



Вестник **фунготерапии**
№ 11(19) 2006г.

АПТЕКА

Не дали облысеть - спасибо

У меня очень сыпались волосы - после мытья все дно ванны было покрыто волосами. Думала, что скоро облысею. Дерматолог, правда, успокоил - волосные луковицы не повреждены, это, скорее всего, невроз или еще что-нибудь. Помогли мне ваши грибы **мейтаке, шиитаке и трутовик**. Уже через две недели заметила, что выпадение идет не так агрессивно, а потом и вовсе появился пушок - такое впечатление, что волосы стали активно восстанавливаться.

Алеева П.П., г. Пермь

Российское - это знак качества

Живу на Дальнем Востоке, о грибах слышала давно: весь Китай ими только и лечится. Просила знакомую привезти китайские препараты для лечения миомы, но она переубедила, дескать китайские снадобья она возит только для продажи, своим никогда не продаст, потому что знает, как они производятся, видела эти «фабрики». И слышала, что в ампулы с жидким кордицепсом они заливают обыкновенную воду с глюкозой - никто же это на таможне не проверяет. Поэтому я предпочитаю отечественные препараты, а имя на этикетке - это уже гарантия того, что не будет мошенничества. Выписала ваши **мейтаке** и **веселку** и очень благодарна. Миома за 4 месяца уменьшилась в два раза, теперь операцию уже не предлагают.

Ренская Ольга, г. Владивосток

ФУНГОТЕРАПИЯ открывает свои секреты:

● **Гриб ЯПОНСКИХ ГЕЙШ - МЕЙТАКЕ**



Grifola frondosa

● **Грибные ИСТОРИИ**
подводные грибы и др.

● **Грибной ГОРОСКОП**
на ноябрь

● **Грибная ПОЧЕМУЧКА**

Чуть не стал "Медным всадником"

Мне очень помогает ваш препарат из **дождевика**. Я работаю на вредном производстве, связанном с красками. Постоянные головные боли и желтые белки глаз, правда нам выдают молоко и кисломолочные продукты бесплатно - "за вредность". Но жена говорит, что меня уже можно самого сдавать в пункт по приему цветных металлов - примут безоговорочно. Прочитала в вашей газете или книжке, что **дождевик выводит металлы**, и заставляет меня принимать капсулы. Мне действительно легче с ним стало, а то чувствовал себя уже "Медным всадником".

Аркадин П.А., г. Санкт-петербург

Грибная харчевня
Заготовка на зиму

Подписной индекс
Газеты "Грибная Аптека"
19320
По каталогу "РОСПЕЧАТЬ"
(с любого месяца)



Ноябрь -

Предзимье - так называют эту позднюю осеннюю пору. И действительно - лес уже унылый, грустно смотрятся потемневшие рябиновые и калиновые гроздья на голых ветвях, да и грибы уже самые-самые последние. Вдруг найдется подберезовик на замороженной ножке, или под последними лучами уже неяркого солнышка порадуют глаз стылые шляпки зеленушек, или же последние рядовки прячут обожженные первыми заморозками шляпки. Грибной сезон закончился. Хотя почему? Для некоторых грибной сезон только начинается!

Недаром же мы рассказывали в нескольких номерах газеты о трюфелях, грибных деликатесах. Так вот, **грибная охота на Троицкий трюфель** в самом разгаре. А о результатах сбора российского трюфеля, я думаю, мы узнаем чуть позже - после первых экспериментов наших любителей и профессионалов грибной охоты, потому что наши публикации вызвали серьезный интерес. Действительно, парадокс - 100 лет никто и никогда не разрабатывал эту «золотую грибную тему», сколько же гнезд трюфелей должно было вырасти за это время, и какие залежи «черных бриллиантов» скрыты от глаз? Звонков было очень много, и основной вопрос: как и где можно обучить собаку на собиране трюфелей? К сожалению, пока у нас нет такой «грибной школы для собак», придется обучать своих питомцев самим, но в продажу скоро пойдет книга **И.Филипповой «Троицкий трюфель - идея русского бизнеса»**, где описывается методика обучения собак и приводятся ареалы обитания Троицкого трюфеля. Это для начала. А потом



Мейтаке

уже, мне думается, на основе опыта энтузиастов трюфельной охоты можно создавать и Клуб любителей трюфелей.

Но это в будущем, а в настоящем номере речь пойдет опять же о грибах, целебных грибах. В частности, о малознакомом грибе **мейтаке**, так называемом **грибе японских гейш**. Статьи, удивительно, но факт - этот гриб растет и в наших широтах, и даже многие его видели и знают под русским названием **гриб-баран**. Вкусовые качества этого деликатеса отменные, а целебность вообще бьет все рекорды. Но в нашей стране и странах СНГ он достаточно редок и охраняется законом. Да и целебность гриба все-таки зависит от региона произрастания (на все это очень влияют и почвы, и климат, и дерево, на котором вырастает гриб). Так что, зачастую «Федот, да не тот».

И наконец, нельзя забывать, что на дворе уже ноябрь, а это значит, что надо позаботиться о **подписке** нашей газеты на следующий год. **Наша грибная газета - единственная в России с этой тематикой**, интерес она вызывает огромный, и с 2007 года мы организовываем Клуб любителей грибной охоты, в которой все подписчики нашей газеты будут включены автоматически без вступительного взноса. Удостоверения этого Клуба будут высланы всем подписчикам - бесплатно!

Всегда Ваша гл. редактор Фадина Татьяна

Спасибо и грибам, и массажу



Что за чудо ваш **ауromассаж**! Мне с весом бороться достаточно легко: я быстро худею, и у меня нет зависимости от еды. Хочу - ем, а когда надо похудеть - могу и не есть. На **«системе Ямакиро»** очень быстро сбросила 10 кг в прошлом году, но отметила тот факт, что кожа уже не любит таких быстрых похудений, и видно, что и лицо осунулось, и складки на боках произвольно повисли. А в этом году летом собралась на курорт в Испанию - надо было выглядеть хорошо, решила быстрое похудение подкрепить **ауromассажем**. И это действительно чудо - кожа бархатная, ни единой обвисшей складочки. Головные боли прошли, масса энергии. И главное, продемонстрировала всем вновь проявившуюся талию (заметьте, мне ведь 60 лет!).

Иванова П. И., г. Санкт-Петербург

Мейтаке облегчает климакс



Климакс, кто это уже прошел, сами знаете, что это такое. У меня это было ужас что... На работе было стыдно: вдруг, ни с того ни с сего, становлюсь пунцовой и пот ручьями. По несколько раз в душ бегала, хорошо, что у нас есть такое «излишество», потому что в гостинице работаю администратором. Предложили гормоны, чтобы облегчить это состояние, но стало еще хуже: начались сильные боли. В общем, решила мучиться и ничего не принимать. Исключение сделала для ваших грибов - прочитала в вашей газете письмо дамы с такой же проблемой: ей помогли **мейтаке**. И мне они помогли тоже - во всяком случае, стало намного легче.

Б.Ю., г. Санкт-петербург

Геморрой - шоферу помеха



У вас замечательные свечи из гриба веселки, на себе попробовал и очень доволен. Проблема у меня чисто мужская: геморрой застарелый от постоянной сидячей работы (шофер, конечно, же). Во время обострений - хоть не работай. Попробовал свечи веселки и просто ожил - снимают жжение и боль, прошла кровоточивость, и узел за 3 дня (!) ушел.

В.В., г. Сочи

Народ любит мухомор



Заказала вам по телефону 30 упаковок крема «Мухомор», а девушка ответила, что это оптовая поставка, и я какие-то документы должна представить. Может, заподозрила меня, что я тут же начну спекулировать им? Так это просто все мои сотрудницы просят заказать заодно и для них - я в школе работаю. Однажды показала им, чем я убрала **варикозную сеточку** на ноге, вот всем и понадобился крем. А крем у вас замечательный!

Извекова Т.П., г. Самара

От ред. - Не волнуйтесь, частный заказ может содержать любое количество препаратов. Наверное, наш администратор просто хотела вам сделать скидку на оптовую партию. При возможности перезвоните по номеру (812) 703-06-44.

Гриб японских гейш -

МЕЙТАКЕ

Этот японский древесный гриб не так знаменит, как его «порфиноносный» собрат – *шиитаке*, который даже занесен в книгу Гиннеса (по количеству статей и монографий о его целебных свойствах. Этот гриб не имеет себе равных среди себе подобных).

Мейтаке (от япон. *maitake*) переводится как **“танцующий гриб”**. Одни говорят, что это название он получил потому, что в давние времена нашедшие его плясали от радости, т.к. этот гриб можно было обменять на столько серебра, сколько весил сам гриб. А весить он может до 30-40 кг!

Другие говорят, что это название он заслужил из-за своего вида: отдельные его “лепестки”, накладываясь друг на друга, очень похожи на бабочек в диком танце.

Грибные гурманы называют его еще **“куропаткой”** (думаю, что из-за его вкуса), а некоторые “головой овцы” (что собственно переключается с одним из его русских названий - **“гриб-баран”**).

Мейтаке, хоть и скромнее по своим целебным свойствам, но среди японок он пользуется не меньшей популярностью. **У него есть четыре удивительных свойства, за которые его ценят с давних пор все японские женщины - от полувоздушных гейш до матрон семейств.**

О первом его свойстве снижать вес мы уже упоминали в № 04(12) 2006г, когда рассказывали о системе “Ямакиро”.

Именно это его свойство и дало ему



название – **гриб японских гейш**. Хрупкие гейши в силу особенного японского этикета в средние века обязаны были откусивать все подаваемые их гостю яства. Этим они доказывали, что в этом заведении нет намерения сводить счеты с почетными гостями, и даже если кто посягнет добавить яду в изысканное кушанье – пострадает прежде всего безропотная гейша. Может быть, для здоровья гейши это было не столь разрушительно, а вот хрупкость приходилось беречь. И здесь приходил на помощь гриб **мейтаке**. У каждой гейши всегда был наготове порошок из этого гриба – они либо **сыпали его себе в еду, либо пили**

отвар или настой мейтаке. И были хрупки и полувоздушны, даже явно перебирая в калориях.

Как бы странно это ни выглядело, но только в двадцатом веке, да и то в Женском Колледже Ямагучи в Японии решили **научно подтвердить давно известные в народе свойства древесного гриба мейтаке (*Grifola frondosa*)**. Проверяли, как обычно, на крысах. Об этом 18-недельном эксперименте мы также уже рассказывали, но уточним лишь то, то лучше проявлял свои свойства порошок из сухих грибов **мейтаке без тепловой обработки**. Крысы, которые не получали в пищу грибного порошка, продолжали набирать примерно 40 г веса, тогда как крысы, которые получали в пищу именно такой грибной порошок, весили примерно на 40 г меньше начального веса за тот же период. Для крысы весом 350 г это большая потеря веса. При употреблении в пищу **мейтаке** для получения такого же действия **грибы не следует подвергать нагреву: исходя из опытов** при нагревании грибного порошка в воде до 122° по Фаренгейту, потеря веса у крыс снижалась на 20 %. При 140° - потеря веса снижалась на 80 %, а при нагреве до 212° вес вообще не снижался.

Уже позднее было проведено достаточно серьезное исследование в одной из клиник Токио с участием 30 человек с

продолжение на стр.7

Где можно получить консультации по лечению целебными грибами?

Бесплатную консультацию по применению препаратов из лекарственных грибов производства ООО “Шиитаке” можно получить в “Центре Фунготерапии Ирины Филипповой”, г. Санкт-Петербург, г. Москва и в магазинах “Грибная аптека”.

Предварительная запись по телефонам:

(812) 271-28-98, 717-17-11, 717-87-84, 575-57-97, 703-06-44, 740-37-61, 974-07-80,

(495) 941-30-10, 510-49-70, 940-20-13, 940-08-49, 656-61-76. Желательно с собой иметь выписку из истории болезни. Консультации проводят квалифицированные врачи-фунготерапевты.

Внимание! При Центре Фунготерапии открылся **Центр Здоровья**, где также можно проконсультироваться по грибным препаратам, а также получить помощь различных специалистов. Подробнее о Центре читайте в нашей газете.

Телефон Центра Здоровья И.Филипповой **(812) 320-66-02**

Адреса магазинов “Грибная аптека”.

Санкт-Петербург

1. Невский пр., дом 180, оф.25, ст. м. Площадь Александра Невского, тел: (812) 271-28-98, 717-17-11;

2. ул. Колокольная, дом 3, ст. м. Владимирская, Достоевская, тел: (812) 575-57-97, 974-07-80.

г.Москва

1. Хорошевское ш-се, д. 68, корп. 5, ст. м. Полежаевская.

Тел: (495) 940-20-13, 940-08-49, 941-30-10;

2. Пр-д Нансена, д. 6, корп.3, ст.м. Свиблово.

Тел: (495) 656-61-76, 510-49-70

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

Наши представители

Беларусь: г. Белоозерск - (01643) 4-04-55, 59-0-95, г. Минск - (029) 685-24-21

Болгария - 00359 (2) 952-51-99, 00359 - 888-95-03-96 (в т.ч. Греция,

Македония, Испания, Румыния, Турция, Сербия)

Украина (г. Донецк) - (062) 349-01-61

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

Екатеринбург - (343) 213-99-61

Омск - (3812) 70-00-37

Пермь (342) 271-29-86

Самара - тел. (846) 276-01-26, 270-93-01, 276-01-06

Тюмень - (3452) 62-26-13

Челябинск - (351) 775-39-29

В Центре можно узнать телефоны других представителей: Ангарск, Барнаул, Белгород, Благовещенск, В. Новгород, Вологда, Выборг, Горно-Алтайск, Западная Двина, Ейск, Казань, Калининград (обл.), Киров (обл.), Кострома, Новокузнецк, Новосибирск, Мурманск, Омск, Оренбург, Пятигорск (кавказ. Мин. воды), Ростов-на-Дону, Снежинск, Сочи, Сызрань, Тольятти, Ухта, Хабаровск, Чебоксары, Череповец, Якутия (Саха).



МЕЙТАКЕ - гриб, который широко применяют в лечебной практике Китая и Японии, сейчас его повсеместно стали использовать и в западной натуропатии. Спектр действия **МЕЙТАКЕ** очень широк, и с каждым новым исследованием он становится еще больше. Было уже доказано, что **МЕЙТАКЕ** не только является **ЖЕНСКИМ** грибом, но и снижает сахар и может использоваться в лечении сахарного диабета, повышает иммунитет, помогает сохранить кальций в организме, и др...

Как принимать и при каких заболеваниях использовать **МЕЙТАКЕ** подробно рассказывает И.А. Филиппова.

Есть ли какие-нибудь противопоказания при приеме мейтаке?

Самые обычные - индивидуальная непереносимость, беременность и лактация, не стоит давать их детям до 5 лет (у них еще не сформирована ферментная активность печени).

Я слышала, что в мейтаке есть вещества, которое разрушает витамин В, и нужно дополнительно этот витамин принимать...

Это вещество присутствует только в свежих грибах. В биодобавках «**Фунго-Ши Мейтаке**» это вещество не присутствует, и дополнительно витамин В принимать не нужно.

У меня очень тяжело протекает климакс, я бы хотела принимать «мейтаке», но боюсь, так как у меня нарушена функция печени, а любые грибы тяжело усваиваются. Не будет ли это нагрузкой на печень?

Нет. Тяжело усваиваются грибы жареные, вареные, а также соленые и маринованные, так как там в

неизменном виде остается целлюлоза и хитин, которые действительно плохо усваиваемы. Биодобавка «**мейтаке**» - это очищенный экстракт гриба мейтаке, то есть там целлюлоза и хитин присутствует в минимальных количествах.

У меня огромная миома на матке, часто бывают кровотечения. Врачи настаивают на операции. Могут ли мейтаке убрать мою миому?

Здесь нужно верить врачам и согласиться на операцию - другого выхода в данной ситуации я не вижу. А вот потом обязательно принимать мейтаке, чтобы предотвратить появление опухолей, например, в груди или щитовидной железе.

Можно ли похудеть, принимая мейтаке?

Для похудения у нас разработана специальная система «**Ямакиро**», в которую входят три гриба - шиитаке, мейтаке, трютовик. Каждый гриб трудится на «своем фронте», но вместе они очень

«дружная команда», поэтому и похудение идет ровно и эффективно. Отзывов у нас очень много, вот например, такое письмо: «Сбавила за месяц 12 кг на системе «**Ямакиро**» - с 98 кг до 86 кг. Очень довольна, практически нет ни обвисаний, ни дряблости кожи...»

Янаева Т., г. Санкт-Петербург

Программа «**Малахов +**» специально приглашала к себе на передачу даму (Комарова Н., г. Снежинск), где она продемонстрировала свой пиджак 62 размера (до похудения на грибах) и себя - стабильный 50 размер (после применения системы «**Ямакиро**»). Но это, конечно, результат не двухмесячного усилия, она провела три курса «**Ямакиро**» с перерывом в два месяца.

Можно ли принимать мейтаке профилактически?

Желательно каждой женщине, особенно, если уже назревает климакс, два месяца в году принимать мейтаке по 2 капсулы вечером для того, чтобы климакс прошел ровно и безболезненно. Мейтаке очень мягко выправляет гормональный дисбаланс в это время.

А моей подруге «бальзаковского возраста» врач-фунготерапевт назначил мейтаке от остеопороза. Почему? Это же не кальций.

Очень важно не только ввести в организм недостающий ему кальций, но и удержать его в организме, что собственно и помогает делать этот гриб - связывает кальций и не дает ему вымываться. Но назначать его можно практически в любом возрасте, а не только в климактерический период - ведь остеопороз в последние годы так помолодел!

А мужчинам можно принимать мейтаке?

Несомненно. Мейтаке имеет противоопухолевую активность вне полового предпочтения. Мужчинам назначается и при сахарном диабете вместе с шиитаке, и при опухолевых образованиях вместе с другими грибами.

Может ли вызывать мейтаке аллергию?

Мейтаке - гриб не аллергенный, у нас не было таких жалоб.



Консультации проводят:

- > доктор-фунготерапевт Ирина Филиппова,
- > иммунолог,
- > онколог (маммолог, онко-дерматолог, онкопроктолог, онкопульмонолог),
- > эндокринолог,
- > паразитолог,
- > диетолог-гастроэнтеролог (натуропат),
- > дерматолог,
- > психолог,
- > фитотерапевт, апите-рапевт,
- > оториноларинголог.

Дополнительные услуги:

- > массаж: коррекционно - восстанавливающий (с применением мягкой мануальной терапии, акупунктуры и рефлекторно-сегментарного массажа);
- косметический (с применением вакуумной терапии; подтяжка кожи лица и шеи, коррекция фигуры);
- > ионофорез серебряной водой;
- > ультразвуковые ингаляции (с применением серебра и эфирных масел);
- > группы для часто болеющих детей (используется методика Б.С.Толкачева);
- > диагностика: гельминтов по анализу слюны; уникальная миникомпьютерная система «аэли-та» (возможно проведение иммунотеста);
- макуладиагностика (оценка состояния здоровья по цветовосприятию человеческого глаза), методом медицинской радиэстезии;
- > возможен выезд специалистов на дом (в том числе онколога).

Телефон Центра Здоровья: (812) 320-66-02

Подводные грибы

Это было в августе 1975 года. Я вместе с соседом по даче Вадимом Евгеньевичем Молодецким выехал в сторону железнодорожной станции Малукса Ленинградской области. До этого в течение недели лили продолжительные дожди. Стояла очень теплая погода, температура доходила до +24 градусов. В лесу росло много разных грибов. Особенно часто встречались необыкновенно крупные опята. Отводы некоторых берез были буквально облеплены ими до пяти метров высотой! Встречалось много и крепких осиновиков. Попадались и белые, но почти все червивые. Для того, чтобы попасть в одно известное нам грибное место, предстояло пройти заполненную водой низину.

“Ну уж нет, - сказал Вадим Евгеньевич. - Я приехал собирать грибы, а не ловить рыбу. Ты иди, а через час возвращаемся на это место”.

Мы разошлись. Мне пришлось снять брюки, так как воды было выше колен. Пройдя несколько метров, я обратил внимание на высокие кочки. На первой из них росло несколько белых грибов. Оглядевшись, заметил, что и на других кочках тоже много белых грибов. Начал срезать. К большому моему огорчению, все они оказались червивые. Маленький грибок, чуть больше наперстка, и тот весь источен личинками насекомых. Обратил внимание на покрытую водой кочку. Прямо из-под воды вытащил росший на ней белый гриб. Он был твердый и на его блестящей от воды шляпке отражалось солнце. Разрезал - чистый, ни одной червоточины. Стал обследовать кочку за кочкой. На многих из них под водой находились белые грибы - и все хорошие!

Через час мы встретились с Вадимом Евгеньевичем, Увидев мой “улов”, он молча принялся снимать сапоги и брюки. Более двух часов мы “ловили” белые грибы под водой. Общий итог сбора - около четырех сотен первосортных грибов!

История И.А. Дмитриева



бы, да еще находясь в лесу!

Разговорились. Хозяин собачки рассказал, что в течение двух зим он тренировал своего пса. Сначала клал в мешочек несколько штук белых сушеных грибов, прятал его и командовал: “Искать!” В случае отыскания грибов, пес получал конфетку. Применил этот метод тренировки в лесу. Пёс безошибочно и быстро находил белый гриб, и, не отходя от него, лаем возвещал о своей находке. Он разыскивал только белые грибы.

...Спустя год я встретил в автобусе хозяина собачки, натренированной искать грибы. Он выделялся среди грибников почти пустой корзиной. На мой вопрос, почему у него так хило со сбором, он с грустью ответил: “Нет у меня теперь помощницы. Погибла. Под машину угодила...”

Историю рассказал И. Семич

Грибы под снегом

Был конец сентября 1965 года, но осень выдалась теплой - как говорят, наступило настоящее “бабье лето”. В один из погожих дней вместе с женой и маленьким сынишкой я отправился в очередной грибной вояж. Прибыв в Красницы, мы сразу же ринулись в глубину леса, считая, что у железной дороги все уже собрано.



Погода стояла солнечная, и ничто не предвещало ее существенных изменений. Но вскоре небо стало хмуриться, похолодало, скопились черные тучи. Мы поспешили

к станции. Но дойти до нее не успели, пошел мелкий холодный дождик, а затем... большими хлопьями густо повалил снег! Это было так неожиданно, что мы оторопели и спрятались под густой елью. Но также неожиданно снегопад окончился, вновь вышло солнце. И снег, покрывший землю десятисантиметровым слоем, на глазах стал оседать. Мы оказались свидетелями очень эффектного явления: сквозь снежный покров тут и там стали проступать... шляпки осиновиков.

Это удивительное зрелище продолжалось не более 10 минут, в течение которых мы сумели наполнить свои корзины. Затем лес принял свой обычный осенний вид и ничего не осталось от этого уникального природного явления. Но в нашей памяти оно сохранилось на всю жизнь.

Историю Д.Ф. Никифорова

Сегодня в этой рубрике мы поговорим о том, **Нужно ли жить с бородавками и родинками,** с онкологом нашего Центра Здоровья **Евгением Лебедевым.** Публикаций на эту тему очень много - и в каждой начинают запугивать народ: это, дескать, один шаг до меланомы или рака кожи. А что делать и как избежать этого - как правило, забывают сказать...



Корр.: Евгений, вот случай из личного опыта. У меня большая родинка с рождения на внутренней стороне бедра. Для женщины это явное неудобство - и колготками ее натирал, и брюками, да еще мочалкой заденешь... И она стала побаливать. Я районному онкологу. Он бросил взгляд и без комментариев выписал направление на удаление, а это значит, надо пройти кучу анализов, обойти всех врачей, да еще потом поехать куда-то к черту на кулички и сутки пролежать в больнице. Я стала мазать ее гидрокортизоном - и все прошло. Может не надо нагнетать лишнего страха у людей?

Е.Л.: Надо, непременно надо объяснить, что может быть, если родинку травмировать. Особенно, если родинка расположена именно в таком месте. Да, перерождение травмирующихся родинок встречается достаточно часто (в 10-15% случаев). И эта опасность увеличивается с возрастом. И где гарантия, что это не случится именно с вами? У меня была пациентка - умница-красавица 20 лет отроду, пришла показать родинку: она ее нечаянно ногтем поддела и та стала кровоточить. Я успокоил ее тогда (а зря!), что все нормально, она не раковая, но удалить необходимо очень быстро. А умница-красавица обрадовалась, что все в порядке и забыла мои рекомендации, и пришла ко мне через пять лет, когда вовремя не удаленная родинка превратилась в меланому. Погубленная жизнь из-за глупого легкомыслия.

Корр.: То есть, мне срочно надо бежать удалять родинку? И делать кучу анализов? А лазером можно?

Все намного проще. Я осматриваю родинку и если не вижу ничего подозрительного, то самостоятельно ее удаляю в одной из онкоклиник (где являюсь сотрудником). Делать анализы и обходить врачей совершенно не нужно. Удаление занимает не более 20

минут, и с легкой повязкой пациент отправляется домой. Все! Опасность миновала. Но самое главное, что обычно не делают в частных клиниках - удаленную родинку не отправляют на биопсию! То есть, не проводят анализ на наличие опухолевых клеток. Удаление лазером родинок недопустимо именно потому, что лазером ее буквально выжигают и просто нечего посылать на анализ. А это чревато...

Поэтому **первое правило - родинки нельзя удалять лазером!**

Корр.: А какое второе правило?

Е.Л.: Второе правило - родинки нельзя удалять самому. Сейчас появилось в аптеках средство для удаления папиллом и т.д. - «суперчистотел». Так вот, у меня косяком народ пошел - пробуют выжечь родинку, капают на нее этим средством - боль, воспаление, родинка распухает, кровоточит - выжиганию поддаваться не хочет. Срочно удаляю, но на фоне воспаления заживление идет с формированием грубого рубца. Но что делать? Жизнь дороже. То же самое бывает и с бородавками, и с папилломами. А если удалось кому-то выжечь этим средством небольшую родинку - это тоже достаточно опасно, если там были онкоклетки, процесс может пойти неконтролируемо.

Корр.: А третье правило, как я понимаю, - бережно относиться к родинкам, бородавкам и папилломам, и ни в коем случае их не задевать?

Е.Л.: Нет, неверно. Как бы бережно вы ни относились к ним, все равно не известно, когда они могут «рвануть». Это то же самое, что носить с собой связку гранат - и постоянно заботиться, чтобы не взорвались. А надо ли? Не проще ли удалить родинки и забыть о них? Поэтому, **третье правило - удалять родинки без сожаления,** тем более, если они находятся в травмоопасных местах.

Корр.: А с бородавками что делать? Они же не перерождаются?

Е.Л.: Поверьте, бородавки - это не лучшее украшение ни для женщины, ни для мужчины. Как-то ехал в купе с одной милой сорокалетней дамой - обаятельна, хороша собой и... все впечатление портят две большие бородавки на крыльях носа. Я извинился и как онколог, все-таки поинтересовался, почему она не удаляет их? «Как? - невероятно удивилась она. - А разве можно? Я всегда была уверена, что их трогать нельзя, чтобы кожный рак не получить. Понимаю, что безобразно, но терплю и ношу их уже лет 20. А шрама точно не будет?»

Поэтому, **правило четвертое - бородавки можно и нужно удалять всегда и это вполне безопасно.**

Нос настолько хорошо кровоснабжается, что даже после удаления большой злокачественной опухоли заживление идет практически без следа, за исключением маленького пятнышка, разгладить которое можно лишь под увеличительным стеклом. Бородавки нужно удалять везде, так как нечаянно сорванная бородавка хоть и не вызывает меланому, но может привести к сильному воспалению и даже заражению крови, а иногда и к перерождению.

Корр.: А что делать с папилломами?

Е.Л.: Тоже удалять, но разумно. У меня был на приеме мужчина, который самостоятельно начал удалять папилломы (3-4 штучки), и через некоторое время покрылся буквально весь этими наростами. И больше не стал их удалять. В районе паха вид был ужасный - словно коврик в ванной - такой бахромчатый. Пришлось повозиться: во-первых, все удалять, каждую папилломку, а во-вторых, назначить лекарственные грибы, которые как следует вычистили печень и «переломили» опухолевый процесс в организме. После этого такого выброса папиллом у него уже не было.

Корр.: Евгений, вы занимаетесь только кожными новообразованиями?

Е.Л.: Конечно же нет. Являясь районным онкологом и онкохирургом специализированного онкоцентра имею возможность оперировать до 1000 пациентов в год с такими заболеваниями, как рак кожи, рак молочной железы, меланомы. Уделяю большое внимание вопросам реабилитации больных и профилактики рака. Консультации возможны не только в Центре Здоровья, но и на дому.

Беседу вела Ольга Голдованская

Гриб японских гейш - Продолжение. Начало на стр.3

избыточным весом, которые получали в диете грибы. Оно показало, что пациенты потеряли от 6,6 до 26,4 фунтов веса (от 2,5 до 14 кг) за 8 недель. Д-р медицины Масанори Йокота из клиники Косеикаи в Токио объяснял, что **ежедневная доза всего в 2 грамма сухого порошка мейтаке дает уже серьезные результаты.** Кроме добавок из грибов мейтаке, пациенты ничего не меняли в своем обычном рационе.

МЕЙТАКЕ

В Центре Фунготерапии И.Филипповой разработан препарат "Фунго-Ши Мейтаке", входящий в уже зарекомендовавшую себя систему снижения веса лекарственными грибами "ЯМАКИРО". Мы уже подробно рассказали о двух грибах, входящих в нее: **трутовик лиственный и шиитаке.** Вот теперь настала очередь и этого удивительного гриба. Сколько писем получено нами о том, что именно благодаря мейтаке **уходят объемы (и именно там, где нужно), а не просто килограммы!** И это в тех случаях, когда уже ничего поделать было практически невозможно, а оставалось лишь смириться со своими все увеличивающимися объемами.

Второе его удивительное свойство – уменьшать *климактерические* явления у женщин.

Доктор медицины, гинеколог, Касуко Исудзе утверждает, что **прием настоя или настойки** этого гриба способен **снизить частоту приливов крови, потливость, снять раздражительность** во время климактерической перестройки женского организма. Кроме того, этот гриб прекрасно **выводит холестерин**, что очень неплохо в этот период.

Третье его свойство – способность снижать и устранять неприятные явления *предменструального синдрома* – раздражительность, тянущие боли, головные боли, слабость и утомляемость.

В XIV в. китайский врач Ву Руи (Wu Rui) утверждал, что грибы мейтаке очень полезны при лечении разных форм женских недомоганий. Вероятно, он является не единственным врачом, кого следует отметить в связи с этим открытием. В 1981г. на **Конгрессе Венгерского Общества Микробиологов** венгерский ученый д-р Л. Глейти и его коллеги заявили, основываясь на результатах собственных опытов по воздействию мейтаке в гинекологии, что применение грибов в "знахарской терапии" имеет, вероятно, такую же древнюю историю, как и человечество. Они утверждали также, что **это новое поколение лекарств**, которые перевернут представление медиков о взгляде на эти проблемы.

Четвертое свойство - уже доказанное, реальное влияние полисахаридов группы В, которые находятся в грибах мейтаке, на поднятие иммунитета.

Тот же Ву Руи рекомендовал **принимать настой или настойку** этих грибов, чтобы не заболеть во время **чумных эпидемий**, бушевавших на Востоке. В Японии прошли клинические испытания, где выделили вещество, способное воздействовать не только на **патогенные бактерии, но и на вирусы, вызывающие грипп.**

И это еще далеко не все. Список его свойств постоянно растет. Уже доказано, что он оказывает помощь не только при проблемах ожирения, но и в случае женских **опухолей (кист, миом, фибромиом, опухолей груди), при профилактике рака, как иммуностимулятор для онкобольных и ВИЧ-инфицированных, как сахароснижающее для диабетиков и др.**

В естественном виде мейтаке растет в восточной Канаде и США, Японии, Китае, Дальнем Востоке, где можно найти на лиственных и хвойных деревьях большие серо-коричневые скопления грибов, достигающие двадцати дюймов. В европейской части России и в странах СНГ этот гриб известен как **грифола-курчавая или гриб-баран**, правда занесен в Красную книгу (еще во времена Союза). Высушенные грибы становятся дымчато-серого цвета и похожи на древесный лишайник.

Хотя вкус у этого гриба очень пикантный, даже чем-то напоминает вкус корнуэльской курапатки, злоупотреблять употреблением грибов в пищу не стоит, т.к. есть мнение, что в **сыром грибе мейтаке** содержится какой-то неизвестный элемент, который разрушает тиамин (витамин В¹), поэтому дополнительно надо в рацион включать пищу, богатую этим витамином или принимать витаминны.

В статье использованы отрывки из книги И.Филипповой "Лечение лекарственными грибами"

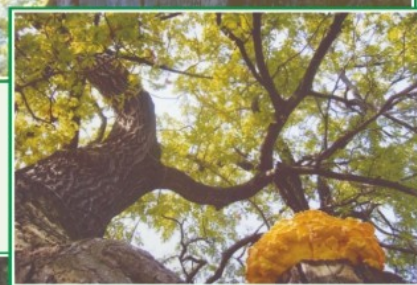
"Гриб-2006"**КОНКУРС! фотографий**

Фотографию на конкурс принес Малик Вячеслав Васильевич из Санкт-Петербурга. Такой великолепный Серно-желтый трутовик он сфотографировал на старом дубе в ЦПКиО им.Кирова (о.Елагин) во время Грибного фестиваля-2006. А другая его фотография под названием "Грибник Толя" просто настраивает на улыбку и хорошее настроение.

Спасибо и удачной фотоохоты!



Трутовик серно-желтый



"Грибник Толя"

Напоминаем:

Для победителя конкурса редакция учредила главный приз - **хлебечку**, а также 3 приза по 300 рублей. Фотографии должны быть **хорошего качества**. Присылать можно по почте на адрес редакции или по e-mail, которые указаны на последней странице газеты. Желаем Вам **удачных фотонаходок!**

Правда ли, что из грибов-трутовиков шили одежду?



Название "трутовик" появилось не случайно. До изобретения спичек высушенную ткань этих грибов применяли в качестве **трута**, т.е. материала, который воспламенялся при попадании на него высеченной с использованием кремния искры. Среди огромного количества трутовых есть один, который даже носит название, связанное именно с этим его свойством - **igniarius**, т.е. "легковоспламеняющийся". Позднее это использование трутовиков было забыто, но название осталось и по сей день.

Было у этих грибов и ещё одно любопытное применение - изготовление материала, представляющего собой нечто среднее между кожей и войлоком. Для этого нижний (трубчатый) слой гриба отделяли от верхнего и вымачивали в течение одного месяца в щелочном растворе, затем отбивали молотком и в случае необходимости подвергали тиснению. Из такого материала можно было шить куртки, шапки, рукавицы и т.д.

Именно с этим промыслом связан один исторический факт: в прошлом веке в Германии из материала, полученного из одного огромного трутовика, была сшита ряса для архиепископа Фрайбургского.



Правда ли, что из грибов делают алкогольные напитки?

Да, в Южной Корее президента В.В.Путина угощали вином из целебных грибов **рейши**, в Китае существуют **настойки грибов на рисовой водке (саке) - sake tamano**, которые используют для поднятия жизненных сил (как у нас смородиновые настойки), а в Америке большой популярностью пользуется... **пиво из шиитаке**.



Какие грибы были занесены в книгу рекордов Гиннеса?

✓ **Самые большие:**
гриб-дождевик Galvatia gigantea, обхватом 194,3 см найден в 1985 г. в Висконсине (США), в Вашингтоне (США) в 1946 г. обнаружили **трутовик Oxurogus (Fomes) nobilissimus** размером 142x94 см, **массой около 136 кг**.

✓ **Самые ядовитые:**
виды рода мухомор (*Amanita*). Один из самых ядовитых - **бледная поганка (Amanita phalloides)**.

✓ **Самое высокое содержание грибных спор** в воздухе:
161037 штук в 1 куб.м зарегистрировано в 1971 г. около Кардиффа (Великобритания).

✓ **Самые старые:**
возраст антарктических корковых (накипных) **лишайников** диаметром свыше 100 мм составляет как минимум **10 000 лет**.

До каких размеров могут вырастать трутовики на деревьях?

Вес плодового тела у крупных экземпляров может достигать 20 кг. В Великобритании, например, в настоящее время на территории микологического института (г. Эдем) растёт трутовик диаметром около 4 м. **Самый большой по массе съедобный трутовик** был найден в



трутовик

США, его вес составил **32 кг**. Среди трутовиков встречаются настоящие долгожители, возраст которых исчисляется десятками - до 80, а то и 100 лет!

А у нас на стр.7 в рубрике "Фотоконкурс" представлен также не менее привлекательный **трутовик - серно-желтый**, который относится как раз к съедобным, а его размеру любой трутовик "позавидует"!

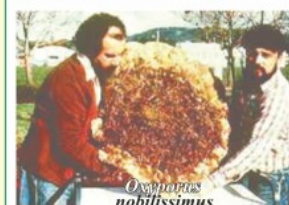
Слышала, что есть не только сумчатые животные, но и сумчатые грибы. Это правда?

Да, такие сумчатые грибы встречаются на родине всех "сумчатых" - в Австралии, а также в Южной Америке. Этот шарообразный бледно-желтый гриб паразитирует на ветвях родственных нашему буку деревьев из рода *Nothofagus*. Называется этот гриб **Cyttarina darwinii** по имени ученого Чарльза Дарвина, который его и открыл в конце мая 1834 года на побережье Огненной Земли. Тогда он был важной частью рациона аборигенов, потому что другой растительной пищи тогда они не знали, но и до сих пор в Чили едят различные виды этого гриба (*C. espinosae*, *C. johowii*).

Будете в Чили - попробуйте!



Galvatia gigantea



Oxurogus nobilissimus



Amanita phalloides



грибные споры



накипные лишайники



Cyttarina darwinii



Здравствуйте, дорогая редакция!

Прочитала письмо о Филиппихе, как она в войну всех грибами лечила, и решила написать о своей бабке, она тоже хорошо знала травы и грибы. Звали ее Зинаида Васильевна Устинова, а знали ее в Волосковском районе как бабу Зюню, всех лечила, отговаривала порчу и сглаз, вылечивала рак и родимчик у детей. Умерла лет 10 назад, да ее еще и сейчас помнят.

Я была самой младшей из всех ее внуков и жила у нее подолгу: родители в коммуналке жили, да и работали на заводе, мною заниматься некогда было. А бабушка меня к травам да грибам лечебным приучала. Брала мы две корзинки - ее большую и мою маленькую и шли за грибами, в свою она собирала грибы для соленья, а меня просила грибы особые собирать - мухоморы или дождевики, или оранжевую алеврию.



Алеврия оранжевая



Дождевик

Из мухоморов она настойки делала. Я помню, пришла к нам незнакомая женщина, ревмя рыдала - корова заболела, ветеринар сказал резать, а она тельная (то есть теленка носила), куда резать. Бабушка корову тогда спасла - через воронку ей заливали в горло настои трав каких-то и настойку мухомора, и клизмы такие делали. Корова отелась, и жила еще долго.

А дождевиками я занималась - резала их на половинки, и мы их сушили в печи, потом или заваривали как чай, или в порошок мололи - и так давали при болях в животе и желудке, при поносах. Бабушка отпаивала дождевиком одного мужика, который вместо водки выпил какую-то дрянь: олифу, что ли. А еще я собирала уже совсем старые дождевики, те, из которых облачко пыли вылетает, вот эту пыль и собирала в банку. Баба Зюня ее на раны насыпала, чтобы они не гноились. И тоже помню случаи, когда парня привели - у него рука распухла до синевы - «рожа». Вот эту рожу бабушка отчитывала и накладывала повязки с внутренним салом свиным и пылью дождевиков. А то и просто сыпала этим порошком на гнойные раны.

Потом, уже в школе, я стала стесняться своей бабушки, учителя на меня косились - внучка этой богомолки, там сплошное невежество: иконы да ворожба. Постоянно в классе учительница биологии говорила, что есть у нас еще невежественные темные старухи, которые дурят честных людей и только думают о наживе. Мальчишки меня дразнили ведьмачкой, девчонки шпыняли постоянно - у нас бабушки пенсию получают и никого не обманывают... Я плакала и наотрез отказывалась куда-нибудь ходить с бабушкой, а сама потихоньку стала выбрасывать ее пучки с травами да банки с грибами - думала, кончится все у нее и перестанут к ней люди ходить. А потом упростила родителей меня в городскую школу отдать. Приезжали потом к бабушке наездами - помочь картошку посадить да урожай собрать. Мама моя тоже на нее сердилась - дескать, свекровь только нас позорит - и деньгами мы ей помогаем, и сад у нее, и огород, и живность всякая, а она все к себе народ приваживает, сколько уже штрафов заплатила (в пятидесятые годы участковый выписывал штрафы за незаконную трудовую деятельность - кто, например, на рынке торговал, или на дому платья шил, или еще что). Денег после себя она не оставила, правда уже кто-то порылся - подушки были испорчены и одежда в шкафу перевернута. Если что и нашел, то по нынешним деньгам - мелочь. За лечение брала продуктами или рубль-два.

Зато помнят ее и до сих пор. Люди, которые у нас домик купили, говорили, что и через пять лет покоя не было - ехали со всей области лечиться, не знали, что умерла. Вот тогда я и поняла, что все те бабушки, которые честно только пенсии получали, лежат на кладбище, и про них уже и родные забыли, а бабу Зюню еще долго помнить будут.

Кузьменкова Е.Р., г. Колпино



Центр Фунготерапии в Москве

В Центре Фунготерапии и в "Грибных Аптеках" г. Москвы вы можете:

- ✓ получить полную информацию по применению препаратов на основе лекарственных грибов;
- ✓ купить или заказать наложенным платежом препараты и литературу по фунготерапии.

Адреса и телефоны "Грибных Аптек":

1. Хорошевское ш-се, д. 68, корп. 5, (495) 941-30-10 ст. м. Полежаевская.
2. Пр-д Нансена, д. 6, корп.3, (495) 656-61-76 ст.м. Свиблово.

Система похудения

Курс рассчитан на 1-2 месяца.



ЯМАКИРО

- Мейтаке 1 упак. (капс.х60)
- Трутовик 1 упак. (капс.х60)
- Шиитаке 1 упак. (капс.х60)

- Похудение от 5 кг в месяц;
- нормализация женской половой и гормональной сферы;
- противоопухолевая и антигрибковая профилактика;
- гепатопротектор.

(812) 717-17-11, 703-06-44, (495) 510-49-70, 941-30-10

Доктор Свитенкова Ирина Константиновна



Лечение: ИБС, гипертонии, головных болей, глаукомы, диабета, заболеваний ЖКТ, женских болезней, ожирения, болезней кожи, депрессий, страхов, последствий стрессов и др.

● **Су Джок акупунктура** (иглорефлексотерапия на ладонях)

- **Медицинская радиэстезия** (биолокация)
- ◀ **диагностика организма, контроль эффективности лечения**
- ◀ **подбор натуропатических препаратов** (трав, грибов, эфирных масел)

Справки и запись по тел.: (812) 926-39-07

Крем «Мухомор»

НОВИНКА



✓ **Применяется при:**

онкологических язвах, тромбозах, тромбофлебитах, фурункулезе, инфицированных ранах, псориазе, дерматитах, экземах, варикозной болезни.

✓ **Для лечения суставных заболеваний.**

Крем сертифицирован и безопасен для наружного применения. Внутрь не принимать! Беречь от детей! Инструкция внутри упаковки.

Тел.: (812) 271-28-98, 703-06-44, 575-57-97, (495) 940-20-13, 510-49-70, 656-61-76

Грибы - это отдельное Царство природы, со своими законами, обычаями, характерами...

Продолжаем нашу постоянную рубрику "Грибной гороскоп".

Ноябрь - диковинки грибного царства.

Этот месяц особенный: уже не плаксивая осень, но еще и не суровая зима. Все на грани. Такой же характер и у ноябрьских грибов - зимняя суровость чередуется с осенней расхлябанностью, и редко когда проглянет солнышко. Ноябрьские грибы - это редкие индивидуалы и оригиналы, привычные ко всему и готовые на все.

Итак, какой ты ГРИБ?

Рожденные «1», «5», «10», «19» и «28» ноября - имеют своим символом гриб «мицена (шапочки фей)».

Мицена - самый романтичный из ноябрьских грибов. Жесткость и прямота у него тоже присутствуют, но все это разбавляется созерцательностью и жалостливостью. Он влюбчив, но каждый его роман - это его кусочек жизни. Он будет потом долго и с благодарностью вспоминать тех грибных дам, которые были его спутницами по жизни. Деловой сметкой гриб-шапочка тоже обладает, как и все ноябрьские грибы, но это не является целью его жизни. Подвигнуть его на бурную деятельность может только большая любовь и забота о детях, к которым он очень привязан. Есть и еще отличительная особенность у мицен - они удачливы в лотереях и азартных играх. Иногда игровой азарт их просто захлестывает, поэтому нужно крайне осторожно относиться к этому соблазну.

Дамы-мицены - настоящие феи, они могут очаровать незаметно. Их обаяние очень велико, и они его используют активно. Устоять перед их чарами невозможно. Это те грибные дамы, которые из своих спутников жизни буквально «выют веревки».

Рожденные «2», «6», «11», «20», «29» и «30» ноября - имеют своим символом гриб «клавариладельфус - булавка святого Эльма».

Гриб святого Эльма - суровый гриб, он ничего не делает в полсилы. Во все дела он вкладывает бешеный энтузиазм, подкрепленный твердыми нравственными принципами. Хотя по молодости этих принципов обычно не придерживается. Мало того, молодость обычно проходит бурно, и он способен «гусарить» во всю силу. Но к середине жизни он начинает резко меняться, можно даже сказать, фанатично. Если был неумерен в склонности к «медвяной росе» у лесного пенька в грибном баре, то после продумывания порочности этого - больше ни капли в рот не берет до конца жизни. Это самый суровый критик молодого поколения, и разгульные грузди, рядовки и веселые сыроежки стараются ему на глаза не попадаться. Хотя приходит момент - и в его обществе начинают нуждаться, просить совета.

Дамы Эльма - благоразумны всегда. Они всегда знают, чего они хотят и как этого достичь. Немного прямолиней-

ны и жестки, но зато справедливы и умны. Это прекрасные воспитатели своих детей и наставницы своих мужей.

Рожденные «3», «7», «12», «21», «25» и «27» ноября - имеют своим символом гриб «лисичка пепельная или серая».

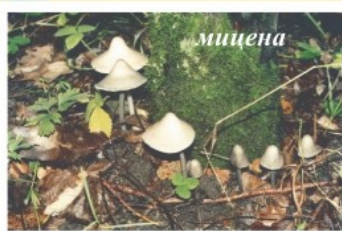
Очень неоднозначный и оригинальный характер. В этих грибах смешано все - бесшабашная удаль и осторожность, разгул и фанатичная сдержанность, воинственность и редкое миролюбие. Отличаются они и редким эгоизмом - свои интересы превыше всего, но к спутнице по жизни относятся очень бережно и дружелюбно. И это опять же из эгоизма - ведь именно она создает фон, на котором пепельный лис смотрится достойно.

Пепельный лис - прирожденный барин, любимое занятие - обходить свои угодья и радоваться жизни. Очень равнодушен к грибным дамам, но выбирает в спутницу жизни обычно скромную волнушку с железным характером и бархатными лапками. К детям относится с теплотой и любовью, но старается не вмешиваться в их воспитание.

Пепельная лисичка - дама с характером. Внешне - мила и грациозна, аристократична и немногословна. Внутренне - железная леди грибного царства, способная на поступок. Критикует всех и вся, обличает пороки и высмеивает недостатки. Если берется за дело, то начинает его с обновления всего: персонала, техники, мебели и т.д. Любит принимать крутые решения. В семье царит явный матриархат, но дети и муж воспринимают это как должное.

Рожденные «4», «8», «13», «22» и «26» ноября - имеют своим символом гриб «грифола курчавая или мейтаке».

Фантазии курчавого грифа можно только позавидовать, он из любого скучного мероприятия способен сотворить самое увлекательное шоу. На язычок к нему попасть не дай Бог: ославит в лучшем виде. Но такая способность его делать из всего цирк, часто вредит серьезному делу. Хотя умение этого гриба относиться ко всему легко



и шутя помогает ему преодолеть любые сложности. В денежных отношениях гриф, как ни странно, довольно скуп, хотя это скорее врожденная экономность, потому что он может экономить копейки, но с легкостью разбрасывается сотнями. Гриф - прирожденный технар, он большой любитель автомобилей, знает в них толк и ценит.

Дама-грифола намного спокойнее и уравновешеннее, она тоже остра на язычок и умеет поднять на смех, но понимает, что в коллективе лучше ладить, поэтому научилась смирять свой характер. Хорошей хозяйкой ее назвать трудно, но зато она врожденная поборница здорового образа жизни. Причем в ней уживается несоединимое - она может курить как сапожник и в то же время регулярно посещать массажи и фитнес-клуб.



коллибия

Рожденные «9», «15», «17» и «23» ноября - имеют своим символом гриб «коллибия, денежка».

Денежка - конечно же, бизнесмен грибного леса. Это у него в крови, или «в мицелии». Ему любое дело по плечу, но выберет он то,

что приносит несомненный доход. Хотя к деньгам он относится достаточно равнодушно, то есть не будет собирать копейку к копейке и «чахнуть над златом». Он уверен, что деньги нужны для того, чтобы дело дальше делать. Иногда такое рвение идет не на пользу - он может потерять все заработанное. Но это его не остановит - он опять начнет бизнес. И так будет продолжаться бесконечно. Он, конечно, трудолюбив, но к семье относится ровно и любовно, причем к каждой оставленной семье отношение такое же - он заботится обо всех своих женах и их детях.

Дама-денежка обладает всеми достоинствами мужского грибного характера, но недостатки у нее еще более рельефны. Она очень непостоянна и меняет мужчин «как перчатки», впрочем, если ей встретится июньский гриб, то этот ее недостаток исчезнет сам собой. Июньские грибы имеют над денежкой просто фантастическую власть - она становится с ними робкой и любящей сыроежкой.

Рожденные «14», «16», «18» и «24» ноября - имеют своим символом гриб «заячь уш».

«Информация владеет умами, а тот, кто владеет информацией - владеет миром» - это про этот удивительный гриб. Бурную деятельность он отнюдь не развивает, но, притаившись на лесной полянке, старается настроить «ушки» на любую информационную волну - от лесных сплетен до грибных тайн. «Зайкин гриб» поэтому всегда в курсе всего, что происходит в лесу. И это обращает в свою пользу. Люди с этим символом являются самыми талантливыми журналистами и самыми творческими бизнесменами, уникальными врачами (всегда в курсе всех новинок). Из недостатков - может быть излишняя эмоциональность. Они не умеют просто слушать, любую новость они бурно «переживают». Очень бескорыстны и часто готовы трудиться только за удовольствие заниматься любимым делом. Умны и эрудированны. В семье трудны и неуживчивы, считают



заячь уш

своим долгом «тащить» жену и детей до своего уровня, любят диктовать свои условия и стиль жизни.

Дамы-зайки очень ранимы и эмоциональны, их легко довести до слез. Но в критических ситуациях они мгновенно собираются и не теряют присутствия духа, то есть вполне могут показать зимнюю суровость вместо осенней расхлябанности. Детей воспитывают неровно: неудержимая любовь и потакание слабостям может быстро смениться жесткостью и активной «нахлобучкой». Но дети всегда бывают искренне привязаны к этим мамам.

Центр Фунготерапии в Краснодарском крае

В Краснодарском крае работает официальный представитель «Центра Фунготерапии И. Филипповой» -



Ваймер

Татьяна Николаевна

- ▷ получить бесплатную консультацию врача (в/кат)- фунготерапевта по применению препаратов из лекарственных грибов;
- ▷ купить или заказать наложенным платежом препараты и литературу по фунготерапии;

В филиале Центра Фунготерапии вы можете:

363555, Краснодарский край, г. Ейск, станция Должанская, ул. Колхозная, д. 67 **8-918-636-44-17**

МЕЙТАКЕ
Grifola frondosa

● **доброкачественные и злокачественные образования;**

● **гормональные нарушения у женщин (предменструальный синдром, климактерические явления);**

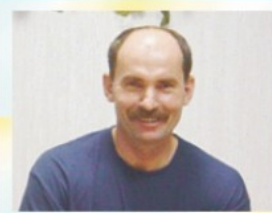
● **профилактика остеопороза;**

● **лечение излишнего веса.**

упак. 60 капс. по 75мг

(812) 717-17-11, 703-06-44, (495) 510-49-70, 941-30-10

Производитель ООО «Шиитак», г. Санкт-Петербург, пр. Медиков, д. 5.



Единственная в России школа Ауромассажа

Набирает группу для обучения ауромассажу: корейскому и тайскому.

Обучение платное

Первое вводное (информационное) занятие - бесплатно

По окончании предоставляется работа (на конкурсной основе) в Центрах Здоровья Петербурга и Москвы. Требования: опыт работы массажистом не менее 5 лет. Срок обучения 2 месяца.

(812) 320-66-02

своим долгом «тащить» жену и детей до своего уровня, любят диктовать свои условия и стиль жизни.

Дамы-зайки очень ранимы и эмоциональны, их легко довести до слез. Но в критических ситуациях они мгновенно собираются и не теряют присутствия духа, то есть вполне могут показать зимнюю суровость вместо осенней расхлябанности. Детей воспитывают неровно: неудержимая любовь и потакание слабостям может быстро смениться жесткостью и активной «нахлобучкой». Но дети всегда бывают искренне привязаны к этим мамам.

Отрывки из книги И. Филипповой **«Грибной гороскоп»**

Грибная харчевня



Какая стандартная фраза: "...В пищу лучше использовать только шляпки, т.к. ножки очень жесткие". Так обычно поступают с опятами, вешенками, грибом-зонтиком и др. А мы вам предлагаем приготовить из этого "грибной порошок" или "грибную эссенцию". Куда там бульонному кубику до этого грибного вкуса и аромата! Да еще и без вреда для здоровья (никаких глутаматов натрия и др. синтетических добавок). Еще наши постоянные читатели делятся с вами оригинальными рецептами консервирования и копчения грибов. Добро пожаловать в Грибную харчевню!

Грибной порошок

Для приготовления грибного порошка используйте те грибы, которые для иных целей слишком жесткие. Хорошо высушенные кусочки грибов пропускают через мясорубку и просеивают через крупное сито. Оставшиеся большие куски можно измельчить в миксере и порошок просеять снова - на этот раз через мелкое сито. Можно добавить немного соли и после этого все хорошо перемешать. Порошок хранят в плотно закрывающихся баночках, т.к. он может заплесневеть от поступающей из воздуха влаги. порошок используют как ароматную приправу для супов, гуляшей, добавляют к мясу или в соус.



Грибная эссенция

Жесткие, но ароматные грибы и остатки ножек также можно использовать для приготовления грибной эссенции (экстракта). Для этого грибы тщательно чистят, промывают водой и оставляют стечь. Потом их режут, добавляют соль, немного воды и тушат. Выделяющийся во время тушения сок сливают в отдельную посуду, а к грибам понемногу добавляют воду. Разваренные грибы измельчают миксером или протирают через сито. Полученную грибную пасту смешивают с соком, разогревают и при сильном кипении (постоянно помешивая) выпаривают до консистенции вязкого сиропа. Потом смесь еще горячей разливают по маленьким баночкам или бутылочкам, которые плотно закрывают и стерилизуют на водяной бане 40 минут при 90°C. Через два дня стерилизацию повторяют.



Копченые грибы

У нас в деревне Кучерки, что под Воронежом готовят в зиму копченые грибочки. Попробуйте - очень неплохое угощение! Берутся бланшированные и уже охлажденные целые шляпки твердых грибов, например, груздей или рыжиков. Обязательно дать им стечь. Приготовьте опилки фруктовых деревьев (можно сливу, грушу, вишню). Шляпки укладывают на решетку или сито в коптильне, либо нанизывают на суровую нитку и привязывают к коптильным палочкам. Коптить нужно часа 1,5 -2 полутеплым дымом. Но грибы не должны засохнуть! Уложить остывшие грибы в банки, на дно которых следует положить лавровый лист и колечко лука, полив их чайной ложкой растительного масла. Приготовьте кисло-сладкий маринад и залейте им копченые грибы. (О мариновании мы рассказывали в номере 09(17) 2006, ред.). Только после закупоривания банки не забудьте обязательно простерилизовать (около 1 часа при 90°C). И зимой вы обязательно оцените это пикантное грибное лакомство.

*Рецепт прислала
Инашева Г.С.,
Воронежская обл.*



Перец, фаршированный грибами

У крупных перцев срезать основание, вычистить семена и заполнить на две трети смесью грибов, приготовленных как для маринования (о мариновании читайте в № 09(17) 2006).

Закрывать "пробкой" из квашеной капусты. Начиненные перцы уложить в банку, залить кисло-сладким маринадом, закрыть крышками и стерилизовать.

Усина В.Х., г.Иркутск



Консервированные грибные шницели

Понадобится: нарезанные пластинками грибы, мука тонкого помола, 1 яйцо, панировка, соль, растительное масло, уксус, вода, сахар, пряности, лук.

Маринад: на 1 л воды 0,5 л 8%-ного уксуса, 8 кусков сахара, 2 ч. л. соли.

Нарезанные пластинками твердые грибы обвалить, как классические шницели, обжарить на растительном масле и остудить.

Шницели аккуратно уложить в чистые банки, добавить пряности (на поллитровую банку - 1 большой лавровый лист, 4 горошины черного горького перца, 2 горошины душистого перца), колечко репчатого лука и залить маринадом. Стерилизовать 20-30 минут при 100°C.

Рецепт от Виноградовой Е.В., г.Усть-Каменск

СОВЕТ: Если вы хотите иметь возможность всю зиму готовить различные супы, закуски, соусы и др., грибы лучше либо приготовить в собственном соку (стерилизованные в банках), либо в бланшированном или тушеном виде заморозить. Этот полуфабрикат является самым универсальным, т.к. долго хранится и может быть использован для самых разных блюд.