Недельный курс – прекрасная профилактика против описторхоза.

### Рецепт с капсулами БАД «Лисичка»:

В 100 граммов растопленного, но не горячего меда добавить 15 капсул (содержимое капсул) БАД «Лисичка», добавить чайную ложку отжатого лимонного сока. Настоять 2 дня в теплом месте. Принимать по чайной ложке в течение недели.

## ЛИСИЧКОВЫЕ ВАННЫ

В XIX веке остались традиции в деревнях, о которых писали земские врачи, купать детей с дерматитами в отваре грибов лисичек и выпивать соком лисичек с молоком и медом туберкулезных больных. Под Тулой был известен знахарь, который таким средством вылечил много и бедного, и богатого люда (С. Одоевцев, «Воспоминания», 1879).

### Напар лисичек:

100 граммов сухих лисичек залить одним литром горячей воды (60-70 градусов) и настоять в термосе ночь. Отжать. Полученный настой залить в ванну, в которой надо лежать не менее 20 минут. Ополаскиваться – не надо.

### Рецепт с лисичками для профилактики и лечения туберкулеза:

В 50 мл теплого молока (1-процентного) добавить содержимое 4 капсул БАД «Лисички», трехсантиметровый листик алоэ, разрезанный вдоль, и чайную ложку меда. Выпивать глотками один раз в неделю вечером.

Курс не менее 3 месяцев.

## ГРИБЫ ЛИСИЧКИ – ВИТАМИННЫЕ РЕКОРДСМЕНЫ

В 1951 году это подтвердили специальные опыты над крысами. У них при отсутствии в рационе витамина А наблюдалась сильная задержка в росте. При ежедневном добавлении к рациону 3 г сырых лисичек рост крыс стал быстро восстанавливаться. И через месяц они совершенно выздоровели.

Аналогичные опыты с крысами, белыми мышами, морскими свинками и голубями были проведены в отношении витаминов В и В<sub>1</sub>. Болезнь «бери-бери» у подопытных животных совершенно исчезла.

### Рецепт витаминной подкормки для растущего организма:

В 50 мл яблочного сока добавить содержимое двух капсул БАД «Лисички». Пить вечером перед сном. Это – натуральные витамины А, В и В<sub>1</sub>.



# «Грибная» помощь для выздоровления

## Практические рекомендации фунготерапевтов владельцам животных со сниженной массой тела, обусловленной развитием опухоли.

Неясное снижение массы тела, которое замечает владелец животного, зачастую является первым признаком онкологического заболевания.

### Наблюдения.

У 40–80% животных с онкологией наблюдается снижение массы тела, связанное с развитием опухоли. До 20% смертей, обусловленных онкологическим заболеванием, напрямую вызваны сопровождающим его синдромом – раковой кахексией.

### Справка.

Раковая кахексия – это многофакторный синдром, характеризующийся непрерывным снижением массы скелетной мускулатуры (сопровождающийся или не сопровождающийся снижением жировой массы), который не поддается полной компенсации при помощи традиционного питания и приводит к прогрессирующему ухудшению функционального состояния животного.

Раковая кахексия развивается вследствие отрицательного баланса белков и энергии из-за снижения количества потребляемой пищи (анорексия – отсутствие аппетита) и нарушения метаболизма. Организм использует скелетную мускулатуру для восполнения запасов энергии.

Риск недостаточности питания при онкологических процессах достигает 90%. Недостаточность питания приводит к более высокой частоте хирургических осложнений, замедлению заживления послеоперационных ран и повышению смертности животных, поэтому животным с онкологическим заболеванием необходима оптимальная нутритивная поддержка для выздоровления.

Специализированные ветеринарные диеты при онкологических заболеваниях, включая прием грибных препаратов («Чага», «Болетус», «Лисичка», «Кордицепс») и других биологически активных веществ, способствующих коррекции дефицита витаминов и микроэлементов (Биокальций «Перепелка», «Формика», «Серебряная вода»), все более широко признаются ветеринарными специалистами в качестве способов, при помощи которых можно предотвратить, отсрочить и/или излечить раковую кахексию.

### Кошки.

Особенности физиологии и обмена веществ у кошек оказывают существенное влияние на течение болезней, в том числе и онкологических. В настоящее время ведется поиск специальных диет и специфических компонентов рационов, с помощью которых можно осуществлять диетотерапию кошек с онкологическими заболеваниями. От питания кошки во многом зависит эффективность химиотерапии и способность животного переносить ее без тяжелых осложнений. Клинические наблюдения за кошками, страдающими онкологическими заболеваниями, дают основания считать, что у животных этого вида развитие злокачественных опухолей обычно сопровождается снижением упитанности. В ходе проведенных исследований было установлено, что у 44% кошек с онкологическими заболеваниями понижена масса тела, а более чем в 90% случаев развитие злокачественных опухолей у них сопровождается снижением мышечной массы (Baez et al, 2007). У кошек злокачественные опухоли вызывают изменения обмена веществ, что негативно сказывается на нутриционном статусе. Во время реабилитации кошек с опухолями фунготерапевты учитывают, каким образом онкологический процесс может прямо или косвенно влиять на потребление корма и обмен веществ.

Очень важно, чтобы кошек, которым проводят противоопухолевую терапию («Веселка», «Рейши», «Шиитаке»), взвешивали, поскольку это позволяет объективно судить, насколько снизилась масса тела животного за определенный период времени. Быстрое снижение массы тела обычно имеет большее диагностическое значение, так как, вероятнее всего, оно вызвано большим катаболизмом мышечной ткани, чем постепенное исхудание.

Синдром раковой кахексии у кошек, по данным ветеринарных специалистов, характеризуется утратой на протяжении длительного времени как жировой клетчатки, так и мышечной ткани. У многих кошек со злокачественными опухолями ко времени установления онкологической природы их заболевания уже понижена масса тела. В период индукционной химиотерапии фунготерапевты рекомендуют грибные препараты («Санхван», «Траметес»), устраняющие дальнейшее снижение. Снижение массы тела и ассоциированное с ним ухудшение качества жизни могут не только негативно отразиться на эффективности лечения, но и стать причиной сокращения срока жизни животного с онкологическим заболеванием, а также причиной принятия решения об эвтаназии.

Если начать проведение противоопухолевой терапии («Веселка», «Рейши», «Шиитаке») и диетотерапии, включая прием грибных препаратов («Чага», «Болетус», «Лисичка», «Кордицепс») и других биологически активных веществ, способствующих коррекции дефицита витаминов и микроэлементов (Биокальций «Перепелка», «Формика», «Серебряная вода») на ранних стадиях развития злокачественных опухолей, то можно не только повысить качество жизни кошек, но и добиться увеличения срока их жизни.

### Интересный факт – пищевая аверсия у кошек.

Если какой-либо корм связан у кошек с дистрессом, неприятными ощущениями или нарушением деятельности пищеварительного тракта, то высока вероятность, что к этому корму у них проявится отвращение и в будущем. Этот феномен, существующий у кошек, связан с тем, что так они оберегают себя от нежелательных последствий потребления пищи, которая может принести им вред. У кошек отвращение к корму вырабатывается очень быстро. Всего одно кормление, вызвавшее у животного ощущение дискомфорта, приводит к отказу от корма.

### Собаки.

При лечении злокачественных образований у собак фунготерапия может являться важным фактором, влияющим на качество жизни и время выживания. Нередко у собак при прогрессирующих онкологических болезнях имеет место перемежающаяся анорексия, обусловленная химиотерапией. Однако у некоторых собак отмечается и раковая кахексия. С клинической точки зрения кахексию у собак можно определить как прогрессирующую потерю массы при достаточном потреблении калорий. Это явление может быть обусловлено различными механизмами, но чаще всего причиной считают изменение интенсивности основного обмена, вследствие чего повышается энергетическая потребность в покое.

### Важно!

При значительной потере мышечной массы следует исключить сахарный диабет, патологию сердца, почек и гипертиреозидизм. Биохимические и гормональные сдвиги при этих болезнях могут приводить к уменьшению массы тела – кахексии.

**Две основные задачи фунготерапии** у кошек и собак со злокачественными новообразованиями:

- 1) Подавление роста опухоли.
- 2) Предотвращение или коррекция кахексии.

**ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ФУНГОТЕРАПЕВТОМ** – ветеринарным врачом о здоровье Вашего питомца Вы можете на **ФОРУМЕ** сайта [www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru) или **e-mail: fungodoctor@yandex.ru**  
Телефоны горячей линии: +7-901-373-57-50, 973-57-50, (812)703-06-44.



**НОВИНКА**

# Маски

## ДЛЯ ЛИЦА И ДЕКОЛЬТЕ

на тканевой основе

Грибная косметика эффективная и целебная. Грибные вещества обладают ростостимулирующим действием на кожу. Кожа, как резервный орган выделения, участвует в процессах метаболизма, а грибные вещества, содержащие полисахариды, быстрее включаются в обменные процессы.



### Маска "Мейтаке" омолаживающая с керамидами гриба Мейтаке

Гриб Мейтаке в Японии называют "грибом молодости", вытяжку из этого гриба применяли для сохранения жизненной энергии и красоты лица.

Наличие керамидов в эпидермисе - необходимое условие для сохранения молодости кожи. Грибные керамиды легко впитываются в кожу и препятствуют выведению влаги. Грибные меланины усиливают регенерацию молодых клеток.

После 30 лет рекомендуется курс ежедневного применения в течение 10 дней.

*Состав маски:* вода, молочные триглицериды, масло виноградной косточки, гриб Мейтаке, натуральная отдушка.

### Маска "Веселка" омолаживающая с активными веществами гриба Веселки для проблемной кожи

Активные вещества гриба Веселки обыкновенной снимают воспаления кожи, не дают развиваться гнойничковым высыпаниям, дезодорируют и дезинфицируют протоки сальных желез и волосяных фолликул.

Ежедневное применение маски в течение недели справляется с раздражением и шелушением кожи. Полисахариды Веселки смягчают и тонизируют слои эпидермиса, дают питание мельчайшим капиллярам и улучшают кровоснабжение, не вызывает аллергии.

*Состав маски:* активные полисахариды базидиального гриба Веселка, глицерин, вода, натуральная отдушка.

#### Способ применения:

Наложить маску на очищенную тоником кожу лица и декольте на 15 минут. Остатки жидкости нежно вмазывать в кожу кончиками пальцев. Маска рассчитана на однократное использование.

Хранить при температуре от 5 до 25С



Объем: 5мл ГОСТ Р-52343-2005



## Центр фунготерапии Ирины Филипповой

предлагает продукцию на основе целебных грибов для профилактики и борьбы с любой вирусной инфекцией:

#### «ГРИБНЫЕ ФИТОНЦИДЫ»:

- БАД «Шиитак» (30 саше) – 1 350 руб.;
- БАД «Шиитак» (60 капсул) – 750 руб.;
- Свечи «Шиитак» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 350 руб.

#### «ГРИБНОЙ АНТИБИОТИК»:

- БАД «Кордицепс» (60 капсул) – 980 руб

#### «ГРИБНЫЕ АНТИВИРУСЫ»:

- БАД «Веселка» (30 саше) – 3 700 руб.;
- БАД «Веселка» (60 капсул) – 1 350 руб.;
- Свечи «Веселка» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 850 руб.

#### «ГРИБНОЙ АНТИГРИППИН»:

- Целебные грибы России «ЧАГА» (порошок 100 г) – 160 руб.;
- Свечи «ЧАГА» (твердый бальзам) (№10 по 2,2 г) – 1 200 руб.



Горячая линия по фунготерапии **8-800-5555-170**  
(звонок по России бесплатный)

САЙТ: [www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru)

Эл.почта: [office@fungospb.ru](mailto:office@fungospb.ru)

#### НАШИ ФИЛИАЛЫ В Санкт-Петербурге:

Горячая линия в Санкт-Петербурге – тел/факс: **(812) 703-06-44**

- Грибная аптека Невский пр., 180 (М. Пл. А.Невского) 717-17-11
- Грибная аптека ул. Колокольная, 8 (М. Владимирская/Достоевская) 575-57-97
- Грибная аптека Дачный пр, д.2, корп.2 (М. Пр. Ветеранов/Ленинский пр.) 377-26-86
- Грибная аптека ул.Ленсовета, д.88 (М. Звездная) 368-98-04
- Грибная аптека ул. Чайковского, д.51 (М. Чернышевского) 273-20-43
- Грибная аптека пр. Энгельса, д.132/1 (М. Пр. Просвещения) 715-47-26



## «ФУНГШАРИК»

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

БЕСПЛАТНЫЕ  
КОНСУЛЬТАЦИИ  
ПО ВЕТЕРИНАРИИ

- По электронной почте: [sharik@fungospb.ru](mailto:sharik@fungospb.ru)
  - На форуме: [www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru)
  - По телефону горячей линии: (812) 703-06-44, 973-57-50 пн., вт., ср., чт., пт. с 10 до 18.00
  - Почтовый адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720.
- «ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ ИРИНЫ ФИЛИППОВОЙ»





# Центр фунготерапии Ирины Филипповой

ПРИГЛАШАЕМ ПОСЕТИТЬ НАШИ АПТЕКИ

## Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Санкт-Петербурге

- (м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51 ..... (812) 273-20-43
- (м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88 ..... (812) 368-98-04
- (м. Пл. А. Невского) Невский пр., д.180 ..... (812) 717-17-11
- (м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 8 ..... (812) 334-98-91,  
575-57-97
- (м. Пр. Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к. 2 ..... (812) 377-26-86,  
973-57-40
- (м. Пр. Просвещения) пр. Энгельса, д. 132/1 ..... (812) 715-47-26

Единая справочная: (812) 703-06-44  
[www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru)

## Магазины «ГРИБНАЯ АПТЕКА» в Москве

- (м. Смоленская), ул. Плющиха, д. 16, к. 1 ..... (499) 248-28-83
- (м. Полежаевская), Хорошевское шоссе, д. 68, к. 5 (495) 940-20-13
- (м. Дмитровская), ул. Бутырская, д. 67 ..... (495) 77-620-88
- (м. Комсомольская), Комсомольская площадь, д. 2,  
(в ТЦ Казанский, 2-й этаж) ..... (985) 293-99-75
- (м. Нагатинская), Варшавское шоссе, д. 26,  
(в ТЦ «FOR YOU», 1-й этаж) ..... (916) 970-07-16
- (м. ВДНХ), Проспект Мира, влад. 119, территория ВВЦ,  
пав. № 5 ..... (919) 109-01-97

Грибную продукцию можно приобрести в аптеках Москвы и Московской области. Адреса аптек спрашивайте по тел. (495) 77-620-88

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

## ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

Наше ЗДОРОВЬЕ -  
ПРОФИЛАКТИКА И ВОССТАНОВЛЕНИЕ

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



**А П Т Е К А**  
**Г Р И Б Н А Я А П Т Е К А**

### Доставка по всей России:

- Биологически активные добавки
- Лечебные кремы и лосьоны-бальзамы
- Фунгосвечи
- Сборы трав
- Уход за кожей лица
- Уход за телом
- Функциональное питание
- Книги о лекарственных грибах
- Газета «Грибная аптека»

АПТЕКА + ГРИБНАЯ АПТЕКА  
(495) 77-620-88

На правах рекламы

## Наши представители



### Россия:

- г. Белгород (4722) 53-88-55
- г. Владивосток 8-914-790-75-09
- г. Волгоград 8-927-519-15-09, 8-988-492-79-47
- г. Вологда 8-921-143-24-56
- г. Выборг (813) 782-80-44
- г. Владимир 8 (4922) 21-88-90
- г. Екатеринбург (343) 213-99-61
- г. Ейск 8-918-63-64-417
- г. Изобильный (86545) 225-39, 8-962-405-57-15
- г. Казань (843) 526-01-24, 8 (905) 182-32-52
- г. Краснодар 8-918-103-28-71
- г. Красноярск (3912) 299-82-82, 255-66-06
- Крым +7-978-838-49-84
- г. Магнитогорск (3519) 48-35-51
- г. Москва (495) 77-620-88, 940-20-13
- г. Мурманск (8152) 43-40-36, 52-10-36
- г. Нижний Тагил (3435) 43-68-17
- г. Нижневартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40
- г. Омск (3812) 53-06-49, 28-73-36, 49-38-78
- г. Пермь (342) 271-29-86
- г. Самара (846) 242-76-44, 242-76-64
- г. Снежинск (35146) 235-35
- г. Сочи (8622) 39-99-60
- г. Тольятти (8482) 20-31-00, 40-33-84
- г. Тюмень (3452) 788-977
- г. Ухта (82147) 643-50
- г. Хабаровск 8-914-151-50-73
- г. Холмск (42433) 5-09-78
- г. Чебоксары (8352) 22-61-22
- г. Челябинск (351) 775-39-29, 225-17-05
- г. Череповец (8202) 22-26-92, 8-921-145-99-93
- г. Чита (3022) 35-93-66
- г. Югорск (34675) 7-34-75



### Украина:

- г. Киев (044) 331-51-80, (050) 164-85-86



### Беларусь:

- г. Минск +375-29-619-47-19
- г. Гродно +375-33-654-67-51, 8-015-14-33-2-41
- г. Минск, 345-40-07
- г. Минск, 380-02-18
- г. Витебск, 29-815-75-10
- г. Витебск, 53-19-18
- г. Орша 033 3024529, 44 4986716
- г. Полоцк 8 (0214) 42-11-11, +375 29 649 16 67



### Эстония:

- г. Нарва (37235) 482-49, 55-916-627



### Казахстан:

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



### Фарммедсервис. Аптеки «Удачные»

Приобретайте продукцию из целебных грибов  
в сети аптек «УДАЧНЫЕ» в г. Санкт-Петербурге.

Телефон для справок (812) 448-03-03



## ПИРОГИ С СОЛЕННЫМИ ГРИБАМИ

Пироги – это дом, уют, тепло, забота и что-то очень, очень родное. Данный рецепт приготовления пирогов прост, удобен, а главное, не займет у вас много времени. Пирожки получатся пышные, красивые и безумно вкусные. Из перечисленных ингредиентов получается 14 пирожков...

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

#### Для теста:

- Мука пшеничная – 300 г
- Вода – 180 г
- Соль – 1 чайная ложка без верха
- Сахар – 2 ст. ложки без верха

- Дрожжи (сухие) – 1,5 чайные ложки
  - Масло растительное – 1 ст.л.
- Для начинки:
- Грибы соленые – 0,5 л
  - Лук – 2 средние луковицы
  - Масло растительное – 2 ст.л

### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

**Приготовление теста в хлебопечке:** Возьмите необходимое количество теплой воды. Вода обязательно должна быть теплой. Вылейте воду в емкость хлебопечки. Добавьте соль, сахар и просеянную муку. Возьмите любые сухие дрожжи. Насыпьте необходимое количество дрожжей в муку. Емкость вставьте в хлебопечку и поставьте режим «тесто».



#### Приготовление начинки.

Соленые грибы промойте, мелко их порубите и обжарьте на растительном масле. Лук мелко порежьте и обжарьте на растительном масле. Обжаренные грибы и лук перемешайте. Начинка готова. Если надо – посолите, поперчите по вкусу.



**Приготовление пирожков.** Подпылите стол или доску мукой. Выложите из емкости хлебопечки готовое тесто и разделите его на 14 частей. Каждую часть раскатайте на блин диаметром 12-13 мм. Надрежьте тесто как показано на фото.



На середину раскатанного теста положите начинку. Аккуратно заворачивайте тесто как показано на фото.



Пирожкам можно придать и другую форму. Начинку на блинчик теста выложите с одной стороны.

Другой стороной теста накройте начинку, как сочень. Края теста соедините, прижимая пальцами. Заверните край пирожка.



Возьмите противень, смажьте его растительным маслом. На противень аккуратно выложите пирожки.

Противень с пирожками поставьте в разогретую духовку (температура 200°C) на 20 минут. Готовые пирожки выньте из духовки. Уберите пирожки с противня и смажьте их сливочным маслом.



Пирожки румяные, пышные, ароматные и очень вкусные готовы. Подавайте к столу.



# 19320

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



4 607058 209001

Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungospb.ru, www.fungospb.ru. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180/2, литер А, пом. 9Н, 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 08.06.2006 г. 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., 180/2, литер А, пом. 9Н. Тел: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungospb.ru. Главный редактор И. Коротков. Тираж 100 000 экз. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В. О. 17 линия, д. 60, лит. А, пом. 4н. Заказ № 7457 от 15.11.16 г.