



12+



№ 5 (153) 2018 г.

Вестник фунготерапии

АПТЕКА



### Грибы из Южной Кореи

Знаете, что привезла из Южной Кореи? Крем из грибов – шиитаке и рейши. И раздала. А когда поняла, что крем – прекрасный, для себя ничего и не осталось. Хоть опять в Южную Корею отправляйся.

Зашла специально в магазин «Грибную аптеку» и сделала заказ – хочу крем из шиитаке и рейши. И чтобы стоил не сорок долларов, а дешевле. Надеюсь, скоро буду пользоваться отечественными грибными кремами.

*Кудалина М., С.-Петербург*



### Рейши – мой любимый гриб

Принимаю по несколько капсул утром в течение двух лет. Уже на автомате. Почему? Держит сахар на одном уровне 5, 7 – даже если побалуюсь тортиком. А раньше сахар скакал как ненормальный – до 12 единиц добирался, и это на «маниниле». К тому же регулирует давление – все это время (я принимаю таблетки, понижающие давление) у меня нет скачков до 200 единиц верхнего давления. А раньше – часто, хотя таблетки принимала.

*Марина П., Псков*



### Рейши и астматический компонент

Многие родители знают – чуть насморк появился да небольшая температура – тут же рядом одышка и лающий кашель. Астматический компонент.

Поначалу выполняли все, что педиатры скажут. И эуфилин инъекции, и все остальное. Залечим. Через неделю – опять что-то подхватит. Все заново. Так дотянули до трех лет...

Пока одна врач не подсказала – Бад из «Рейши» по одной капсуле. И ведь помогло. И солнце, и загорание, и водное закаливание. Сейчас ребенку пять лет – последняя болезнь была без компонента!!! Помогло.

*Наурубеева О., Москва*

## ТЕМА НОМЕРА:

## РЕЙШИ — гриб долголетия



Рейши  
(*Ganoderma lucidum*)

- Опыт и практика фунготерапевта  
**РАЗНОЦВЕТНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП РЕЙШИ**
- Секреты фунготерапии  
**РЕЦЕПТЫ ПСКОВСКОГО МОНАХА**
- Грибной календарь **2019**
- Грибная теория и практика  
**ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ЦЕЛЕБНОСТИ ГРИБОВ**
- Фунгошарик  
**КАК ЗАЩИТИТЬ ОТ ПАРАЗИТОВ НАШИХ ДОМАШНИХ ПИТОМЦЕВ?**

**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**





# Декабрь

Не успел закончиться грибной сезон – начавшийся в силу разных причин в этом году довольно поздно – а мы уже скучаем. По летне-осеннему лесу, по грибам, лукаво прячущимся в травах. Их было не так уж много, но тем ценнее каждый гриб, найденный нами. Как говорится – мал золотник, да дорог...

Каждый из нас листает свою книгу грибных воспоминаний. Россыпь рыжих лисичек в изумрудной траве, ярко мерцающая маяком сквозь белесый туман шляпка подосиновика, бугорок из прелых, бурых листьев, под которым прячется крепенький груздь, приземистый, важно-толстопятый боровик, притаившийся под кустом.

И, конечно, традиции, наши, личные – куда без них... Одна их многих сложилась и у меня. Несколько лет уже, четыре или пять, поздним вечером в Пушкинских горах, перед воротами дома встречает меня семейство копринусов. Всегда на одном и том же месте. Посланники грибного мира. Выхожу из машины, здороваюсь, ничему уже не удивляясь. И словно слышу в ответ слегка ворчливо: «Ну наконец-то соизволили прибыть... Ждём-ждём... Давно уж в лес пора, заждались там братья-грибы...»...

Верно, заждались – как и мы их в этом, уходящем уже году. Тем радостнее было находить в высокой осоке огромные, просто гигантские припозднившиеся подосиновики, будто подпрыгивающие в густой траве – «найдите, заберите нас...»... Причём большинство из них, великорослых, оказывались на загляденье чистыми, упругими, не червивыми.

Что нам подарила мать-природа? Да практически всё, что нужно для жизни. Бесплатно, даром – пользуйтесь и будьте счастливы. Пользоваться как подобает дарами природы мы научились плохо. Равнодушно, неблагодарно, бездумно. Оттого, наверное, и счастливыми стать удаётся совсем немногим.

В нашем мире есть всё. Горы и леса, земли и воды, и всё это наполнено бесценными, несмет-

ными богатствами. Одинаково ценными, будь то золото или алмазы, нефть или газ, растения или животные. Причём люди, которые не потеряли ещё способность здраво размышлять, понимают прекрасно, что при некоторых определённых обстоятельствах невзрачная, лечебная травиночка-былиночка стоит неизмеримо дороже, чем груды золота.

Это не нужно доказывать, но можно подкрепить совсем недавним фактом... В сентябре президент Северной Кореи встречался со своим коллегой из Южной. И знаете, что Ким Чен Ын послал в подарок Мун Чжэ Ину? Не драгоценности какие-нибудь, а... грибы!!! Две тонны грибов мацутаке, или соснового гриба, считающегося деликатесным. А главное, подарил надежду разделённым народам некогда одной страны вновь соединиться. Вот так грибы участвуют в нашей жизни. Даже на международном уровне.

Наступил Новый год, и все мы, работающие для вас, дорогие наши читатели, пациенты и просто интересующиеся грибами люди, поздравляем с волшебными зимними праздниками. Здоровья, мира, спокойной жизни в этом беспокойном мире и новых, незабываемых встреч друг с другом и с грибным миром!



Гл. редактор И. Коротков



# РЕЙШИ — гриб долголетия



Рейши (*Ganoderma lucidum*)

Рейши – древесный гриб – в Китае называется грибом долголетия. Это символ Китая. Изображение рейши в Китае так же популярны, как у нас мухомора. Найти рейши в дикой природе всегда считалось большой удачей. Дело в том, что шероховатые, жесткие споры этого гриба хотя и цепляются к коре любых деревьев, прорасти могут только при определенной температуре и лишь на определенном дереве. А любят они дикую сливу, причем не каждую. Как утверждает знаменитый врач древности Ибн Сина, из десяти тысяч диких слив только десяток может похвастаться своими соседями-приживалами – древесными грибами рейши.

Существует древняя японская легенда о бедной девушке-сироте Фу Линь, которая имела и красоту, и трудолюбие, но даже последний уборщик мусора в родной деревне не хотел на ней жениться, так как не было у нее за душой даже целых сандалий. Однажды Фу Линь приснился сон, что спустился к ней лучезарный юноша на белоснежных крыльях и сказал следующее: «Поливай старую сухую сливу, что стоит на перевале в двух милях от домика твоих хозяев, и тебе воздастся...» Она послушалась его совета и каждое утро вставала затемно, шла к ручью, набирала кувшин и шла к старой сухой сливе, изнемогая от тяжелой дороги и тяжелого наполненного кувшина. И каждое утро поливала старую сухую сливу. Жители деревни потешались над бедной девушкой, а хозяева заставляли ее еще больше работать, чтобы отбить охоту заниматься ерундой. Но каждое утро, обливаясь слезами, шла

к старой сливе бедная Фу Линь. И однажды увидела чудо – ствол сухой сливы густо порос грибами рейши. Что это за ценность – она знала, так как и в их деревне были собиратели целебных грибов, годами охотившиеся за рейши и продававшие их в город на вес золота.

Собранные грибы Фу Линь продала за большую сумму – купила себе приданое, домик в соседней деревне и вскоре вышла замуж за удачливого и доброго юношу. А грибы на старой сливе больше не росли, хотя чуть ли не вся деревня стала ее поливать. И поняли жители деревни, что не вода заставила расти рейши, а слезы Фу Линь, которыми та обильно орошала сухой ствол, жалуясь на сиротскую свою долю. И тогда они порадовались за нее и раскаялись в своем жестокосердии.

Вот такая легенда.

Действительно, рейши гриб невероятно капризный и найти его в диком виде было очень сложно, а так как целебные его свойства невероятно ценились, то и стоил он дорого. Удачливый сборщик целебных грибов, один-единственный раз напав на грибницу рейши, мог безбедно прожить много лет, держа в секрете свое дерево, так как каждый год он собирал с него урожай и продавал китайским придворным врачам.

Тайна культивирования рейши была открыта только в 1972 году, когда удалось выделить культуру гриба и вырастить первые рейши на «грибной ферме». С тех пор рейши выращивают для массового производства лекарств.





### «ПРЕВОСХОДЯЩЕЕ» ЛЕКАРСТВО НОМЕР ОДИН

Более двух тысячелетий назад была написана бесценная книга Shinnoh Honsokyo, являющаяся первоначальным учебником восточной медицинской науки. В этом источнике упоминается 365 видов трав и грибов, которые не только классифицированы, но и объяснены. Лекарственные средства классифицируются, в основном, по трем категориям: 120 – «превосходящие» лекарства, еще 120 – «средние», и 125 отнесены к «справедливой» категории.

«Превосходящие» лекарства называются «Растениями Бога», они – для молодости и долговечности, лекарства легендарных волшебников. «Средние» лекарства определяются как тонизирующие. В «справедливую» категорию вошли травы и грибы, имеющие свойства лечить определенные заболевания.

В числе «превосходящих» лекарств, внесенных в список в тексте, рейши стоял под номером один.

Столетия назад рейши, считали ученые эскулапы, были средством, которое может обеспечить вечную молодость и долголетие. Тогда же утверждалось, что это ценнейшее средство от рака любых видов.

Всегда безутешные родственники онкологических больных, которым медики вынесли «смертный приговор», искали рейши, поскольку это был единственный путь спасения. Это самое эффективное и последнее средство.

Есть много разновидностей рейши, например:

- **Akashiba** – красный рейши,
- **Kuroshiba** – черный рейши,
- **Aoshiba** – синий рейши,
- **Shiroshiba** – белый рейши,
- **Kishiba** – желтый рейши,
- **Murasakishiba** – фиолетовый рейши.

Каждый вид работает с той или иной болезнью. Akashiba, красный рейши, – тот вид гриба, который культивируется в Японии.

### ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА РЕЙШИ

В Японии и Китае рейши используется практически при любых заболеваниях, но для каждого заболевания существует своя методика дозирования.

Рейши имеет четыре главных целебных свойства.

- **Первое** – противоопухолевое действие (идет регресс любых опухолей, и доброкачественных, и злокачественных); в этом случае рейши используется вместе с шиитаке, так как шиитаке усиливает действие рейши.

- **Второе** его свойство – лечить сердечно-сосудистые заболевания, причем оно настолько выражено, что не только не уступает шиитаке, а превышает его действие на порядок.

- **Третье** – рейши лечит психические заболевания. Это редкое свойство впервые было отмечено в XVII веке, когда при помощи рейши была вылечена падучая у наследника микадо.

- **Четвертое.** Успешно зарекомендовали себя рейши и в лечении аллергических бронхитов, астматических компонентов и при инфекциях верхних дыхательных путей. По неофициальным данным клинических исследований в клинике Горо Чихара – 60% испытуемых с аллергическими заболеваниями верхних дыхательных путей вылечиваются, даже если ранее безуспешно применяли гормональное лечение. При исследовании химического состава рейши в американском Институте рака было сделано удивительное открытие – найдено вещество, названное ланостан, которое тормозит образование антител, что важно именно в случаях аллергических реакций

Рейши активно изучаются и используются на Западе, но в промышленное фармацевтическое производство идут не плодовые тела, а мицелий, что значительно снижает эффективность производимых лекарств и биодобавок. Наш Центр использует только субстраты непосредственно из грибов рейши, а не мицелия, и за счет этого целебная ценность наших биологических препаратов неизмеримо выше зарубежных аналогов.





# Разноцветный калейдоскоп рейши



Удивительный гриб. Непредсказуемый. Сколько его не изучай – все равно находятся все новые и новые факты его избирательной способности лечить. Мне в Южной Корее известный целитель Суен Тхин Тао рассказывал, что впору уже открывать в фунготерапии специализацию – что-то типа «рейши-ведов», потому что знания только по этому трутовика лакированному уже становятся чересчур обширны.

«Я знаю, что, например, Акашиба (красный рейши), который растет на сухой дикой сливе, намного сильнее и эффективнее работает при аллергических дерматозах, чем тот же самый красный гриб, но выросший на каштане... А фиолетовый рейши – если его назначить при атеросклерозе и заболеваниях печени и поджелудочной железы – будет в этом случае намного эффективнее, чем желтый рейши.

А белые рейши активнее при самых страшных раках – саркомах и меланомах. У меня уже огромная таблица только по рейши, и знаю, что она будет прибавляться и прибавляться. Это же – искусство. Поэтому даже грустно становится, когда вижу примитивные советы врачей-самоучек, которые всем рекомендуют один красный рейши, да еще умудряются его перепутать с другим трутовиком».

Да, мне тоже становится грустно, когда открываю Интернет – на что только не идут любители легких денег. Какой только лжи там не насмотришься –

они в расчете на легкую наживу даже придают «научности» – таблицы, где свалено все в кучу, перепутано все на свете – макрофаги и киллеры, ферменты и полисахариды. Один украинский деятель вообще объявил, что действующее вещество в рейши – это КИНОВАРЬ!!! (Для сведения – киноварь это минерал. Кстати – сульфид ртути. Имеет алую окраску, на свежем сколе напоминает пятна крови.)

Хороший такой грибок получается – с ртутью...

А ведь люди верят этому прожженному мошеннику, покупают у него неизвестно откуда присланные рейши, следуют его рекомендациям.

Но давайте о позитиве. Грибном.

Виды рейши делятся по цвету. Культивируется (то есть искусственно выращивается в лабораториях) только один – красный рейши.

Самый дорогой и высокоценный – белый рейши.

В Японии у каждого вида рейши свое название:

- Akashiba (красный рейши)
- Kuroshiba (черный рейши)
- Aoshiba (синий рейши)
- Shiroshiba (белый рейши)
- Kishiba (желтый рейши)
- Murasakishiba (фиолетовый рейши)

Каждый вид классифицировался в Shinnoh Honshokyo и в каталоге трав, написанных при Династии Мин в первом или втором столетии до н.э.





Акашиба – красный рейши – наиболее нейтральный и проще всего выращивается, поэтому везде во всех биодобавках представлен именно красный рейши. Он имеет и выраженные противоопухолевые свойства, и антигистаминные. Красный рейши НОРМАЛИЗУЕТ давление, поэтому его можно использовать и при гипертонии, и при гипотонии.

Широсиба (белый рейши) – применяется исключительно при онкологии (при последних стадиях, саркомах, меланомах, раке мозга). Широсибу применяют и при ЗЛОКАЧЕСТВЕННОЙ гипертонии, когда нужно понизить давление.

Кишиба (желтый рейши) – применяется при онкологии крови (белокровии), миеломной болезни. Желтый рейши обычно назначают японские целители в восстановительный период после инсультов.

Курошиба (черный рейши) – редкая находка при астме и при онкологии бронхов. В сердечно-сосудистой патологии его используют при ГИПОТОНИИ, он способен восстанавливать эластичность сосудов.

Аошиба (синий рейши) – используется при вегето-сосудистой дистонии и первичной гипертонии. Способен растворять холестериновые бляшки в крупных сосудах. При онкологии – рак щитовидной железы и протоковый рак молочных желез.

Мурасакишиба – (фиолетовый рейши) – обычно назначается при мерцательных аритмиях, варикозных заболеваниях, сверхпроницаемости капилляров. При онкологии соединительной ткани, лимфы и крови.

Нельзя забывать, что эти виды рейши – очень редкие и стоят в разы дороже красных рейши еще и потому, что это – природные натуральные грибы.

*Ирина Филиппова*



## РЕЙШИ – ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦУ

Этот редкий древесный гриб в пищу не пригоден, он – чисто лекарственный. Его используют при онкологии, им лечат аллергии, назначают при эпилепсиях, но наверно самое широко используемая его способность – это лечить сердечно-сосудистые заболевания.

Опыт на крысах это наглядно показал – прием экстракта рейши в течение недели на месяц(!) перекрыл выработку сывороткой крови «плохого» холестерина. А это означает, что применение хотя бы раз в год рейши не даст развиваться атеросклерозу.

Мало того, полисахариды рейши способны растворять и «вымывать» холестериновые бляшки, и что уникально – гематомы, оставшиеся в сосудах мозга после инсульта.

Рейши нормализует давление. Первичную гипертонию можно вылечить грибами, и даже злокачественную гипертонию вполне можно обуздать.

Вот один пример:

Большая А. – 2 группа инвалидности (гипертония), кризы 1-2 раза в месяц. Давление доходило до 250. Рабочее – 180 на 110. Плюс сахарный диабет, больные почки, печень.

Принимала она, конечно, не только рейши – там пришлось разработать целый комплекс грибов. Но результаты сейчас следующие – кризы 1-2 раза в год, давление уже не скачет больше 200 при кризах, рабочее 140 на 90, сахарный диабет не беспокоит – сахар в норме.

Первичную гипертонию вылечить грибами намного проще – здесь и одни рейши справятся. Главное, поймать эту коварную болезнь в начале. Именно тогда, когда диагноз звучит так – вегето-сосудистая дистония. Это первый звоночек будущей гипертонии.

С «инсультниками» грибам, конечно, работы намного больше. Как правило, готовы лечиться грибами люди, перепробовавшие почти все. Яркий случай из Белоруссии – женщина 60 лет, после инсульта 6 лет нога и рука были парализованы, нога уже не реагировала на болевое раздражение. Последний год мучили страшные пролежни.

Через три недели применения грибной терапии – почувствовала сильную боль в ноге, которую приходилось снимать анальгином, но зато она стала реагировать на укол булавкой в стопу и еще через три недели стали шевелиться пальцы ног! Через год она сама уже могла себя обслуживать.

Это только мизерная часть «грибных» чудес, в Центре фунготерапии всегда можно посмотреть нашу картотеку выписок из историй болезни с улучшениями вот такой «грибной терапией».



# Рецепты псковского монаха-целителя XVIII века Феофила



Если вам доведется проезжать по Киевской трассе из Петербурга, вы непременно зададитесь вопросом – что за название такое – «Феофилова пустынь»? Пустынь (иногда «пустошка») – это место, которое выбирают для себя – для проживания – верующие люди, стремящиеся укрепиться в своей вере, подвергнуть себя лишениям в физическом плане и духовно окрепнуть. Обычно уходят в пустынь монахи. Феофил тридцать лет молился и наблюдал природу. И только после этих лет, полных осмысления и наблюдений, он дал обет Святому Пантелеймону облегчать человеческие страдания: дух угнетенный Божиим словом и молитвой, а страдающую плоть – природными лекарствами.

У Феофила в пустыньке всегда была нескончаемая череда сирых и убогих. И слава искусного целителя, который поднимал безногих, возвращал к жизни неизлечимо больных и давал зрение слепым.

Эти рецепты приведены в соответствие с нашим XXI веком, когда не найдешь бочек из «каленого дуба» «нутряшного сала барсука во время гона». Но природные компоненты остались неизменны и неизменно их целебное действие.

## РЕЦЕПТ ЛЕЧЕНИЯ ПСОРИАЗА

Свежую березовую губку отбивали молотком, резали на кусочки, заливали медовой бражкой (такую брагу повсеместно варили в деревнях), и томили в печи в глиняном горшке. Затем растирали пестиком в густую кашу (не от этого ли пошло выражение – березовой каши не хочешь испробовать?) и добавляли обычный деготь.

Эту мазь накладывали на псориазные бляшки. Целители утверждают, что псориаз излечивался совершенно. Но при этом надо было еще пить и томленное (топленое) молоко на березовой губке.

## ТОМЛЕННОЕ МОЛОКО НА БЕРЕЗОВОЙ ГУБКЕ

Свежую березовую губку (если плодовые тела небольшие – то без разрезания) укладывали на одну треть глиняной кринки, заливали молоком и ставили в печь – томиться на три-четыре часа до появления на молоке кремовой пенки.

Пили при псориазе по половине стакана такого березового молока в день – на ночь. Можно смазывать псориазные бляшки.

Золотушные дети (так назывались всевозможные дерматиты у детей) поправлялись на таком молоке очень быстро.

## БЕРЕЗОВЫЙ КВАС – РУССКИЙ НАПИТОК ЗДОРОВЬЯ

Чагу и березовый лепех кусочками (200 г) залить горячим медом (1 стакан меда развести 1 стаканом воды и довести до кипения), настоять в теплом месте два дня. Затем профильтровать через сито и марлю и развести в 3-х литрах березового сока, добавить сухие дикие груши (можно яблоки или изюм). Накрыть материей и поставить на три дня – бродить. Затем перелить в стеклянные бутылки или банки под крышку. И убрать в холодное место. Хранится не более четырех месяцев. Вкус отменный. Здоровье несомненное.



Березовая губка – пиптопорус березовый (*Piptoporus betulinus*)





**FUNGOSPB.RU**  
Санкт-Петербург  
Москва  
Екатеринбург

(812) 703-06-44, 717-17-11  
(495) 510-49-70, 940-20-13  
(343) 213-99-61



Эстония (Нарва):

(37235) 482-49, 55-916-627

# 2019







### 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

### 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

### 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

### 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

### МАЙ

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

### 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

### 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

### 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

### ОКТАБРЬ

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

### 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



# Что нужно знать О ЦЕЛЕБНОСТИ ГРИБОВ

**Корр.: Целебные грибы в настойках и отварах – ТЕРЯЮТ ЦЕЛЕБНОСТЬ?**

Да – ТЕРЯЮТ. И приходится много писать, объяснять, доказывать. А что еще доказывать – когда это доказано в НАУЧНЫХ работах, проведенных в нескольких НИИ России – в Московском НИИ канцерогенеза им. Блохина, в Ветеринарной Академии Санкт-Петербурга, в Киевском НИИ Радиологии.

Полисахариды в грибах – очень нежные структуры, и ломаются они от разных факторов – высокой и низкой температур, от воздействия кислотами (уксусом и лимонной кислотой в частности), и от воздействия этиловым спиртом (алкоголем больше 10 градусов).

Сколько из-за этого досадного незнания и нежелания прислушиваться к грамотным микологам и фунготерапевтам произошло разочарований! Поэтому когда я слышу, что от целебных грибов нет результата, начинаю выяснять – а как вы их принимали? Вот свежие примеры таких «недоразумений»:

Пациент Т., Москва – «заказал настойку на водке гриба рейши (большая реклама дальневосточных трав в «Комсомольской Правде» – пью 4 месяца – результатов не вижу. Опять на УЗИ та же картина – даже увеличились метастазы в лимфоузлах.»

**Корр.: В чем причина – да в том, что в этой спиртовой настойке НЕ ОСТАЛОСЬ действующих полисахаридов, тех самых, которые останавливают рост опухоли.**

Встает вопрос – а почему же эти хорошо раскрученные дельцы от народной медицины так поступают? Не знают, что ли? Знают. Но производить по нашей запатентованной суперщадящей технологии капсулы из грибов в десятки раз дороже, а стоимость – одинаковая. А так – измельчил рейши, залил водкой – и глубоко «до лампы» – поможет больному или нет. Деньги-то получены.

То же самое происходит и с веселкой. Президент Лукашенко объявил веселку после моих исследований и статей о невероятной противоопухолевой активности этого гриба – достоянием Белоруссии. Вот белорусы и воспряли духом – стали ее заливать водкой или спиртом для консервации и атаковать звонками наши офисы – закупайте за твердую



американскую валюту! Им объяснили, что в такой ядерной настойке вся противоопухолевая способность веселки потеряна – ею можно только теперь натирать суставы как обычной настойкой. Тогда они не растерялись и стали продавать через Интернет – маленькими пузырьками для всех желающих. Правда, информацию пишут нашу – все наши исследования. И, конечно, без ссылки.

Так вот, предупреждаем всех:

**Спиртовые настойки для грибов НЕДОПУСТИМЫ! Алкоголь выше 15 градусов разрушает противоопухолевые вещества!**

**Корр.: А как же знаменитые рецепты Филипповой, когда она советует грибы настаивать на винах, в частности, на кагоре?**

Сухие и полусухие вина с крепостью не более 9 процентов алкоголя – вполне допустимы. Кагор – с крепостью 15-16 градусов – тоже подходит. Но вот настаивать свежие или сухие грибы на винах – не стоит. Вино просто прокиснет. Эти рецепты я даю для КАПСУЛ наших грибных БАДов.

Вот, например, наша постоянная головная боль – городская напасть – загрязнение атмосферы.

И что самое поразительное, беспокоит даже не просто пыль, а уже дьявольский коктейль. Смесь резиновой пыли (представляете, сколько стирается резиновых шин об асфальт?) и букет всевозможных грибных спор (и от обычных грибов, и микроорганизмов).

Это – настоящий «коктейль Молотова», он поражает наши легкие и бронхи, а резиновая пыль оседает пленкой на альвеолах бронхов.



Как с этим бороться? Выводить. И самое лучшее средство – полусухое вино. А вместе с грибными добавками – мощное средство для уничтожения развившихся на этой «резиновой клумбе» колоний грибов (аспергилл, фузариум, ботрикс и т.д.).

Рецепт прост и эффективен:

*В 100 мл полусухого вина (чуть подогретого) добавить 5 капсул трутовика листовничного и 5 капсул дождевика, добавить чайную ложку лимона.*

*Использовать БАДы «Трутовик листовничный» и «Дождевик».*

*Пить – один раз в неделю в течение двух месяцев.*

Улучшение отметите сразу – после двух-трех процедур начнет отходить мокрота с желто-грязным налетом.

**Корр.: С чем еще можно принимать капсулы? И почему, вернее, зачем? Можно же пить просто капсулы?**

Да, капсулы, конечно, пить проще и удобнее, тем более сами капсулы – это пищевой желатин, абсолютно безопасный для здоровья.

Капсулы – это целенаправленный «укол» организму. Растворенные в вине, сыворотке или другом продукте грибные капсулы – более щадящий метод и более узко направленный. Так как содержимое капсул – это активные лекарственные вещества – полисахариды, маннины, натуральные витамины в комплексе, то растворение их – это торможение одних и усиление других.

Например, мед способствует максимальной работе хитозана и натуральных витаминов – углеводная составляющая меда, как на трамвае, доставляет нужные вещества быстро в кровь. А вот полисахариды они оставляют, не трогая, до полного расщепления.

Вино быстрее расщепляет грибные алкалоиды и натуральные кислоты со смолами, поэтому усвоение происходит более качественное и затрат организма требуется меньше.

Молочная сыворотка расщепляет молочные триглицериды и поэтому полисахариды усваиваются успешнее.

Вот, например, 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.*

**Корр.: А отвары грибов? Они целебны?**

Теперь об отварах. В Интернете гуляет крайне невежественная установка, что трутовики (в частности чагу) надо кипятить как можно дольше.

Это – заблуждение.

*Грибы кипятить нельзя! Единственный действенный рецепт для чаги – это НАПАРИВАНИЕ в термосе и заливать надо чагу горячей водой не больше 60-70 градусов.*

Чага – наш знаменитый русский гриб, которым ВСЕГДА лечили и ВЫЛЕЧИВАЛИ рак (стоит вспомнить только доктора Масленникова из Александра, вылечившего писателя Солженицына от рака) – из-за бездарного рецепта, распространенного везде – потеряла свою репутацию совершенно!!

*Нельзя отваривать ни лисички, ни рейши, ни шиитаке, ни какой другой гриб. Это будет только – грибной суп. Целебных веществ там не останется.*

**Корр.: Я слышала о Вашей новой разработке – ГРИБНОМ ЧАЕ. А это разве не отвар? Ведь его растворяют в кипятке?**

Да, у нас со дня на день выйдет целая серия «грибных чаев». Кстати, очень вкусных и на грибной суп совсем не похожих.

Не стоит путать длительное грибное отваривание с завариванием. Экстракт грибной чайный разрабатывался в течение трех лет – аналогов он не имеет. Кстати, очень японцы заинтересовались нашими секретами – даже пытались взломать сайт с технологической информацией. Хотя особых секретов мы не стремимся держать. Основное действие наших грибных чаев – это профилактика грибными триглицеридами и натуральными витаминами и минералами. Для этих веществ повышенная температура воды – только в плюс.

**Корр.: Какие грибные чайные напитки поступят в продажу?**

Пока шесть наименований – Грибной чай «Шиитаке», «Чага», «Лисичкин чай», «Мейтаке», «Рейши», «Кордицепс».





Отдыхали в Италии и там, в ресторанчике, нам предложили грибное блюдо. А вот какие грибы там были – не определили, т.к. все на итальянском. Какие грибы итальянцы чаще используют в кулинарии?

Иванков П.Р., С-Пб



Гриб высокой кухни, конечно, – трюфель. Его в Италии обязательно надо попробовать, по-итальянски пишется – il tartufo – трюфель. Комедия Мольера «Тартюф» навеяна, несомненно, воспоминаниями о трюфелях, так как имя главного героя «Тартюф» – это Трюфель. Вот такая грибная тема в творчестве.



Любят итальянцы и белые грибы: il porcino – белый гриб. Если вдруг встречается название – la carpella – то это шляпка гриба, как правило белого.

Итальянцы большие оригиналы – они используют в пищу грибы, к которым у россиян достаточно презрительное отношение (а напрасно) – это желчный гриб и серая лисичка.

Желчный гриб – il porcino di fiele – придает пряный аромат и изысканно-горьковатый вкус некоторым блюдам, а серая лисичка, обладающая тонким вкусом мирабели, хороша как ПРЯНОСТЬ.



Серую лисичку итальянцы называют уважительно «жерло вулкана» – il craterello и стоит она достаточно дорого.

Слышал, что швейцарцы любят и собирают грибы?

Евсюков Р., Москва

Очень своеобразно. Нам, русским, вряд ли бы это понравилось.

Едва ли не в каждой лесной деревушке в Швейцарии существует специальный человек – Pilzmeister. Грибники показывают ему свой лесной урожай, он внимательно осматривает каждый гриб, отбрасывает негодные и выдает свидетельство за своей подписью о пригодности грибов к употреблению. Если после этого человек отравится грибами, больничные кассы Швейцарии возмещают ему стоимость лечения.

Можно ли собирать в Германии грибы? И почему сами немцы их не собирают?

Вегнер Т., Новгород

Потому что могут быть неприятности с полицией. Существует целый список грибов, не разрешенных к сбору. Об этом мало кто знает. Хотя знать желательно.



Приведем их в том порядке, в котором они перечислены в указанном документе (он определен не ценностью грибов, а алфавитным порядком их латинских названий):

Kaiserling (цезарский гриб), водится как в лиственных, так и в хвойных лесах;

Weisser Bronze-Roehrling (белый бронзовый боровик);

Gelber Bronze-Roehrling (желтый бронзовый боровик);

Steinpilz (белый гриб); в немецких лесах произрастают до 10 видов этих грибов и все они находятся под охраной;

Echter Blauer Koenigs-Roehrling (дубовик);

Pfifferlinge (лисички);

Schweinsohr (свинюшка), считается съедобной;

Erlen-Gruenling (рядовка зеленая, зеленушка);

Braetling (белый груздь);

Birkenpilze und Rotkappen (красный подосиновик и красный подберезовик).

В немецких лесах растут и другие виды подберезовиков, но они не находятся под охраной;

Morcheln (сморчки); в Германии можно найти четыре вида этих вкусных грибов;

Trueffel (трюфель), в немецких лесах растут лишь два вида этого гриба: белый и немецкий, и оба они находятся под охраной.

В примечании к этому перечню сказано, что ограничения касаются лишь грибов, произрастающих в данной местности. То есть, если человеку, живущему, например, в Мюнхене, привезли в подарок большое лукошко грибов из сопредельной Чехии, и на этот подарок обратила внимание полиция, вас ни в чем обвинить не могут.

Поэтому немцы грибы не собирают – опасаются. А русские просто не знают. Кстати, рыжики, которые в изобилии водятся в Германии, собирать можно – они не считаются ценными.



# КАК ЗАЩИТИТЬ ОТ ПАРАЗИТОВ наших домашних питомцев?

Увы, братья наши меньшие столь же подвержены различным заболеваниям, как и мы сами. И если для сельскохозяйственных животных болезнь и даже падеж — по большей части скупой язык понесенных убытков, то заболевание домашнего любимца — маленькая трагедия.

Список болезней домашних животных весьма внушительен — это и инфекционные заболевания, и травмы, и генетические нарушения. Однако особое место среди причин, вызывающих болезни животных, занимают различные паразитирующие организмы, или попросту паразиты.

Их разновидностей очень много — от микроскопических до огромных, от внешних до внутренних, от сравнительно безобидных до чрезвычайно опасных. Всех их объединяет одно — эти организмы живут «за счет» своего хозяина, нанося ему при этом существенный вред.

К счастью, современная ветеринария вполне успешно борется и побеждает подавляющее большинство паразитарных заболеваний. И здесь, как и для любой другой болезни, важны два правила.

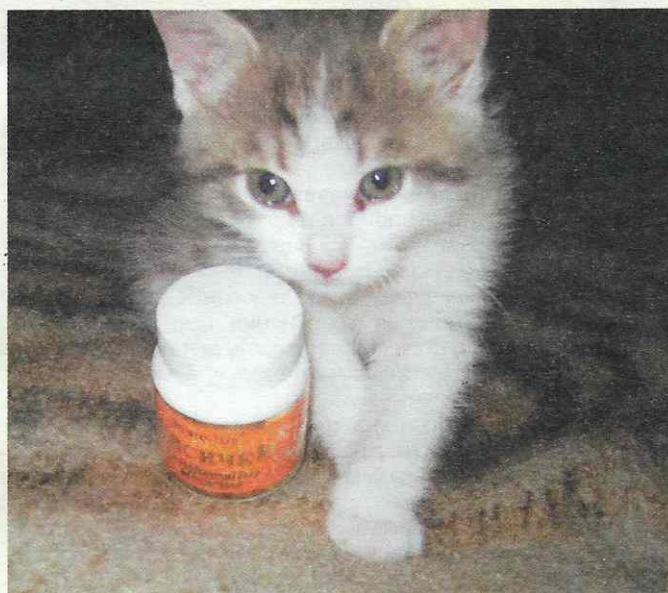
Первое — предупредить чаще всего легче, чем лечить. Эффективная профилактика заражения паразитами нет так уж и сложна, а ее результативность очень высока.

Второе — важно своевременно распознать симптомы заболевания и приступить к его лечению. Лечение запущенных случаев инвазии намного сложнее, чем выявленных на ранней стадии.

Соблюдать эти два правила совсем нетрудно — достаточно «знать своего врага в лицо».

## СИМПТОМЫ

Находясь в кишечнике, глисты «отнимают» у своих хозяев питание. Самые обычные симптомы заражения этими глистами — ненасытный аппетит, кишечные расстройства и раздутый газами живот, тусклая шерсть.



У зараженных щенков помимо вздутого живота может быть анемия и пониженная температура. Часто бывает рвота, диарея. Иногда масса глистов образует плотно сплетенный клубок, который полностью перекрывает кишечник и вызывает его непроходимость, вследствие этого животное может погибнуть.

Но, пожалуй, самое большое повреждение личинки некоторых глистов наносят легким. Личинки прокалывают мельчайшие легочные сосуды и тем самым ослабляют ткань легких, в результате чего часто развивается пневмония.

## Какие существуют методы профилактики и борьбы с паразитами?

Многие прошли тернистым путем ошибок, пробуя один противоглистный препарат за другим, и все безрезультатно. Дело в том, что большинство препаратов действуют только на половозрелые особи, оставляя в организме животного многочисленные личинки и яйца. Но природа предусмотрела более эффективное лекарство — лисички. В Лисичках содержится хинноманоза, которая перфорирует (повреждает) оболочку гельминтов, тем самым избавляя организм животного от паразитов.

Лисички не токсичны и поэтому безопасны, они содержат ряд витаминов, их спокойно можно использовать для профилактики не только взрослым животным, но и их новорожденным детенышам.

Различают несколько курсов: для щенков и котят, для взрослых животных и самок в период беременности.

**Дозировки уточняйте у врача-фунготерапевта в Санкт-Петербурге:**

- по телефону (812)703-06-44,
- по эл.почте [fungodoctor@yandex.ru](mailto:fungodoctor@yandex.ru)
- на форуме нашего сайта [www.fungospb.ru](http://www.fungospb.ru)

Лисички

ПРОТИВ ГЕЛЬМИНТОВ

Центр фунготерапии Ирины Филипповой

Бесплатные консультации по применению целебных грибов

Москва: (495) 77-620-88  
[www.fungomoscw.ru](http://www.fungomoscw.ru)



# НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ – НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

«АХ, КАК ХОЧЕТСЯ ЖИТЬ...»

без болезней, не создавая проблем  
для себя и своих близких!

Поиски именно такого жизненного постулата привели нас в **Центр Фунготерапии Ирины Филипповой** в Санкт-Петербурге...

До сорока лет человек делает всё, чтобы «испортить» своё здоровье, а после сорока старается сделать всё, чтобы его поправить, и мы не исключение. Болезней накопилось множество, лечение химическими лекарствами не приносило желаемого результата.

**Лекарственные грибы и наука об их использовании – фунготерапия** (фунго-гриб) – набирает огромную популярность в нашей стране, хотя целебные свойства высших грибов известны людям еще с древности. В научных институтах проводились многочисленные исследования грибов, совершенствовались технологии сохранения всех необходимых компонентов, входящих в состав грибов, для получения максимального эффекта, совершенствовался и систематизировался накопленный опыт.

**Фунготерапия** – это наука третьего тысячелетия, зная об этом, «**молчать, просто преступление**». Ее возможности огромны, а результаты вызывают уважение специалистов во всем мире.

### С чего можно начать применение целебных грибов?

С бесплатной консультации. Врачи-фунготерапевты подберут необходимые грибные препараты.

### При каких болезнях можно использовать грибы?

Для каждой болезни существует в природе свой «грибной флакончик» с целебными свойствами. Мы еще только начинаем открывать секреты грибной терапии, но уже сейчас можно сказать, что получены интереснейшие наработки по преодолению недугов при очень многих заболеваниях. Среди наших пациентов есть люди перенесшие инфаркты, и инсульты, с тяжелыми вирусными и системными заболеваниями, с мужскими и женскими проблемами, а также, люди, которым был поставлен онкологический диагноз.

**Лечение рака** – дело официальной онкологии, и, надо сказать, с этим они справляются неплохо. Диагностика и лечение рака происходит только в онкодиспансерах. Мы же занимаемся реабилитацией онкологических больных, то есть, консультируем по подбору препаратов натуральной терапии после всех необходимых лечебных мероприятий. Надо сказать, что грибам под силу не только снять интоксикацию организма, не только затормозить или полностью остановить развитие оставшихся мутировавших клеток после операции, химиотерапии т.д., но и заставить регрессировать метастазы. В запущенных случаях, мы говорим о существенном продлении жизни.

Наши пациенты, которых мы брали 10-15 лет назад со сложнейшими диагнозами онкологии, которые добросовестно отнеслись к своему выздоровлению – живут и здравствуют.

Для правильного подбора грибных препаратов врач-фунготерапевт проводит консультации, во время которых изучает историю болезни пациента, результаты последних ана-



лизов, а также сопутствующие заболевания и другие важные факторы. По итогам консультации пациенту подбирают необходимый курс грибных препаратов.

### В 2004 году в Екатеринбурге начал свою работу «Уральский Центр Фунготерапии Ирины Филипповой».

Все наши специалисты прошли обучение в Центре Фунготерапии Ирины Филипповой (г. Санкт-Петербург) и имеют соответствующие сертификаты.

**За 15 лет работы** нами накоплен огромный опыт. Для каждой группы пациентов есть свои, уже годами наработанные и доказавшие свою эффективность, грибные программы и методики.

Сейчас для активных жителей мегаполисов становится нормой забота о своем здоровье. Все чаще люди задумываются о нем не тогда, когда проблемы, связанные с ним не замечать уже невозможно, а заранее, стараясь этих проблем избежать. А опасностей для здоровья хватает, и жители городов Урала здесь исключением не являются, ведь такие факторы, как суровый климат, высокая загрязненность окружающей среды, бешеный ритм жизни не могут пройти для нашего здоровья бесследно. Фунготерапия и здесь приходит нам на помощь – существуют специальные грибные комплексы, нацеленные на поднятие иммунитета, очищение печени, похудение и т.д. Что немаловажно, все грибные препараты являются полностью натуральными, растительными, не оказывают пагубного воздействия на наш организм.

**С января 2019 года** «Уральский Центр Фунготерапии Ирины Филипповой» откроет свои двери для посетителей **по новому адресу: г. Екатеринбург, ул. Антона Валека, 12** – в самом центре города, возле площади 1905 года. Новое местоположение отличается высокой транспортной доступностью (метро, трамвай, автобусы), наличием большого количества парковочных мест, что позволит легко добраться до нас из любой точки города.

Все консультации врачей-фунготерапевтов проводятся **абсолютно бесплатно**. Будем рады видеть Вас в нашем центре. **Шанс на оздоровление – есть у каждого!**

Уральский Центр Фунготерапии Ирины Филипповой имеет свои филиалы в Нижнем Тагиле, Челябинске, Перми, Тюмени и Югорске.

## УРАЛЬСКИЙ ЦЕНТР ФУНГОТЕРАПИИ ИРИНЫ ФИЛИППОВОЙ

**Екатеринбург** – ул. Антона Валека, 12  
(вход справа от Дома Книги),  
т. (343) 213-99-61

**Н-Тагил** – Аптека «на Красном Камне»  
ул. Пархоменко, 130/39, т. (3435) 43-17-13

**Пермь** – МЦ «Доктор+»  
ул. Пермская, 30, т. (342) 271-29-86

**Тюмень** – Деловой центр «Вернисаж»  
ул. Ямская, 86 а, кабинет 206,  
т. (3452) 788-977

**Челябинск** – Мед сервис «Ваш Доктор»,  
т. 8-908-071-36-36, (351) 223-88-32, ул. Тарасова, 46

**ХМАО, Югорск** – Аптека «Исток»,  
ул. Магистральная 19/1, тел (34675) 734-75  
ул. Железнодорожная, 29, т. (34675) 2-31-35



## «ФУНГОШАРИК»

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: +7-901-373-57-50 или (812) 703-06-44 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,  
(495) 941-30-10  
(м. Дмитровская), ул. Бутырская, д. 67 ..... (495) 77-620-88  
(м. Комсомольская), Комсомольская площадь, д. 2,  
(Казанский вокзал, 2-й этаж, ТЦ Казанский) ... (985) 293-99-75  
(м. Бабушкинская), ул. Менжинского, д.36, ..... (495) 762-68-76,  
2 этаж, пав.9. (985) 762-68-76  
(м. Чертановская), Черноморский бульвар, д.10, к.1 (499) 610-07-06

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)



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

*Мы открылись!*

*Ждем вас по адресу:*

Москва, (м.Чертановская), Черноморский  
бульвар, д.10, к.1, (499) 610-07-06

Для вас:

- лекарственные препараты
- медицинские изделия
- биологически активные добавки
- широкий ассортимент продукции на основе целебных грибов

ЕДИНАЯ СПРАВОЧНАЯ:  
(495) 77-620-88

*Всегда рады Вам!*

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. 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

### Кавказские Минеральные Воды:

- Минеральные Воды 7-968-273-37-94  
Кисловодск 7-968-273-37-94  
Железноводск 7-968-273-37-94  
Пятигорск 7-968-273-37-94  
Ессентуки 7-968-273-37-94  
Георгиевск 7-968-273-37-94

- г. Казань 8(905) 182-32-52  
г. Краснодар 8-918-347-98-66, 8-967-303-17-43  
Крым +7(978) 854-69-72  
г. Москва (495) 77-620-88, 940-20-13  
г. Мурманск (8152) 43-40-36, 52-10-36  
г. Нижний Тагил (3435) 43-17-13  
г. Нижневартовск (3466) 58-68-22, 41-45-40  
г. Омск (3812) 53-06-49, 28-73-36, 49-38-78  
г. Пенза 8(412) 25-32-82, 8(927) 375-32-82  
г. Пермь (342) 271-29-86  
Ростовская область, г. Шахты 8-918-509-26-73  
г. Самара (846) 242-76-44, 242-76-64  
г. Севастополь +7(978) 854-69-72  
г. Снежинск (35146) 235-35  
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. Челябинск (908) 071-36-36  
г. Череповец (8202) 22-26-92, 8-921-145-99-93  
г. Чебоксары (905) 343-47-92  
г. Чита (3022) 35-93-66  
г. Югорск (34675) 7-34-75  
г. Ярославль (903) 638-79-38



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





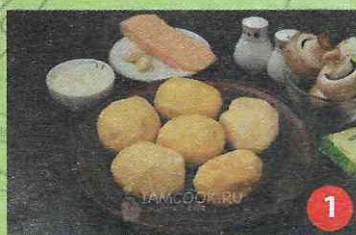
## КАРТОШКА-ГАРМОШКА С ГРИБАМИ



Рецептов картошки-гармошки существует много разных, но мы решили провести эксперимент и нафаршировать картошку шампиньонами. Получилась очень вкусная картошечка, которую можно предложить на гарнир к мясным блюдам. Если в сезон использовать молодую картошку, то её можно не чистить, а просто хорошо вымыть новой губкой для посуды.

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- Картофель - 6 шт.
- Шампиньоны - 4-5 шт.
- Сметана - 2 стл.
- Сыр твёрдый - 100 г
- Чеснок - 2 зубка
- Соль, перец - по вкусу
- Прованские травы - 1 чл.
- Зелень - для подачи



1. Подготовить продукты из списка: картофель почистить и сделать глубокие надрезы, но не до конца. Оставить около 1 см, чтоб картофель не развалился.



2. Шампиньоны нарезать тонкими пластинками.



3. В тарелке смешать сметану с солью, перцем и прованскими травами, выдавить туда чеснок и хорошо перемешать.



4. Полученной смесью смазать картофель и поместить в подходящую форму для запекания.

5. Включить духовку на 180 градусов. В разрезы поместить грибы. Оставшуюся сметанную заправку вылить сверху картофеля, стараясь равномерно распределить на каждую картофелину. Можно немного сбрызнуть оливковым маслом. Форму накрыть фольгой и поставить картошку-гармошку с грибами в духовку на 30-35 минут.



6. За это время тонкими пластинками нарезать сыр.



7. Спустя время вынуть форму с картошкой из духовки, снять фольгу и в каждый разрез вложить по пластинке сыра.



8. Поставить картошку снова в духовку приблизительно на 20 минут. Сыр должен расплавиться и подрумяниться.

При подаче картофель посыпать измельчённой зеленью.

Подготовлено по материалам сайта [www.iamcook.ru](http://www.iamcook.ru)

19320

Подписной индекс газеты «Грибная аптека»  
по каталогу «РОСПЕЧАТЬ»



4 607058 209001

Уважаемые читатели! Сообщаем Вам, что в 2019 году газета «Грибная аптека» будет выходить 1 раз в 3 месяца.

Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: [gazeta@fungospb.ru](mailto:gazeta@fungospb.ru), [www.fungospb.ru](http://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](mailto:gazeta@fungospb.ru). Главный редактор И. Коротков. Тираж 100 000 экз. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, СПб, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, лит. А, пом. 44. Заказ № 00000020 от 20.12.18 г.