



№ 08 (064)
2010 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

РАССКАЖИТЕ ПОЖАЛУЙСТА...

Вот уже три года я являюсь постоянным подписчиком и читателем вашей газеты. Большое вам спасибо! Очень много полезного и интересного я нахожу для себя в Грибной аптеке. Я живу в Украине на Прикарпатье в г. Ивано-Франковске. Мне уже 49 лет, а тихой охотой я увлекаюсь с раннего возраста. Понемножку старался изучать лечебные свойства грибов. С удовольствием прочитал все доступные книги И.Филиповой. С сожалением хочу заметить, что такой литературы не так уж и много.

Для профилактики, использую чаще белые, рыжички, лисички, дождевики, маслята, грузди, мухомор красный и естественно царицу грибов - веселку, а она у нас произрастает в достаточных количествах. Из свежих грибов делаю спиртовые настойки, а из сушеных - порошки. Пользуюсь сам, а также мои родственники и знакомые. Результаты от применения грибных эликсиров положительные и довольно хорошие. Эффективнее и заметнее всего результаты от применения настойки из веселки, особенно при онкологических заболеваниях.

В этом году в июне, после сильной жары затянуло дождями, а это наиболее благоприятные условия для охоты на веселку обыкновенную. Обхожу свои тайные плантации и так оно и есть - полезла веселка целыми семьями. Удалось насобирать за одну охоту до 3 кг.

И вот собирая яйца веселки я заметил, что по краям плантации все яйца каких то мелких размеров, а в одном из трещины просвечивалось что-то красноватое. Удивившись, я разрезал ножом пополам яйцо и тут все понял - это была вовсе не веселка, а хорошо мне известный гриб цветохвостник, или антурус Арчера. Потом недалеко от этого места я увидел уже полностью развернутый розово-красный цветок гриба. Не знал я до этого времени, что цветохвостник произрастает из яйца, которое внешне ничем, кроме размера, не отличается от яйца веселки. И внутри яйцо веселки отличается от яйца цветохвостника только ядром, и то надо хорошенько знать разницу, а уловить ее на ранней стадии развития яйца довольно сложно.

И тут возникло у меня сразу несколько вопросов. Не родственники ли эти грибы? Не имеет ли цветохвостник подобных лечебных свойств? И почему они произрастают в одном месте?

А если серьезно, то очень хотелось бы побольше узнать об удивительном грибе цветохвостнике. А настойку из яиц цветохвостника я все таки сделал, не выбрасывать же их, а вот можно ли ее применять и для чего не знаю? Дорогая редакция Грибной аптеки если можно расскажите поподробнее о грибе цветохвостнике.

*У уважением, ваш постоянный читатель
Роман Паламар г. Ивано-Франковск.*

- **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты:
Цветохвостник Арчера



- **Грибные Биотехнологии:**
фундамент для натуральной косметики
- **Консультация ТРАВНИКА:** Вереск обыкновенный

● **Грибная ХАРЧЕВНЯ**

8-800-5555-170
www.fungo.ru

Справки по телефонам:
в Москве: (495) 510-49-70, 940-20-13
в Санкт-Петербурге: (812) 703-06-44



Август

Август... Летняя пора давно наступила, а вот грибной сезон задерживается... Жара. Сушь. Зной. А ведь август месяц особенный, грибной пик, грибной апофеоз. Месяц, когда начинают появляться на свет грибы определённые, грибы неповторимые – те самые, которые все вы знаете (вернее, думаете, что знаете...), те самые, за которыми так интересно и приятно «охотиться» – боровики, или Белые Грибы... И название Белый Гриб

говорит само за себя, ведь белый цвет всегда был цветом царственных особ. И боровики в бесконечном разнообразии и многоцветье волшебного и неповторимого грибного мира таковыми царственными особами и являются.

За аэродромом военного гарнизона, где прошли мои детство и юность, затерянного среди дремучих брянских лесов, стоял волнистой стеной осинник, богатый на подберёзовики с подосиновиками, сыроежки да маслята; но белых грибов там никогда не водилось, поэтому так запомнились те счастливые дни, когда мать накануне следующего дня, вечером за ужином говорила, лукаво улыбаясь: «Завтра рано утром поедem за белыми, в Узкое...» И сердце обрывалось от восторга, и я, захлёбываясь этим восторгом, бежал к своему соседу по дому и другу закадычному Мишке, и мы начинали суетливо собираться в это сказочное путешествие...

Ранним утром выходили из дома – поезд в волшебную страну отправлялся в шестом часу, и опоздать на него было смерти подобно – ещё спящие на ходу, ёжась от свежего и бодрого ветерка... Дорога на станцию занимала минут пятнадцать, затем недолгое ожидание – и подкатывал крохотный дизелёк с тремя деревянными вагончиками, и мы с Мишкой заскакивали в вагончик, расталкивая многочисленных тётюк с вёдрами да корзинами, опретью бросались к деревянным лавкам, садились друг против друга – у окна, непременно у окна! – и бесконечное двадцатиминутное путешествие – начиналось... Внешний мир за влажным вагонным окном тонул в утреннем молочном тумане, таком густом, что леса, почти вплотную подступавшего к рельсам, и видно не было... И плыл жизнерадостно пыхтящий дизелёк в этом белом колдовском мареве, и я с Мишкой радостно-тревожно гляделись в серо-молочную пелену, и предвкушали радость от встречи с лесными красавцами-боровиками... Одна такая встреча стала для меня самой памятной...

Выйдя как обычно из вагона, я и Мишка с головой сразу же окунались в праный лесной омут, стараясь как можно быстрее убежать в глубь зелёную, подальше от говорливых тётюк, мешающих нам слиться со сказочным миром... Так было и в тот раз – перегоняя друг друга, мокрые по пояс от росной травы, спешили мы на поиски грибов, стараясь изо всех сил перещеголять друг друга, и найти белого крепыша обязательно – первым... Мать бурчала на нас недовольно – не убегайте далеко, потеряетесь... И Мишка, как взятый прицепом, нехотя замедлял шаг, держась поближе к моей матери. Я же, бессовестно пользуясь правом любимого сыночка, забегал немного вперёд, бестолково завивая петли по лесу, жадно вглядываясь в траву и вороша её подобранной палкой – лесной моей острой... И вот, бредя впереди моих спутников, я очередной раз оглянулся, и – остолбенел... Между нами, скрытый от Мишкиных да материних глаз высокой и согнувшейся в мою сторону осокой, красовался невероятных размеров Белый Гриб, один-единственный на этой лесной полянке... Когда онемение прошло и я в ужасе увидел, как мать с дружкой моим неотвратимо приближаются к Моему грибу, я понял, что ещё миг – и всё, пропал, заберут у меня пальму первенства – я молниеносно придумал отвлекающий манёвр: отбежав немного в сторону, я устоял на землю, сделал огромные глаза и так источно-изумлённо завопил, что перепугал, наверное, всех лучших в округе: «Ого! Ого!!! Вот это да! Сюда, идите сюда скорее! Смотрите, что я нашёл!» Клынули... Сначала Мишка, а потом и мать торопливо и доверчиво подбежали ко мне, и спрашивали меня – да что ж ты такое нашёл, да где это? Я же, коварно их оббежав, быстро бросился им за спины, упал на колени, обхватил обеими руками невиданных размеров боровик, выдернул его из земли, вскочил на ноги, повернулся и поднял его над головой, счастливо смеясь: «Не туда смотрите... Вот же он!...» Тут засмеялась и мать, а Мишка, поняв, как его провели, обиженно сначала нахмурился, но потом и он закатился от смеха... Это был такой огромный, крепкий, чистый боровик, который никогда ни до, ни после того случая мне в жизни больше не попадался... Да такое и бывает в жизни – только раз... Красивейшая гордая шляпка того боровика не вмещалась в ведро, ножка же была сантиметров 15 у основания... Вот так мне посчастливилось найти свой единственный Белый – настоящий Царь-Гриб, и долгое время после этого мне было неинтересно собирать грибы – такими они мне казались мелкими да невзрачными после лесного красавца, незабываемого подарка, лесной легенды...

Главный редактор Коротков Игорь



Микологи давно отметили поразительный факт – грибы во всем мире похожи. И в Северной Америке можно найти гриб мейтаке, также как и в Китае. Главное, чтобы условия и почва были похожи. Но не менее поразительно и второе заключение микологов – грибы Австралии – это отдельное царство. И самое большое разнообразие грибных форм – именно там. Да, да именно Австралия считается по праву Грибным заповедником, а не Россия, не Канада, не Китай. Удивительно, но именно там самые удивительные, самые загадочные и самые экзотические грибы.

Цветохвостник Арчера – это австралийский абориген, волей случая занесенный на почвы остального мира и сумевшего найти в себе силы прижиться в чуждом мире. Может быть из-за своей удивительной способности к выживанию, а может и по более простой причине – из-за своего экзотического вида. Нет желающих из зверья и насекомых обратить внимания на этот гриб, да и человек может только полюбоваться странным грибом-цветком – да и только. Впервые необычный гриб был замечен на востоке Франции в 1913 году и вызвал сенсацию как новый вид. Но страсти поутихли, когда описание этого гриба было найдено в записях натуралистов Австралии. Появилась теория, что, возможно, его споры были завезены с шерстью овец, которую импортировали в те времена из Австралии. Впоследствии, гриб стали находить в южной Германии, Швейцарии, Англии, Австрии, Чехии, Испании. До берегов Балтийского моря он добирался более 60 лет, а сегодня его все чаще отмечают на восточно-европейском континенте. Не заметить и не запомнить его невозможно – яркий карминный цвет лопастей-щупалец,

Каракатица австралийских песов цветохвостник Арчера

запах невыносимой помойки – надолго останутся в памяти. Эту грибную «морскую звезду» можно встретить на окраинах лиственных и смешанных лесов, в парках, а иногда и на песчаных дюнах Прибалтики.

В народе его по-разному – и грибом-каракатицей, и морской звездой, и помоечным цветком. Как и все грибы семейства Веселковые, он славится своим неприятным запахом. Этот запах и яркая окраска имеют большое биологическое значение: они привлекают насекомых, которые, ползая по плодovому телу, поедая слизистую жидкость, захватывают на лапках и туловище споры и распространяют их. Ножка у этого гриба практически не выражена, а окрашен он обычно в красно-оранжевые тона. В природе этот гриб встречается достаточно редко, но если растет в благоприятных условиях, как правило, покрывает обширные участки.

Из рода Веселковых, в России можно найти Мутинус Равенеля (*Mutinus ravenelii*), Мутинус собачий (*Mutinus caninus*), Сетконоска сдвоенная (*Dictiophora duplicata*). Все они занесены в Красную книгу СССР.

И если славяне хорошо знали классический гриб веселку – и успешно применяли ее в народной медицине при лечении самых разных заболеваний – от онкологии до насморка, то сейчас народные целители находятся в некотором затруднении – а как же быть с Цветохвостником? Ведь из того же рода? И яйца желеобразной консистенции, из которой потом вырастают карминные щупальца – такие же как и у веселки, но только мельче. Может быть – и целебные свойства такие же?

О целебности цветохвостника сказать трудно – за прошедшие 30-40 лет российские знахари еще не могут составить себе о нем мнения. А клиническая фармакология им просто напросто не занималась – слишком его мало в русской природе, нет данных для практического применения.

Поэтому пришлось обратиться с этим вопросом к австралийским миколо-

гам. И вот что нашлось в специальной литературе:

«Австралийские аборигены во время эпидемий кишечных заболеваний в своих жилищах в кострище посыпали мелкий порошок из этих грибов или просто жгли высушенные грибы. Дым вероятно обладал антисептическими свойствами.

Свежими яйцами грибов лечили нарывы – прикладывали как компрессы. Женщины перед мытьем головы обильно намазывали волосы кашицей из свежих яиц, смешанным с молоком овцы.

Больных детей натирали «щупальцами» гриба, чтобы помойным запахом отпугнуть «духов Болезни».

В ближайшее время должны проводиться параллельные исследования всех грибов рода Веселковых в лаборатории Ветеринарной Академии Санкт-Петербурга, так как были выявлены сильнейшие противоопухолевые свойства гриба Веселки. Может быть, у Цветохвостника они окажутся еще сильнее? А может – и нет. Время покажет, а наука – даст ответы на все загадки самых таинственных обитателей лесов – грибов.

Для справки:

Наши предки употребляли молодые плодовые тела грибов Веселка в свежем виде, как салаты со сметаной. А женщины применяли студневидный «сок» плодов со сметаной в качестве «косметических масок». И были самыми красивыми в округе: пригожими, белолицыми и без морщинок. У людей, употребляющих грибы в пищу, по народным преданиям, не возникало никаких проблем со здоровьем.

А вот яйца цветохвостника употреблять для еды чревато отравлением – карминный цвет «щупалец» уже показывает присутствие мускарина – такого же, как у мухомора. Но впрочем, это только теория. Химический анализ так и не был доказательно сделан, во всяком случае нахождение мускарина не было ни доказано, ни опровергнуто.

Ирина Филиппова



Anthurus archeri

Описание:

Молодое плодовое тело до 4 – 6 см. в диаметре, грушевидное или яйцевидное, с длинными мицелиальными тяжами у основания. Перидий беловатый или сероватый, с розовым и коричневым оттенком, после разрыва остается у основания плодового тела. Из лопнувшей яйцевидной оболочки быстро развивается рецептакул в виде 3-8 красных, сперва сросшихся к вершине, затем быстро разделяющихся и расстилающихся, подобно щупальцам, лопастей. В последствии гриб принимает характерную звездообразную форму, напоминающую цветок диаметром около 10 – 15 см. Явной ножки у этого гриба нет.

На разрезе гриба в яйцевидной стадии хорошо просматривается его многослойная структура: сверху перидий, под которым находится слизистая оболочка, напоминающая желе. Вместе они защищают плодовое тело от внешних воздействий. Под ними расположено ядро, состоящее из рецептакула красного цвета, т.е. будущих лопастей «цветка», а в самом центре видна глеба, т.е. спороносный слой оливкового цвета.

Сходство:

Гриб своеобразный, не похожий на другие, но имеются близкие виды:

Цветохвостник яванский (*Pseudocolus fusiformis* syn. *Anthurus javanicus*), отличающийся сходящимися к вершине лопастями, который отмечен в Приморском крае. И, довольно редко встречающийся, Решеточник красный (*Clathrus ruber*).

В молодом возрасте, в яйцевидной стадии можно спутать с Веселкой обыкновенной (*Phallus impudicus*), которая отличается зеленым цветом мякоти на срезе.



5 НЕЗАБЫВАЕМЫХ УДОВОЛЬСТВИЙ

КАК УСТРОИТЬ СЕБЕ ОТПУСК, НЕ ВЫЕЗЖАЯ ИЗ ГОРОДА, НАМ РАССКАЖЕТ МАССАЖИСТ ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ ИРИНЫ ФИЛИППОВОЙ ЛИПКИНА



ЛИФТИНГ-ПРОГРАММА ДЛЯ ТЕЛА С РАЙСКИМИ КОКОСАМИ

Новая подтягивающая и укрепляющая программа для тела сочетает активные натуральные ингредиенты для моделирования силуэта и укрепления тканей с уникальной массажной техникой кокосовыми чашами. Округлая форма и гладкая поверхность отполированных половинок кокосового ореха обещают необыкновенные, волнующие ощущения от процедуры, погружают наше тело в ритмы успокаивающих волн. Ловкая хореография массажа включает виртуозные техники в сочетании с уникальным скольжением кокосовых чаш.

Результат: потрясающее ощущение «нового тела» и бесконечного удовольствия свежести.

РЕЛАКСИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА С БАМБУКОВЫМ МАССАЖЕМ.

В Азии бамбуковое дерево символизирует силу и гибкость. Созданный природой гладким, легким и твердым, бамбук используется в качестве оригинального массажного инструмента. Особенно эффективная для снятия мышечного напряжения, эта программа оживляет миллионы сенсоров тела благодаря специальной технике и различной интенсивности воздействия.

Результат: глубокая релаксация и восстановление энергетического баланса.





СТОУН-ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТОКСИКАЦИИ И МОДЕЛИРОВАНИЯ СИЛУЭТА.

Эффективная моделирующая антицеллюлитная процедура включает пилинг, оригинальный стоун-массаж и пластифицирующее обертывание. «Изюминка стоун-массажа» - уникальные камни из африканского дерева ВАКАПУ. Техники массажа сочетают легкие чувственные прикосновения с глубоким интенсивным воздействием. Приемы скульптурирования, растираний, легких постукиваний.

Результат: техника «тысячи и одной руки» моделирует силуэт, возвращая тонус и отличное самочувствие.

ТОНИЗИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА С АЗИАТСКИМИ МАССАЖНЫМИ СФЕРАМИ

Энергизирующая процедура дарит настоящее удовольствие и восстанавливает силы. Она сочетает две техники массажа с использованием двух различных типов сфер. Наполненные теплом Солнца оранжевого цвета сферы, снимают напряжение. Лунные сферы цвета индиго, возвращают ощущение гармонии и умиротворения. Этот союз Солнца и Луны символически объединяет мужское и женское начало, силу и мягкость, которые присутствуют в каждом из нас.

Результат: Снимается мышечное и психологическое напряжение, появляется ощущение гармонии и чистоты.



КИТАЙСКИЙ ПЛАСТИФИЦИРУЮЩИЙ МАССАЖ

Активный метод с использованием дозированного воздействия или раздражения, оказываемого на поверхность кожи. Раздражая кожные рецепторы, которые находятся в мышцах, передаются импульсы в центральную нервную систему, достигая соответствующих участков больших полушарий коры головного мозга, где синтезируются в общую сложную реакцию и вызывают функциональные сдвиги организма. В результате усиливается циркуляция лимфы, крови. Происходит удаление отторгнутых клеток эпидермиса. Под влиянием массажа в коже образуются и поступают в кровь биологически активные вещества. Тусклая кожа становится розовой, бархатистой. Активизируется кровообращение, рассасывается венозный застой.

Результат: Очищаются поры угревых желез. Кожа становится устойчивой к температурным воздействиям, таким образом происходит профилактика купероза. Повышается кожно-мышечный тонус. Мышцы подтягиваются.



Желаем Вам здоровья, и будем рады видеть Вас в нашем Центре по адресу:
ул. Ал. Невского, д.3 (м. Пл. Ал. Невского), тел: (812)972-42-25, 320-66-02



Calluna vulgaris

**ВЕРЕСК
ОБЫКНОВЕННЫЙ**
барвинок, воробьиная греча,
рыскун, борвица

В природе этот единственный вид имеет колоссальный ареал в Европе, простирающийся от тундры на севере до южной границы зоны хвойно-широколиственных лесов (из европейских стран его нет только в Италии). В России верещатников особенно много на севере Европейской части, причем преимущественно в сухих сосняках, на бесплодных песках и сфагновых болотах — то есть в местах с самыми бедными и кисловатыми почвами. Об этом растении и его свойствах нам, как всегда, рассказывает Васильева Л. А.

«Обычно, люди за свои долгие годы так и не удосуживаются хорошенько ознакомиться с добрыми лесными и луговыми обитателями. Между тем, их роль огромна.»

А.Н. Стрижев

Название происходит от греческого *kallunein* - «чистить, делать красивым», русское от древнеславянского — варенец - «иной».

Вереск - вечнозеленый кустарник из семейства вересковых, насчитывающее более 1000 видов растений, и почти 50 из них произрастает на территории России. Многочисленные сорта вереска отличаются по окраске цветков (от белого до пурпурного) и листьев (от золотисто-оранжевого до сизо-белого).

В древности, вереск считали священным растением, сулившим бессмертие, сохраняющим красоту и здоровье. Широко распространен в природе от тундры до южных границ. Растет в сосновых лесах и на торфяниках, образует большие заросли — вересковые пустоши и верещатники.

Как и большинство представителей этого семейства, вереск обыкновенный приспособляется к выживанию симбиозом с простейшими грибами. Нити мицелия грибов, проникая



глубоко в почву, помогают растению добывать питание.

Вереск относится к группе растений долгожителей, живет примерно 40-50 лет.

Марина Цветаева назвала вереск «старческим растением, он никогда не выглядит сочным и «свежим», старые листья отмирают, постепенно заменяясь новыми».

Вереск обыкновенный — это вечнозеленый кустарник до 1 м. высотой. Листья очень мелкие, сидячие, напоминающие хвойные иголки, что приводит к лишнему испарению воды.

Листья у вереска зимующие. Цветки отклоняющиеся, поникающие, образуют кистевидные соцветия. Чашечки лилово-розовые, или белые. Плод представляет собой сухую четырехгранную коробочку с мелкими семенами.

Ценят верески за их продолжительное цветение, которое продолжается до 2-й половины лета.

Для медицинских целей заготавливают молодые побеги в период цветения, сушат в тени, хранят в бумажных пакетах.

Средневековые травники причисляли вереск обыкновенный к «превосходным кровоочистительным и мочегонным средствам, способным изгонять камни из почек и мочевого пузыря». За рубежом считается официальным растением и широко используется как диуретическое, снотворное средство.

Химический состав: содержит основное действующее вещество — арвутозид — вступая в реакцию с водой, образует гидрохинон, обладающий выраженной антибактериальной активностью. Кроме того, в состав входят фенолкарболовые кислоты,



РЕЦЕПТЫ
применения

ВЕРЕСКА обыкновенного

кумарин, катехины, флавоноиды, смолы, дубильные вещества, алкалоиды. В цветках содержатся фитостерины.

Фармакологические свойства — растение обладает антибактериальным, противовоспалительным мочегонным, вяжущим, успокаивающим, гиподермическим, потогонным эффектом, ускоряет свертываемость крови.

Препараты вереска широко используются при воспалительных заболеваниях почек и мочевыделительных путей, мочекаменной болезни, особенно при наличии уратов в моче, при водянке почечного и сердечного происхождения.

При простудных и легочных заболеваниях как смягчительное, потогонное, отхаркивающее средство.

При хронических заболеваниях желудка, с повышенной секрецией, энтеритах, колитах, сопровождающихся диареей, при заболеваниях печени и желчного пузыря.

При функциональных расстройствах ЦНС, при повышенной возбудимости и раздражительности, нарушениях сна.

При суставных поражениях — подагре, остеопорозе, ревматизме, препараты вереска применяют в виде растирок, ванн, аппликаций, компрессов и примочек.

Отваренную траву прикладывают к ушибленным местам.

Мелким порошком цветков присыпают гноящиеся раны, места пораженные экземой.

Ожоги смазывают мазью, изготовленной из порошка цветов и внутреннего свиного жира.

Настоем вереска полощут горло при ангине, стоматите, пародонтозе.

В гомеопатии вереск используется при суставных болезнях и воспалении мочевого пузыря.

В народной медицине прошлого, вереск обыкновенный используется при раке и как легкое снотворное средство.



Лекарственная форма, способы применения

1. Настой травы 1 ст. л. сырья заливают 400 мл. кипятка, кипятят 25, настаивают 45 минут, процеживают. Пьют по 1/3 стакана каждые 2 часа, курс лечения 10-14 дней.

2. Отвар для наружного применения. 3-4 ст.л. Заливают 0,5 л. кипятка, кипятят 30 минут, настаивают 1 час. Используют для компрессов на больные суставы и в качестве примочек при кожных болезнях и ранах.

3. Сок вереска получают из верхушек облиственных побегов с листьями и цветками. Принимают по 1/2 ч.л. с медом 2-3 раза в день как успокаивающее и снотворное средство.

4. Ванна. 50-70 гр. сырья на ведро горячей воды, настоять 30-40 минут.

5. Из цветков вереска готовят чай.

Противопоказания и побочные эффекты: вереск обыкновенный не рекомендуется применять людям с пониженной кислотностью желудочного сока, при заболеваниях, сопровождающихся нарушениями в свертывающей системе крови.

Применение в других областях: цветки вереска издавна используются как сурогат чая для приготовления отдушки настоек, пива, вин. Вереск хороший медонос дает, обильный нектар.

Замечательная кормовая культура, из нее получают муку, содержащую большое количество протеина.

В старину из верескового меда готовили напитки. В Шотландии живет легенда о свободолюбивых пиктах, населявших страну, покрытую верещатником. Они владели секретом приготовления волшебного напитка из меда, делавшего людей молодыми и выносливыми. Пикты были полностью уничтожены завоевателями, но никто из них не выдал тайну.

Верхушки побегов вереска пригодны для дубления и окраски кожи в желтый цвет.

Широко используется вереск в декоративном садоводстве для оформления горок в парках и садах.

СПРАВИТЬСЯ С НОВООБРАЗОВАНИЯМИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ ПОМОЖЕТ ФУНГОТЕРАПИЯ



Это один из самых больших вопросов, потому что практически у каждого второго есть проблемы со щитовидной железой: или диффузный зоб, или же узелки, то – есть, новообразования на щитовидке. Хирурги действуют в этом случае безапелляционно – резать. Хотя часто в этом необходимости не бывает – эти узелки вполне можно убрать консервативным лечением, в том числе и лекарственными грибами.

Различные патологии щитовидной железы встречаются сейчас все чаще. И связано это с несколькими объективными причинами: различные вирусные инфекции, общее ослабление иммунитета, отсутствие йода в организме человека и психоэмоциональные стрессы приводят к удручающим последствиям.

Эндокринологи всего мира бьют тревогу – значительно участились случаи поражения щитовидной и паращитовидной желез. Небольшой по размеру орган (вес щитовидной железы всего 20 грамм) который расположен на передней поверхности шеи играет очень важную роль в жизнедеятельности всех органов и систем человека. Вместе с другими железами она составляет эндокринную систему - систему органов, вырабатывающих биологически активные вещества - гормоны. В течении всей жизни гормоны играют важнейшую роль практически в каждом процессе, происходящем в нашем организме. Все железы эндокринной системы тесно взаимодействуют между собой, что объясняет тот факт, что даже при небольшом изменении в функции одного органа происходят изменения во всем организме.

Гормоны, выделяясь в кровь эндокринными железами, действуют на ткани и органы организма, находящиеся часто на большом удалении от места их расположения. Главной функцией гормонов и всей эндокринной системы является стабилизация гомеостаза - нормальных значений разнообразных веществ в крови и, таким образом, всех процессов которые происходят в организме.

Следовательно, нарушение работы щитовидной железы лежит в основе расстройства многих функций нашего организма. Увеличилось количество кардиологических заболеваний (уже и молодые люди наравне с пожилыми страдают от сердечных проблем), гинекологических нарушений (мастопатии, фиброматозы, кисты, гиперплазии слизистых и др.), бесплодие, как у женщин так и у мужчин встречается все чаще. Расстройство сна, повышенная возбудимость, нарушение умственной активности и другие неврологические проблемы также требуют коррекции эндокринной системы. К сожалению, стали чаще встречаться поражения паращитовидных желез, даже самые крошечные и

ТОП 5 ЦЕЛЕБНЫХ ГРИБОВ

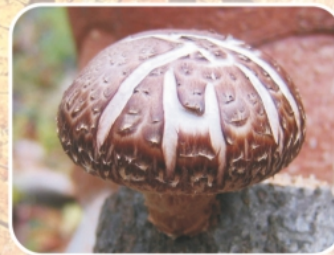
Веселка

обладает самым высоким противоопухолевым индексом



Шиитакэ

корректирует работу печени по производству ферментов



Трутовик лиственничный

выводит токсины и радионуклиды



Мейтакэ

способствует восстановлению гормонального фона



Болетус

богат витаминами и аминокислотами



труднодиагностируемые узелки в них, наряду с мышечной слабостью и повышенной утомляемостью вызывают хрупкость костей и, как следствие частые переломы.

Обычно у специалистов (невропатологов, кардиологов, гинекологов, хирургов) тактика заключается в основном либо в лечении отдельных симптомов, либо в наблюдении за развитием болезни. Если болезнь прогрессирует, предлагается гормональная, химическая, лучевая терапии (со множеством побочных отрицательных явлений) или хирургическое вмешательство.

Используя препараты на натуральной основе совместно с традиционными методами лечения, а иногда и вместо них (где по состоянию здоровья невозможно применение операций и химии), больным можно помочь гораздо эффективнее. Доброкачественные образования щитовидной и парашитовидной желез можно вылечить полностью, и как следствие, избавиться от возникших из-за них болезней. Действуя по принципу природного антагонизма препараты из лекарственных грибов и трав буквально «выдавливают» опухоль из пораженного органа и помогают восстановить его функцию силами самого организма.

Современные ученые обнаружили в грибах вещества, которые обладают противоопухолевыми, антибиотическими, противовоспалительными, антиоксидантными свойствами. Специалистами Центра Фунготерапии Ирины Филипповой (г. Санкт-Петербург) разработаны препараты на основе целебных грибов. Их уникальные свойства позволяют добиться значительных результатов в лечении различных заболеваний. При этом натуральные препараты не имеют вредных побочных действий. При их применении восстанавливается иммунитет, нормализуются функции почек и печени, регулируется гормональный фон (как у мужчин, так и у женщин), стабилизируется обмен веществ, происходит омоложение организма в целом.

Препараты на основе лекарственных грибов из арсенала Центра Фунготерапии такие как «Веселка», «Шиитак», «Рейши», «Болетус», «Агарик», «Кордицепс», «Мейтаке» и другие помогут справиться не только с эндокринными, но и с многими прочими заболеваниями. «Грибные лекарства» сочетаются с любыми препаратами («не мешают» действию синтетических лекарств, в том числе и гормональных), с успехом применяются для профилактики и реабилитации. Врачи – фунготерапевты помогут подобрать комплекс препаратов, исходя из сложности и локализации очага заболевания. Все это очень индивидуально, нужно ознакомиться с историей болезни. Консультации в Центре бесплатные, если человек из другого города — то можно выписки прислать по факсу или просто зачитать по телефону. Обязательно иметь последний клинический анализ крови.

*Михайлова Галина Ивановна,
врач-фунготерапевт, г. Киев*

магазины “ГРИБНАЯ АПТЕКА”

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ 8-800-5555-170

звонок по России бесплатный

Справки по телефонам в Москве:
(495) 656-61-76, 940-20-13

Адреса аптек в Москве:
пр. Нансена, д. 6, к.3, тел.: (495) 510-49-70, 656-61-76
(м. Свиблово)
Хорошевское шоссе, д. 68, к.5, тел.: (495) 940-20-13
(м. Полежаевская)

ВЕСЕЛКА

доброкачественные и злокачественные опухоли
заболевания печени, почек, пожелудочной железы,
заболевания женской половой сферы
сердечно-сосудистые заболевания,
дистония, гипертония, постинсультные и
постинфарктные состояния
аденома простаты
заболевания лимфы и крови



ШИИТАКЕ

злокачественные и доброкачественные опухоли
постинфарктные и постинсультные состояния
вирусные инфекции
неврологические и аутоиммунные
заболевания
сердечно-сосудистые заболевания



МЕЙТАКЕ

мастопатия, миомы, фибромиомы,
доброкачественные образования на
щитовидной железе, липоматоз кисты
на яичниках и в молочной железах, на
печени, почках
гормональные нарушения у женщин



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

Адреса аптек:
(м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51,
тел.: (812) 273-20-43
(м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88,
тел.: (812) 368-98-04
(м. Пл.А.Невского) Невский пр., д.180,
тел.: (812) 271-28-98, 717-17-11
(м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 3,
тел.: (812) 575-57-97, 974-07-80
(м. Пр.Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к.2,
тел.: (812) 973-57-40
(м. Пр.Просвещения) пр. Энгельса, д.132/1,
тел.: (812) 715-47-26

ФУНДАМЕНТ ДЛЯ КОСМЕТИКИ

Женщины всех возрастов неравнодушны к разного рода косметике. Мы готовы часами изучать флакончики с кремами и масками в поисках того единственного средства, которое поможет за считанные дни разгладить морщинки, вернуть коже свежесть, и, самое главное, надолго сохранить этот эффект. Но как выбрать действительно натуральную и гипоаллергенную косметику? На эти, и многие другие сложные вопросы, нам ответит главный биотехнолог Научно-производственного объединения «Биолюкс», Алескандр РАЗИН.



Сегодня не только потребители, но и производители косметических средств, отдают предпочтение натуропатии, одним из малоизвестных направлений которой является **фунготерапия** (лечение целебными грибами).

Грибные биотехнологии совершили настоящую революцию в мире косметологии! Биотехнологами был создан тоник с экстрактом очень редкого гриба Веселка Обыкновенная. Как и большинство базидиальных (т.е. шляпочных) грибов, веселка содержит гиббериллин – так называемый гормон роста. Экстракт веселки способствует быстрой регенерации, заживлению ран и микротрещин, улучшает метаболизм, повышают тонус кожи. Кроме того, веселка – прекрасный адаптоген, позволяющий коже долго держать свой возраст засекреченным.

А на сколько эффективно он очищает кожу?

Тоник с экстрактом веселки очищает кожу на трех этапах.

Кокамидопропилбетаин, который вырабатывается из жирных кислот кокосового масла и особенного вещества, находящегося в свекле, расширяет поры и позволяет очистить глубокие слои кожи.

Аллантоин смягчает роговой слой, способствуя удалению отмерших клеток. Благодаря этому свойству, аллантоин эффективно предупреждает заку-

порку пор, образование комедонов (черных точек) и воспалительных элементов. Аллантоин оказывает выраженное регенерирующее действие, стимулирует заживление кожного покрова. Исследования свойств аллантоина активно продолжаются. Совсем недавно было обнаружено, что он обладает антиоксидантной активностью, а значит является эффективным компонентом противозростных средств.

Ваккер-Белсил ДМС 6038 расщепляет молекулы грязи, сажи, бензина, которые непременно остаются на коже в течении дня.

Пантенол/глицерин — натуральный продукт, получаемый при гидролизе растительных масел. Он увлажняет кожу, придавая ей мягкость и эластичность.

А улучшает проникновение активных веществ в глубокие слои кожи **этилендиаминтетраацетат**.

Известно, что кожа лица особенно чувствительно реагирует на потерю организмом витаминов. Регулярным употреблением фруктов и овощей, добиться требуемого уровня витаминов в организме не удастся по причине их мизерного содержания в дарах природы, а привычкой употреблять витаминные комплексы, мало кто из нас может похвастаться. Тем не менее, организм не обманешь, и потребность в витаминах, так или иначе восполнять придется. И здесь на помощь приходит

маска с экстрактом шиитаке и болетуса. Болетус – это всем нам хорошо знакомый белый гриб. Мало кто знает, что он содержит ряд компонентов, питающих кожу: витамин D, который улучшает упругость, витамин А и Е, помогающие сохранить молодость, комплекс микроэлементов (селен, железо, кальций, калий) активизируют естественную работу кожи по выработке ферментов, без которых кожа становится сухой и грубой. Аминокислоты, содержащиеся в грибах смягчают кожу и способствуют регенерации клеток. Кроме того, Болетус усиливает действие второго компонента - шиитаке.

Шиитаке – прекрасный адаптоген, вызывающий местный иммунологический эффект. Он улучшает метаболизм и резистентность (сопротивляемость) кожи к различным заболеваниям

А какие еще компоненты используются для создания маски?

2-этил гексил коат – это модифицированное масло какао, в которое добавлен радикал, позволяющий наиболее эффективно увлажнять кожу, а так же справляться с воздействием свободных радикалов.

Глицерил моностеарат является медиатором (транспортёром), он помогает проникновению компонентов в эпидермис

Биофен - антиоксидант и антигипоксант, улучшает доступ кислорода в эпидермис и нижние слои кожи, активно насыщая ее кислородом.

Вода деминерализованная. Она не несет в себе соли и ионы тяжелых металлов, присутствующие в обычной воде.

Один из ингредиентов вашей маски цетеариловый спирт. А он не сушит кожу?

Нет. Цетеариловый спирт –ингредиент натурального происхождения,

вырабатывается из масла кокосового ореха, в косметике используется как растворитель, эмульгатор, загуститель и как структурная основа для других ингредиентов.

Возможно ли изготовить полностью натуральную косметику без использования консервантов и искусственных отдушек?

Технологически, возможно. Имеются две крайние точки зрения по вопросу о том, какие ингредиенты предпочтительны для использования в производстве косметических средств.

Первая отражает натуралистический подход, который кратко можно сформулировать в виде следующего принципа: «В природе есть все необходимое».

Малочисленные приверженцы химизации косметических средств, отмечают их практичность – длительность хранения в обычных условиях.

Но существует и промежуточный вариант. В основе данной косметики содержатся натуральные ингредиенты, позволяющие очищать, увлажнять и питать кожу. А консерванты лишь позволяют продлить срок годности продукта (без консервантов он будет годен не более месяца), придать характерную для кремов густоту и др.

Например, **Эуксил-К300**, который мы используем при изготовлении маски, - это мягкий консервант, он не является токсичным, гипоаллергенен и широко используется в пищевой промышленности.

Надеемся, что теперь подбор косметических средств для Вас станет настоящим удовольствием! А подробную консультацию о том, как справиться с проблемными явлениями кожи, вы можете бесплатно получить в «Грибных аптеках»



Кокаמידопропилбетаин
вырабатывается из жирных кислот
кокосового масла



Шиитаке
улучшает сопротивляемость кожи
к различным заболеваниям



Масло какао
позволяет эффективно увлажнять
кожу



Глицерин —
натуральный продукт, получаемый
при гидролизе растительных масел.





О чем они думают на закате жизни? Старость животных тоже не радость...

Животное в зрелом возрасте требует к себе особого внимания и заботы. О том как помочь своему любимцу, мы поговорим с нашим постоянным консультантом - кандидатом ветеринарных наук, фунготерапевтом — Юшкевич Татьяной Владимировной.

ЧТО ПРОИСХОДИТ В ОРГАНИЗМЕ ЖИВОТНОГО ПРИ СТАРЕНИИ?

1. Замедляется обмен веществ - все процессы протекают медленнее, не в полную силу. Снижается физическая активность, нарушается усвоение пищи (снижение ферментативной активности), повышается восприимчивость к заболеваниям (снижение иммунитета, атрофия тимуса);
2. Возникают проблемы с зубами (налет, камни, воспаление десен и корней зубов, иногда флюсы и абсцессы);
3. Нарушается минеральный обмен, что приводит к хрупкости зубов и костей скелета;
4. Нарушение белкового обмена ведет к снижению усвоения белка, потере его с мочой и калом. В результате животное худеет, нарушается почечная фильтрация, могут возникать камни в мочевом пузыре и почках, развиться почечная недостаточность;
5. Нарушение углеводного обмена проявляется чаще всего панкреатитами или сахарным диабетом;

6. Нарушение обмена жиров ведет к жировому перерождению печени;

7. У нестерилизованных животных (особенно у тех, кто получал гормональные контрацептивы) во много раз повышается риск развития опухоли молочных желез и воспаления матки (пиометра, эндометриды).

КАК НЕ ПРОПУСТИТЬ ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ НЕДОМОГАНИЯ?

Ответ довольно прост. Уделяйте здоровью и самочувствию любимца чуть больше времени, чем обычно. Вас должны насторожить следующее состояние:

- постепенное или внезапное похудание,
- вялость, неохотное перемещение,
- животное постоянно спит или ищет тепло,
- жалобы (мяуканье, рычание, недовольство при попытках взять на руки, погладить),
- неестественная поза при дефекации или мочеиспускании,
- дискоординация движений (натыкание на углы, круговые движения, шаткость походки, подволакивание задних конечностей),
- снижение аппетита,
- снижение или повышение жажды,
- наклон головы набок, расширение зрачков и помутнение хрусталика,
- увеличение живота.

Любое из этих проявлений является патологическим и требует незамедлительного осмотра врачом. Не ждите, пока заболевание пройдет само - это может стоить животному жизни.

ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ВЛАДЕЛЕЦ ДЛЯ ПРОДЛЕНИЯ МОЛОДОСТИ СВОЕГО ПИТОМЦА?

1. Кормить специальными кормами для пожилых животных, или при натуральном питании, давать достаточное количество клетчатки, уменьшив количество белка, витаминов и минералов.

«Сбалансированное питание — ключ к здоровью и долголетию» - сегодня это утверждение уже не подлежит никаким сомнениям и является общепризнанной аксиомой, не только в отношении человека, но и животного.

Всем известно слово "витамин" происходит от латинского "vita" - жизнь. Такое название эти разнообразные органические соединения получили далеко не случайно: роль витаминов в жизнедеятельности организма животных чрезвычайно велика. Витамины обладают свойством повышать интенсивность всех физиологических процессов в организме животного, помогают его защите от неблагоприятных воздействий внешней среды, повышают устойчивость к инфекционным заболеваниям, а в период болезни способствуют скорейшему выздоровлению. Отсутствие или недостаток витаминов в организме животного приводит к нарушению ряда его важнейших функций. По сравнению с основными питательными веществами - белками, жирами, углеводами витамины и микроэлементы требуются организму в весьма незначительных количествах: всего несколько сотых долей миллиграмма в сутки. Но и в этих малых количествах витамины и микроэле-

Бесплатные консультации по ветеринарии

- ✓ По горячей телефонной линии: (812) 973-57-50 (понед. - пятн. с 10.00 до 18.00)
- ✓ по почте: 197022, г. Санкт-Петербург, а/я 720, «Центр фунготерапии И.Филипповой»
- ✓ по эл. почте: sharik@fungo.ru, сайт: www.fungo.ru

На любые Ваши вопросы о здоровье ваших питомцев ответит кандидат ветеринарных наук, врач-фунготерапевт Юшкевич Татьяна Владимировна.



менты благоприятно влияют на обмен веществ, стимулируют правильный рост, развитие, размножение, положительно воздействуют на общее состояние, повышают сопротивляемость различным болезням как инфекционным, так и незаразным, укрепляют мышечную, костную, кровеносную и другие системы организма, причём действуют они взаимосвязано. Особенно большое значение для животных имеют витамины А, В, С, D, Е, недостаточность которых наблюдается наиболее часто и приводит к заболеванию авитаминозом и гиповитаминозом.

Для поддержания пожилых животных в хорошей форме, рекомендуется грибная терапия.

По своей питательной ценности, грибы занимают промежуточное положение между мясом и овощами, приближаясь по содержанию белка к сое.

Грибы содержат ряд витаминов: провитамин А, группу витаминов В, витамин D, а так же витамин С (в небольшом количестве)

Среди минеральных веществ, которые составляют в грибах 1-1,5% от их массы, имеются: калий, кальций, алюминий, железо, фосфор, фтор, медь, марганец, кобальт, титан, селен.

Эти элементы содержатся в грибах в очень небольших количествах, и именно в таких дозах они имеют важное значение для правильного обмена веществ в организме.

Для профилактики авитаминозов и гиповитаминозов у животных в фунготерапии применяются следующие грибы: белый гриб, лисичка настоящая, дождевик, веселка и другие.

2. Следить за состоянием суставов животного

Понаблюдайте, уважаемые хозяе-

ва, за тем, как встает на лапы после длительного сна ваш любимец. Если быстро и резво — значит, «косточки» у него еще не болят. А вот если тяжело и в несколько этапов, значит, у вашего питомца развились суставные заболевания. Что, впрочем, это и немудрено, поскольку наши питомцы живут не просто в мегаполисе, а в самом северном мегаполисе планеты! Санкт-Петербург это единственный город, который расположен на широте Полярного круга. Добавьте к этому печально знаменитую питерскую сырость, ветры, весну, плавно переходящую в осень, и поймете — жить в Питере и не иметь проблем с суставами и опорно-двигательным аппаратом не под силу ни людям, ни животным. А поскольку известно, что всегда лучше предупредить болезнь, чем ее лечить, думать о здоровье костей, связок и суставов своих питомцев надо постоянно. А поможет нам в осуществлении этих грандиозных планов фунготерапия. («Строчок» и Биокальций «Перепелка»)

3. Наблюдать за состоянием зубов животного. В качестве профилактики рекомендуется использовать спрей «Серебрянная вода» (ежедневно после еды) и Биокальций «Перепелка», который способствует укреплению зубов и костей животного.

4. Коррекция зрения. Следите за состоянием глаз собаки. Если в уголках глаз наблюдается постоянное слезотечение, необходимо прочистить глаза стерильным марлевым тампоном, смоченном в растворе «Серебрянной воды». Для коррекции зрения, фунготерапевты рекомендуют «Сморчок».

5. Проводить диспансеризацию (включающую осмотр, исследования крови, кала, мочи, проведения

ультразвукового исследования внутренних органов, при необходимости рентгенологического исследования). Диспансеризацию лучше проводить 2 раза в год, хотя при нормальном самочувствии животного данную процедуру можно проводить ежегодно.

6. Дегельминтизация - регулярное избавление от паразитов - залог здоровья животного (внутренние паразиты способствуют снижению иммунитета, возникновению анемии, диареи, рвоты). Для избавления от паразитов рекомендуются «Лисички», в комплексе с «Дождевиком, или «Трутовиком»

7. Оздоровливающие и противоопухолевые программы «Акура», «Веселка», «Агарик», «Чага».

Помните, что Вы и только Вы в ответе за жизнь и здоровье своего питомца. Многие болезни развиваются постепенно и поначалу просто незаметны. Более того, большинство животных очень терпеливы и могут долго не выказывать беспокойства!

Старость - это не болезнь!!!

Также как пожилым людям, стареющим любимцам требуется особый уход и внимание. В ваших силах предупредить многие болезни, поддерживать животное в хорошем состоянии, улучшить само качество его жизни и продлить ее. Тогда ваш питомец будет долгие годы радовать Вас своей преданностью и любовью.

Здравствуй, дорогие ребята!

Мы рады поздравить вас с наступлением лета и долгожданнами летними каникулами. Сегодня мы предлагаем вам продолжение замечательной повести Валерия Зимины «Жила-была сыроежка» о приключениях прекрасной сыроежки.



«Жила-была сыроежка»

...**Н**адо сказать, что новенький был очень похожим на маслят. На нем такая же шляпка, такая же курточка, как у Масленка Большого и Масленка Поменьше, только штанишки коротенькие и на ляпочках. Новенький уставился на Масленка Большого, еще раз вынул изо рта соску и спросил:

– А ты кто такой?

– Я Масленок Большой! – сказал Масленок Большой.

– А я Масленок По-поменьше, – сказал, чуточку заикаясь, Масленок Поменьше...

Новенький внимательно посмотрел на Масленка Поменьше:

– А ты что, жаика?.

Поменьше опустил голову:

– Не-немножечко.

Малыш тоже понял, что задал бестактный вопрос и тут же исправил свою ошибку, «Мол, это ничего, мол, всякое бывает, с каждым может случиться», и протянул руку:

– Будем жнакомы, Машленок Маленький.

Ох и обрадовались Маслята Большой и Поменьше, взяли за руки и закричали:

– Ура, он тоже масленок! Значит нас уже три масленка! Три замечательных, удивительных масленка!

И стало друзьям так хорошо, так весело, что они даже не заметили, как запели песенку:

**У большой пушистой кочки
Жили-были три грибочка...**

Не успели друзья допеть песенку и закричать куда-то вверх: «Здравствуй, утро, здравствуй полянка и здравствуй, солнышко!» – как на поляне появился...

Если бы надо было дать название следующему эпизоду, я бы с удовольствием назвал его «Чудо четвертое!». Да-да, именно так. После появления на свет трех маслят, на полянку вышло «Чудо четвертое». Это «чудо» тоже гриб, но совсем не похожее на маслят. Шляпка на нем не коричневая, а оранжевая, курточка и штанишки тоже оранжевые и мордочка... Нет-нет, мордочка не оранжевая, а грустная-прегрустная. Вначале грустная-прегрустная мордочка вздохнула, а затем сказала:

– Ох!

Первым удивился Масленок Маленький:

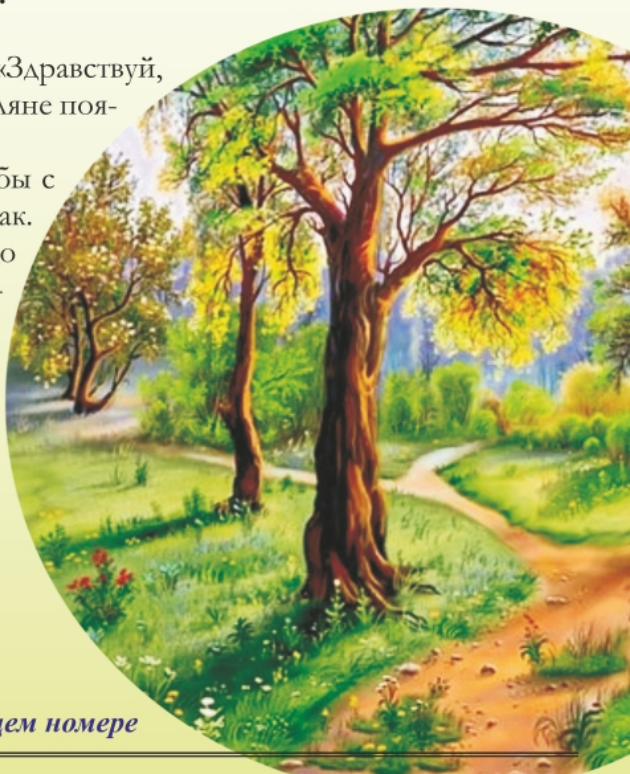
– А ты кто, шолнышко?

Теперь и «Чудо четвертое» удивилось:

– Почему солнышко?

– Ты же крашный, а шолнышко тоже крашное.

Продолжение сказки Валерия Зимины читайте в следующем номере





Центр фунготерапии Ирины Филипповой

- Научные исследования по изучению свойств целебных грибов
 - Разработка, производство и реализация грибных препаратов
 - Разработка оздоровительных методик и программ на научной основе
- Бесплатные консультации по применению

Наши представители

Россия:

г. Адлер – (8622) 33-40-43
г. Белгород – (4722) 53-88-55
г. Владивосток – (4232) 371-291; 707-509
г. Воронеж - 8-906-585-78-45
г. Вологда - 8-921-143-24-56
г. Выборг - (813) 782-80-44
г. Екатеринбург – (343) 213-99-61
г. Ейск - 8-918-6364417
г. Казань - (843) 526-63-75, 251-47-67
г. Красноярск — (3912) 242-66-98, 299-82-82
г. Магнитогорск – (3519) 25-35-51
г. Мурманск - (8152) 25-60-49, 25-66-21
г. Н.Новгород – (831) 436-14-38
г. Н. Тагил — (3435) 43-68-17
г. Омск – (3812) 70-00-37

г. Оренбург - (3532) 72-34-54
г. Пермь – (342) 271-29-86
г. Самара – (846) 242-76-44, 242-76-64
г. Снежинск - (35146) 235-35
г. Тольятти – (8482) 43-22-25, 51-03-03, 50-88-50
г. Тюмень – (3452) 49-47-91
г. Ухта - тел. (82147) 643-50
г. Хабаровск - (4212) 74-96-17
г. Чебоксары - (8352) 343-845
г. Челябинск – (351) 775-39-29
г. Череповец - (8202) 59-80-26

Украина:

г. Киев – (044) 331-60-06
г. Донецк – (062) 754-34-51, (062) 345-92-30
г. Одесса – (048) 743-88-61; (067) 556-01-74
г. Полтава – (532) 28-40-657
г. Севастополь – (050) 283-03-60; (0692) 93-31-11

г. Черновцы – (03737) 3-11-00; (099) 228-05-67
г. Харьков – (057) 72-76-46; (050) 606-72-66
г. Евпатория – (067) 748-08-89;
г. Херсон – (067) 748-08-89; (050) 765-42-44
г. Ив-Франковск – (0342) 71-07-73; (050) 949-09-42
г. Николаев – (095) 193-63-03

Эстония: Нарва – (37235) 482-49, 55-916-627

Беларусь: г. Белоозерск – (01643) 4-04-55, 59-0-95

8-800-5555-170
www.fungo.ru

Справки по телефонам:

в Санкт-Петербурге: **(812) 703-06-44**

в Москве: **(495) 510-49-70, 940-20-13**

Центр Здоровья Ирины Филипповой

Санкт-Петербург, ул. Ал. Невского, д.3 (м. Пл. Ал. Невского),
тел: (812) 972-42-25, 320-66-02, 703-06-44

Онкология

Профилактика и реабилитация после операции и химиотерапии (восстановление формулы крови, подъем специфического противоопухолевого иммунитета, снятие риска возникновения метастазов и рецидива опухоли)

Эндокринология

- Лечение заболеваний щитовидной железы (авторский метод)
- Лечение доброкачественных опухолей любой локализации целебными грибами.

Паразитология

- Профилактика глистных инвазий и грибковых (грибы-микроспидии) поражений организма
- Лечение глистных инвазий и инфекций (микозы, псориаз, кандидоз и т.д.)

NEW

Трихология - лечение волос и кожи головы

- Комплексное обследование с использованием трихоскопа.
- Лечение волос и кожи головы

Тестирование

- Тестирование глистных инвазий по новейшей японской методике сканирования кристаллизованной амилазы (слюны) на 9 видов основных паразитов.

Лечебные массажи

- Массаж для восстановления опорно-двигательного аппарата, и нормальной жизни при артритах, грыжах, остеохондрозе. Снятие болевого синдрома.
- Гарди-массаж – снятие застойных явлений, профилактика заболеваний малого таза, лечение хронических воспалений мочевого пузыря, придатков у женщин и простаты у мужчин.

1. Ингредиенты для теста перемешать. Замесить тесто. Готовое тесто скатать в шар, завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник на 40 минут. Разогреваем духовку до 180 градусов. Берем форму (26 см), распределяем тесто руками по дну и стенкам формы. Тесто часто наколоть вилкой и запечь в течении 10 минут.

2. В кипящую и подсоленную воду опускаем на 2 мин брокколи. Вынимаем, отбрасываем на дуршлаг, чтобы стекла жидкость.

3. На сковороде нагреваем масло, кладем порезанный лук. Слегка его обжариваем и добавляем нарезанные грибы. Обжариваем грибы пока не испарится вся жидкость.

4. Раскладываем на тесто брокколи и грибы. Посыпаем сыром.

В миске смешиваем яйца, сливки и муку, солим, перчим и выливаем на начинку. Запекаем при 180 градусах до зарумянивания примерно 40 минут.

Ингредиенты:**Тесто:**

100 гр. масла
1,5 ст. муки
1 яйцо
2 ст. ложки ледяной воды

Начинка:

800 г заморож. брокколи
400 г шампиньонов
2 луковицы
50гр. сливочного масла
2 ст. л. раст. масла
соль

Заливка:

325 мл сливок
150 г натертого сыра
3 яйца
1 ст. л. муки
соль, перец по вкусу

Пирог с брокколи и грибами



Мясной рулет со шпинатом, грибами и соусом чили

**Ингредиенты:**

700 г говяжьего фарша 250 г шпината
250 г шампиньонов
1 яйцо
100 г оливок без косточек
5 ст. л. овсяных хлопьев
2 ст. л. раст. масла

Для соуса чили:

4 помидора
2 зубчика чеснока
1 острый красный перец
50 мл красного сухого вина
1 ст. л. жидкого меда
0,5 ч. л. зернистой горчицы
соль, перец

1. Готовим соус. Чеснок очистить, из перца удалить сердцевину. Нарезать помидоры на четвертинки и запечь в духовке 40-45 мин., при температуре 200°C. Остудить, очистить от кожуры и размолоть в блендере вместе с чесноком красным перцем. Добавить вино, мед, горчицу, соль и перец. Поставить смесь на огонь и готовить 6-7 мин., пока соус не уварится и не загустеет.

2. Грибы очистить и нарезать тонкими пластинами. Шпинат промыть и обсушить. Оливки нарезать колечками.

3. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить грибы, 6-7 мин., до золотистого цвета. Добавить шпинат и оливки, перемешать и готовить еще 2-3

мин. Снять с огня.

4. В большой миске соединить фарш, овсяные хлопья, соль, яйцо, обжаренные грибы и овощи. Добавить треть соуса чили и 50 мл воды. Тщательно перемешать.

5. Разложить мясную смесь на листе пергамента в виде прямоугольника. Распределить сверху шпинатно-грибную массу.

6. Разогреть духовку до 190 °С. Начиная с короткого края свернуть прямоугольник в рулет, аккуратно отделяя бумагу. Противень сбрызнуть маслом и выложить на него рулет швом вниз. Запекать 45-50 мин. Затем смазать рулет половиной соуса чили и готовить в духовке еще 10 мин. Подать рулет с оставшимся соусом. На гарнир можно приготовить отваренную на пару морковь и картофельное пюре.

Мясо нарезать брусочками, лук - полукольцами.

Мясо кинуть на сковороду и обжарить на сильном огне до образования золотистой корочки. Одновременно грибы и одну луковицу обжариваем на другой сковороде на медленном огне. Когда мясо зарумянилось вводим в него лук.

Через минуты полторы в мясо добавляем грибы, сметану и соевый соус. Убавляем огонь и минут 15-20 тушим. За полторы минуты до выключения добавляем зубчик давленого чеснока. Грибы имеют большую степень ужарки и гарниром быть не могут, в данном рецепте они «соусообразователь» так что параллельно с приготовлением этого блюда можете поставить гововиться гарнир.

Ингредиенты:

свинина - грамм 600
шампиньоны - 300г
3 луковицы
* сметана - 200г
соевый соус - 1 столовая ложка
чеснок - 1 зубец

СВИНИНА В ГРИБНОМ СОУСЕ



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

Подписной индекс
газеты «Грибная аптека»

19320

По каталогу «РОСПЕЧАТЬ»
(с любого месяца)

РОССИЯ



Уважаемые читатели! Обсудить материал газеты, высказать свое мнение, задать вопросы вы можете по тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, www.fungocenter.com. Адрес для писем: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр., 180, кв. 25, редакция газеты «Грибная Аптека». Подписной индекс 19320 по каталогу РОСПЕЧАТЬ.

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр. 180, оф. 25. Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Фаина Т.И. Тираж 2000 экз. Подписано в печать 30.07.2010 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-3036