



№ 12 (068)
2010 г.

Вестник
фунготерапии

АПТЕКА

**А ресницы -
длинные и веселые...
от веселки**

У моей мамы с молодости были удивительные ресницы – длинные, густые.. Не ресницы, а загляденье.. И до сих пор – а ей 72 года – они остались почти такими же. Когда подкрасит их – глаза как молодые.. А секрет она и не скрывает – под Витебском в деревнях девушки лицо мазали яйцами веселки, смешанными со сметаной или нутряным свиным салом – маска такая специальная, как сейчас бы сказали. И кожа становилась атласная, без единого прыщика. И на веки наносили – чтобы ресницы росли, становились пушистыми и длинными. И ведь становились. Мама рассказывала, что девки из их деревни всегда выходили замуж за городских. Вот и маму нашел ленинградец, влюбился – из-за чудных ресниц – и всю жизнь она с ним прожила. Так что крем из веселки для век сейчас я для дочки покупаю – ей еще замуж выходить. Пусть тоже длинными ресницами завлекает.

Горелова Татьяна Вадимовна, С-Пб

О раке уже забыла

Сама лично знаю женщину, которой поставили диагноз: рак молочной железы. Операцию сделали, химиотерапию. Тогда же поставили рак третьей стадии. Все родственники разохались – не жилища. Через год-два уйдет. А прошло восемь лет – хорошо себя чувствует, работает инженером. И знаю, что она долго пила гриб веселку, чагу. Обязательно при возможности подробнее расспрошу – как и какими дозами. Она уже, по моему, и сама забыла, что больна смертельно – расскажет о своем секрете, ведь уже столько лет прошло.

Иванова Екатерина, Псков

● **ФУНГОТЕРАПИЯ** открывает свои секреты: **ВЕСЕЛКА**



Phallus impudicus



● **Консультация ТРАВНИКА: Репешок обыкновенный**

● **Грибные истории: «Фигурка и лось»**

● **Календарь на 2011 год**



● **Грибная ХАРЧЕВНЯ: Портобелло**

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

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



Декабрь

Вот так и бывает – а поторопился я. Поторопился попрощаться с грибным сезоном, в чём и убедился на днях, выйдя утром во двор одного из домов на Невском, в котором имею счастье проживать. Растут – вернее, с грустью уточняю, пытаются расти под моими окнами вокруг детской площадки несколько тополей – некогда мощных, высоких, а сейчас – изуродованных заботливыми коммунальщиками, посчитавшими, видно, что застыт они ветвями своими белый свет. И успешно те тополя невезучие были укорочены твёрдой рукой горе-«хозяев» до унылых четырёхметровых остовов практически без ветвей... А что – дворникам по осени какое облегчение – никаких тебе листьев, собачкам, выгуливаемым окрестными жильцами, светлее и удобнее стало местечко присматривать, где бы им на этой самой площадке для детей с удовольствием нагадить, и вообще... Ладно, не будем об этом.

Так вот, выходил до этого дня из дома я, поглядывал на хмурое питерское небо, подставляя лицо витающей вокруг влаги, а на верхушки тополей, безнадежными пеньками в небеса устремлёнными, особо не смотрел – не очень вид у них весёлый... Тут же – то ли солнце проглянуло ненадолго, то ли взгляд случайно упал – увидел я – что-то из тополей усечённых маячит на верхних спилах... Ну, думаю – кучки листьев пожухлых примёрзли... Присмотрелся внимательнее – мать честная, да это же грибы!.. Стоят упрямо на ножках своих продрогших, хмуро из-под потемневших влажных, с обвисающими полями шляпок поглядывают. Я даже к соседу на второй этаж поднялся, фотоаппарат взял, заглянул в визир, приблизил – точно, они, красавцы.

Сфотографировал я их, конечно. Можете посмотреть, если интересно. Кто-то скажет – ну и что, подумаешь, эка невидаль – грибы на дереве. Да, конечно – обычное дело. Но я о другом подумал – не будет у нас прощания с грибным сезоном. Потому что они – грибы – всегда рядом с нами, вокруг. Летом ли, зимой ли, под кустом в траве или в баночке – солёные, хрустящие, так и просящиеся на стол... А не так давно поговорил с одним приятелем о грибах – так выяснилось, что у того любимое занятие – эти самые грибы вообще из-под снега раздобывать. И попробовал я этих его «снежных» опять – изумительный вкус, морозно-свежий... Так что – договорились? С сезоном – не прощаемся? А просто подождём пока, повспоминаем.



ольствием.

Вот и решил я после всего этого – поторопился с завершением грибного сезона. Не хочу. И, надеюсь, вы со мной согласитесь – просто грибов – ненадолго – стало чуть меньше. Просто замерли они – как и мы с вами – в ожидании – подо мхом, дёрном, листьями сухими да травой... Задремали... Лишь самые смелые прыгают ещё по надземному миру, радуя нас и забавляя. Остальные же ждут, чтобы при первой возможности, отоспавшись да набравшись сил, однажды славным утром своим грибным волшебным взрывом разнообразия потрясти леса и перелески, рощицы да дубравы – на радость нам. Так что – подождём. Не прощаясь – подождём...



Главный редактор Коротков Игорь



ВЕСЕЛКА - гриб, который удивил весь мир



кислый запах перебродившего теста, и испорченных помидоров – значит вы на правильном пути. Впереди – не помойная куча, которые стихийно образуются даже в самых красивых уголках самого чистого леса благодаря усилиям грибников и отдыхающих на природе. Это семейство веселок облюбовало для себя этот кусочек полянки. Иногда полянка бывает сплошь усыпана еще незрелыми яйцами веселки – похожими на серые тинные яйца. Но в мягкой коже и мармеладообразных по консистенции, уже созревших веселок – с белоснежными столбиками высотой 10-20 см с удивительным темно-зеленым колпачком (очень они похожи на мужской половой член – микологи так и назвали этот гриб – fallus Impudicus) и уже темные лужицы слизистой жижи – мгновенно они растекаются после своего победного созревания. Цикл роста и созревания веселки – менее суток. А яйцо веселки – именно то яйцо. Которое и собирают для приготовления многочисленных мазей, кремов, настоек и экстрактов и того меньше – несколько часов. По скорости роста веселка – рекордсмен среди грибов – за 15 минут столбик вырастает на 10 сантиметров! Даже в книгу рекордов Гиннеса попал этот удивительный грибок.

Не думала я, двадцать лет назад стоя на рынке в Витебске и рассматривая удивительные серые яйца гриба веселки, что этот гриб устроит сенсацию во всем мире... А тогда я с интересом расспрашивала старушку, торгующую этими грибами, уютно лежащими в корзинке с папоротником – чем же так интересен этот гриб? Съедобен ли он? И вообще – зачем он нужен? А она охотно отвечала, попутно вытаскивая из корзинки яйцо за яйцом, укладывая в баночку и к каждой баночке прилагая рецепт в рукописном виде. Брали охотно, хотя яйцо и тогда стоило недешево - 2 доллара (для Беларуси двадцать лет назад – деньги большие). Так я тогда стала обладательницей пяти желеобразных удивительных грибных яиц и рукописной странички с рецептом приготовления и перечислением болезней, при которых помогает веселка.

Именно тогда началось победное шествие веселки по всем лабораториям мира. И сенсационное подтверждение её целебных свойств. А тогда для меня это был гриб – Загадка, гриб – Великое таинство. И понадобилось много времени, чтобы по крупицам собрать сведения в народной медицине, сидения в библиотеках – раскапывания архивных сведений и какую-то информацию в микологии. А параллельно гриб уже раскладывали в лаборатории на составляющие – потому что никто никогда анализа биохимических составляющих веселки не делал. И никто не сушил веселку – потому что оказалось, что сделать это крайне проблематично – она тут же выбрасывает ножку со шляпкой и через минут пятнадцать растекается в лужицу.. Загадочный гриб.. И в природе ведет себя веселка не менее интригующе.

Если вдруг в лесу на вас потянуло едким помойным запахом – а в этом запахе и аромат гниющего мяса, и

Веселка считается несъедобным грибом – действительно кому на ум придет собирать для еды дурнопахнущий грибок? Но известно, что в деревнях Беларуси свежие яйца веселки резали на дольки и ели сырыми со сметаной - для здоровья. Считалось, что такое блюдо предохранит от всех болезней, и от рака тоже. И ведь верно, самая низкая заболеваемость раком была, как правило, в деревнях Беларуси и регионах России, граничащих с ней – там, где этот целебный гриб хорошо знали.

Рецептов использования веселки в лечебных целях – множество. Что только с ней не вытворяли – заливали самогонкой, спиртом, водкой, молочной сывороткой, смешивали со сметаной, нутряным свиным салом, гусиным жиром для мазей. Зарывали в навоз или землю для лучшего настаивания. Кстати, сейчас Ботанический институт им. Комарова тоже проявил интерес к народным рецептам из веселки решил опытным путем проверить – а правда ли так целебна веселка, залитая самогонкой и зарытая в навоз на 23 дня? И целебнее ли она обычного экстракта, полученного щадящим лабораторным методом. Будем ждать результатов. Хотя лаборатория ООО «Биолюкса» уже ответила на этот вопрос – полисахариды веселки разрушаются при любом воздействии этиловым спиртом, и поэтому такая настойка хороша для наружного употребления при суставных заболеваниях, но никак не для приема внутрь..

Болезни, при которых используется веселка, многообразны. И можно смело сказать, что это грибная Панацея. В ней нашли и сразу несколько видов натуральных антибиотиков, которые угнетают болезнетворные микробы и вирусы, обнаружены фунгицидные свойства, то есть веселка не дает развиваться патогенным микрогрибкам и ее можно использовать при различных микозах (есть клинические данные, что ею был успешно вылечен псориаз), противоопухолевые свойства – уже на десятый день применения раковые клетки перестают делиться. Успешно применяют её при доброкачественных опухолях и кистах. Широко известно свойство веселки лечить



Для справки

суставные заболевания - для этого используют и сами зрелые плодовые тела веселки со сформировавшимся столбиком со шляпкой и яйца веселки для самых различных мазей.

В Германии веселка была известна как грибной афродизиак – то есть для поднятия мужской потенции. На Украине ее использовали при бесплодии у мужчин (известно, что после недельного приема веселки число живых сперматозоидов возрастает в 4-5 раз), и у женщин.

В косметике ее тоже активно применяли при угревой сыпи, розацеа, воспалительных гнойничках непонятной этиологии. Уже доказано, что веселка способствует росту волос и ресниц.

Род веселковых – это целый ряд удивительных грибов, которые характерны своей удивительной формой и своеобразным помоечным запахом. Красота ближайшей родственницы веселки – ДИКТИОФОРЫ сетчатой – поражает. В отличие от скромной веселки она вместе со столбиком выбрасывает роскошное ажурное покрывало, которое еще и светится нежным зеленоватым светом. В субтропиках, где изредка можно увидеть эту красавицу – её называют Дамой под вуалью. и относятся к ней с мистическим ужасом. Дело в том, что особенность представителей этого семейства – редкая непредсказуемость. Эти грибы никогда не растут на одном месте, как банальные подберезовики или боровики. И встретить их можно в самых неожиданных местах. Например, веселка у нас неожиданно объявилась у нашей «Грибной аптеки» в Москве на Хорошевском шоссе – роскошно выбросила столбики, показала, что она очень даже приветствует появление «Грибной аптеки» ... и исчезла. Вот уже пять лет и намёка нет, что под этой березой когда-то росла веселка.. Диктиофора же и вообще удивляет – то она вырастает в Ботаническом саду в цветочном горшке с рододендронам в Петербурге, то объявляется на Урале – и исчезает на десятилетия. Так же ведет себя непредсказуемо и их ближайший брат Мутинус собачий. Тоже уроженец субтропиков, который активно заселяет наш российский регион. Уже не в диковинку и питерским садоводам обнаружить у себя на огородах – карминно-красный карандашик мутинуса с удушающим зловонным ароматом...

Ирина Филиппова



Весёлка — шляпочный гриб высотой 10—30 см. Молодое плодовое тело яйцевидное, диаметром до 6 см. Перидий (оболочка) кожистый, гладкий, белый или кремовый, незрелая мякоть студенистая, с редечным запахом. При созревании перидий разрывается на две-три лопасти и имеет вид вольвы.

Проросшее (зрелое) плодовое тело состоит из ножкоподобного рецептакула цилиндрической формы, полого, с губчатыми стенками, белого или жёлтого цвета, размерами 12—22×2—4 см. На верхушке рецептакула находится колокольчатая шляпка высотой 4—5 см, с ячеистой поверхностью, покрытая слизистой тёмно-оливковой глебой. Наверху шляпки имеется плотный диск с отверстием. Зрелый гриб имеет сильный неприятный запах гниющих остатков или падали.

Споровый порошок желтоватый, споры 3,5—5×1,5—2 мкм, эллипсоидно-цилиндрические, гладкие.

Гриб съедобен в молодом возрасте, считается вкусным. Во Франции употребляется в сыром виде, как редис. Перед употреблением наружную оболочку следует удалить.

Лечебные свойства

В народной медицине использовались водные и спиртовые настойки из свежих или высушенных плодовых тел весёлки. Настойку на водке применяли при «болях в животе», промывали ею раны, с помощью весёлки лечили подагру и почечные заболевания.

Под названием «земляное масло» применяется при подагре, ревматизме, некоторых заболеваниях желудка.



Сетконоса двоянная (лат. Dictiophora duplicata)

Молодое плодовое тело представляет собой шаровидное, яйцевидное или цилиндрическое образование диаметром 4-5 см, покрыто сначала белой, затем желтовато-белой, светло-коричневой оболочкой, которая в дальнейшем разрывается на лопасти, сохраняющиеся у основания ножки. Ножка цилиндрическая, полая, губчатая, белая, наверху заканчивается ребристо-сетчатой конической шляпкой с воротничкововидным диском. Шляпка в зрелости слизистая, оливково-зеленая. От места прикрепления шляпки с ножкой отходит сетчатое образование, свисающее до половины или до конца ножки.

Обитает преимущественно в лиственных лесах на почве.



Мутинус собачий (лат. Mutinus caninus) — сапробиотический вид базидиомицетовых грибов (Basidiomycota) семейства весёлковых (Phallaceae). Типовой вид рода мутинусов. Этот гриб растёт в июле-октябре. Когда гриб ещё в яйцевой оболочке - он съедобен.

Молодое плодовое тело собачьего мутинуса в диаметре 2—3 см, имеет белую, иногда слегка розоватую окраску и овальную или яйцеобразную, реже удлинённую форму. Зрелое плодовое тело в длину 8—18 см и в диаметре 1—1,5 см. Передний при созревании разрывается на вершине на второй или третьей лопасти и сохраняется у основания плодового тела. Рецептакул цилиндрический в высоту 5,5—12 см и толщиной 0,4—1 см, полый, губчатый, на вершине заострённый, розовый или бледно-красновато-оранжевый. Верхушка мутинуса бледно-красная, без шляпки, её покрывает ячеистая тёмная, сливково-зелёная глеба (внутренняя часть плодового тела) с неприятным запахом. Споры эллипсоидальные или широко-эллипсоидальные, длиной 3,5—6 μm и шириной 1,5—2,2 μm.

Нашел странный гриб, который пахнет цветами. Явный нежный запах фиалки. Что это за гриб?

*Артем Иванов,
Пушкинские Горы*

Да, грибной запах применим не ко всем грибам. Есть среди них и явно выраженные грибы-цветы с ярким цветочным запахом. Гриб, который Вы нашли - по-видимому рядовка фиалковая. Причем в смешанных лесах эта рядовка бывает белесой с нежным зеленоватым оттенком и удивительным цветочным ароматом.



РЯДОВКА ФИАЛКОВАЯ (*Lepista irina*)

Шляпка: крупная, мясистая, диаметром от 5 до 15 см, форма – от подушковидной у молодых грибов до распростертой, с неровными краями, у взрослых экземпляров; часто неровная. Цвет – от белесого, матового, до розовато-коричневого, в центре нередко темнее, чем на периферии. Мякоть шляпки толстая, белая, плотная, с приятным цветочным (не парфюмерным) запахом.



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:

ул. Бутырская, 67, тел.: (495) 234-55-44
(м. Свиблово)

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

ФОРМИКА

- БРОНХОЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (ПРОСТУДНЫЕ, ВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ, ТУБЕРКУЛЕЗ)
- АКТИВАЦИЯ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ
- ПОСТОПЕРАЦИОННЫЕ, ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ
- СИНДРОМ ХРОНИЧЕСКОЙ УСТАЛОСТИ,
- ДЕПРЕССИЯ
- АНЕМИЯ



ОГНЕВКА



- ЖКТ, ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА и 12-ПЕРСТНОЙ КИШКИ
- СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (НОРМАЛИЗУЕТ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ, ЗАЛЕЧИВАЕТ РУБЦЫ ПОСЛЕ ОСТРОГО ИНФАРКТА МИОКАРДА)
- ХРОНИЧЕСКИЕ БРОНХОЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (БРОНХИТЫ, ПНЕВМОНИЯ, БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА, АЛЛЕРГОЗЫ, ТУБЕРКУЛЕЗ)
- ЖЕНСКОЕ И МУЖСКОЕ БЕСПЛОДИЕ
- КЛИМАКТЕРИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА
- РЕСПИРАТОРНО-ВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ
- ДЕРМАТОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕФЕКТЫ (ШРАМЫ, РУБЦЫ)



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

Адреса аптек:

(м. Чернышевская) ул. Чайковского, д. 51,
тел.: (812) 273-20-43

(м. Звездная) ул. Ленсовета, д. 88,
тел.: (812) 368-98-04

(м. Пл.А.Невского) Невский пр., д.180,
тел.: (812) 717-17-11

(м. Владимирская) ул. Колокольная, д. 3,
тел.: (812) 575-57-97, 974-07-80

(м. Пр.Ветеранов) Дачный пр., д. 2, к.2,
тел.: (812) 973-57-40

(м. Пр.Просвещения) пр. Энгельса, д.132/1,
тел.: (812) 715-47-26



Agrimonia eupatoria

РЕПЕШОК ОБЫКНОВЕННЫЙ ИЛИ АПТЕЧНЫЙ

Земляничник, полевой самец, валетовые вши, печёночная трава, приворот.

Греческое название репешка дано в честь понтийского царя Метридата Евпатора - знатока лекарственных трав. За широкий диапазон лечебных свойств прозван в народе сороканедужником. Его описание можно найти в трудах Галена, Плиния, Диоскорида. В Ботаническом словаре Н. Седира пишется - «Листья обладают вяжущими свойствами, полезны против жабы и неврита. Будучи положены под голову спящего мешают ему проснуться. Полезен при вывихах и растяжении связок».

Народная медицина разных стран мира широко использует репешок при болезнях печени, как болеутоляющее и кровоостанавливающее средство, при опухолях различной локализации. В старинных лечебниках пишется - "придя домой с работы, замочи пучок репешка, опусти ноги в остывший настой - это придаст им силу и успокоит."

Репешок - многолетнее травянистое растение семейства розоцветных. У него опушенный красноватый неветвящийся стебель, несущий изрезанные листья - тёмно-зелёные сверху, опушенные беловатые внизу. На верхушках надземных побегов в пазухах листьев образуются колосовидные кисти, усыпанные цветками жёлтого цвета. Цветёт репешок в июле-августе. Плод - орешек, покрытый крючковидными щетинками. Произрастает в Европейской части России, на Кавказе. Растёт вдоль дорог, на пустырях, вырубках, среди кустарников, чаще в соседстве с земляникой.

Научная медицина России репешок не использует, но во многих странах Европы он включён в фармакопею. В лечебных целях используется надземная часть растения, иногда корни.



Сырьё собирается в момент цветения. Репешок имеет горьковатый, вяжущий и терпкий вкус.

Химический состав: содержит эфирные масла, горечи, дубильные вещества, флавоноиды, кумарин, кремниевую кислоту, холин, следы алколоидов.

По данным научных исследований препараты репешка оказывают регулирующее влияние на функции печени, активизируют пищеварение, стимулируют активность желез желудка, поджелудочной железы, двигательную активность кишечника, желчного пузыря и мочевыделительную систему. Репешок является лучшим средством в лечении энуреза, атонии кишечника и мочевого пузыря.

Обладает противовоспалительным, спазмолитическим, кровоостанавливающим, обезболивающим эффектом. Улучшает подвижность суставов, способствует рассасыванию солевых отложений, замедляет прогрессирование подагры. В народной медицине отвар из одревесневших частей репешка 1:10 употребляется для растворения и изгнания камней из почек.

Настоем репешка пролечивают длительно незаживающие раны, язвы, используют при лечении кожных заболеваний, воспалительных заболеваний полости рта. Издавна репешок используется в народе для лечения доброкачественных и злокачественных опухолей, особенно при раке полости рта, горла, полипозе кишечника и желудка.

Репешок лекарственный относится к венотоническим растениям, улучшает лимфодренажи, уменьшает проницаемость сосудистой стенки. Оказывает гипотензивный эффект, расширяет сосуды сердца, нормализует сердечный ритм.



РЕЦЕПТЫ применения

РЕПЕШКА ОБЫКНОВЕННОГО

НАСТОЙ

20 гр сухих листьев залить 200 мл кипятка, настоять 2 часа, процедить, пить по 50 мл 4-5 раз в день, принимать при заболеваниях печени, атонии кишечника и мочевого пузыря, как вяжущее и мочегонное средство; для лечения геморроя и полипов кишечника. Этот же раствор используют для постановки микроклизм (60 мл) при полипозе кишечника.

ОТВАР

6 столовых ложек травы залить 1 л кипятка, кипятить 3-5 минут, настоять 4 часа, процедить. Пить в течение дня (см. выше). Можно использовать местно в виде аппликации при фурункулезе, кровоточивости, ранах и язвах для промываний; как полоскание при стоматитах, пародонтозах, ангинах; в виде компрессов и ножных ванн для снятия усталости, обусловленной хронической венозной недостаточностью.

Лицам, имеющим нагрузку на речевой аппарат, полезно полоскать горло настоем репешка с мёдом - 50 гр листьев залить 0.5 л кипятка, упарить объём до 0,5 объёма, добавить липовый мёд. Полоскать горло не меньше 5-6 раз в день.

Порошком травы присыпают раны для улучшения регенерации, остановки кровотечения.

Применение в других областях: используется в ветеринарии при мокрице у лошадей. Пригоден для дубления кожи, окрашивает шерсть в золотисто-жёлтый цвет.



От наших читателей

Есть еще целители и ценители

На Украине в Киеве на выставке народной медицины подошла к столику, где увидела знакомые книги о грибах Ирины Филипповой. Разговорилась с продавцом, оказывается, он еще продает и самодельную мазь из веселки, которую делает целитель из Чернигова. Он же и лечит раковых больных веселкой. Говорят, очень много к нему едут и очень много отзывов - все это отпечатано было на ризографе. Я поинтересовалась, а зачем же они тогда книги Филипповой продают. Продавец ответил: «А она все знает о веселке. И они научно это все подтверждают. Читайте - и очень интересно написано. Только вот их препараты из веселки даже в Киеве найти сложно. Так что вот своими самодельными торгуем».

Голуб Анна, С-Пб



Уважаемые читатели! Публикуемая в газете информация не является прямым руководством к действию и не заменяет профессиональную медицинскую помощь. Не занимайтесь самолечением. При любых симптомах заболевания в первую очередь необходимо проконсультироваться с врачом. Редакция не несет ответственности за применение приготовленных самостоятельно трав и грибов по публикуемым рецептам.



*С Новым
Годом!*

2011

Январь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | 2 | |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| ²⁴ / ₃₁ | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

Февраль

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | | | | | | |

Март

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

Апрель

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

Май

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-------------------------------|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | | |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ²³ / ₃₀ | ²⁴ / ₃₁ | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |

Июнь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

Июль

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

Август

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

Сентябрь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

Октябрь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | 1 | 2 | | | |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| ²⁴ / ₃₁ | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

Ноябрь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |

Декабрь

| П | В | С | Ч | П | С | В |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

ФИГУРКА И ПОСЬ

Игорь Коротков

Озорная и весёлая Александра Алексеевна, в девичестве Ижукина, вышла замуж в чужое село без благословения отца своего. Детей родила 14-ть, но после войны в живых остались только семеро. Односельчане называли её «Фигуркой», и не только за то, что до самого своего последнего часа она оставалась худенькой и стройной, как девица – с нежной кожей, кроме кожи рук, ступней ног и лица, иссушенной солнцем, опалённой морозами, ветрами, изрезанной и потресканной непосильной сельской работой на износ, которая превращает сорокалетних деревенских женщин в древних старух. Часто в разговорах селян слышалось: «Сашку кликают «Хвигуркой»...». Она была всегда всем рада, приветлива, гостеприимна. Имея очень сурового мужа, который и улыбался-то крайне редко, огромное хозяйство, круглосуточные заботы о большой семье, Фигурка была большой охотницей ходить за грибами. И удивительно было, как она, хоть и быстра была, и пронырлива, находила время

тихонько улизнуть в рощу и очень быстро вернуться домой – всегда с двумя огромными корзинами, полными грибов – усталая, но счастливая. Сельские женщины всегда ей завидовали, потому что не было такого случая, чтобы Фигурка вернулась без грибов – и неважно, утром ли она побежала в рощу, в жаркий полдень, либо вечерюющей порой – грибами семья была обеспечена. Злые языки говорили, завистливо пришепётывая: «Сашка, наверное, слово знает...». А Сашка-Фигурка только смеялась в ответ...

Да, она знала – знала лес, как свои пять пальцев, знала грибы, и они её знали, и нравилось им, наверное, играть с ней в прятки. В лесу она отдыхала, разговаривала

с деревьями, здоровалась с каждой былинкой, на недолгое счастливое время становилась самой собой... Душа её пела, освобождённая – пусть ненадолго – от деспотичного мужа, оравы детей, многочисленной домашней живности и огромного огорода – всего того, что и было её повседневной жизнью... А по-настоящему она жила только в лесу. И грибы, наверное, оживлялись, озарённые светом её доброй и чистой души, и, весело поиграв, охотно шли Фигурке в руки – ласковые и натруженные.

Когда она заходила с грибами в дом – тот словно пре-

ображался. И, казалось, рыжие лисички освещают золотом огромные холодные сени, и становилось теплее. Даже лицо её мужа оттаивало, и слабый намёк на скупую улыбку мелькал на его каменном спесивом лице. Что уж говорить о детях. А у Фигурки было такое выражение лица, будто она только что вернулась из храма. Да лес и был для неё храмом... Все вместе очищали кучи грибов от листьев, веточек, перебирали, затем Фигурка заливала их родниковой водой, бросала щепотку соли, и грибы начинали сортировать. Сыроежки Александра солила в кадушках и оставляла их в погребе. Свинухи очищали от корки на шляпке, затем Фигурка их тоже солила и сорок дней строгонастрого запрещала их трогать. А вечером в доме её начинался грибной пир – жареные с картошкой, да со сметаной грибной супчик, салаты с грибами – всё это грибное великолепие получалось у Александры таким вкусным, как ни у кого другого...

Но однажды всю большую семью охватило волнение – обычно, если Фигурка убегала в лес рано, часов в семь (поднявшись в четыре, истопив печь, приготовив обед и



обиходивши всю домашнюю живность), возвращалась домой с полными корзинами уже часов в одиннадцать. Но минул полдень, обед, а её всё не было... Дети, напуганные и обеспокоенные, собирались бежать в лес – тут наконец на пороге появилась их мама – как и прежде, с полными корзинами грибов, но была она какая-то притихшая и непривычно молчаливая. А позже, когда вся семья занялась разборкой грибов, Фигурка рассказала, что случилось с ней в лесу...

Смешанная лиственная роща, простреливаемая навывлет косыми солнечными лучами, завораживала. И всякий раз Фигурка, оставив любимое местечко напоследок, немного уставшая, устраивалась там отдохнуть – пусть ненадолго, но остаться наедине с лесом – и с самой собой, забыв о требующей постоянной заботы домашней скотине, тупо-недалёком деспоте-муже, куче детей... Так и в этот раз – расстелила под осинкой клетчатую шаль, уложила рядом неподъёмные корзины, доверху заполненные грибами, откинулась навзничь – и унеслась далеко-далеко, за край вечного

неба... Сквозь дрему слышала она, как мягко, но увесисто ступая, к ней приблизилось что-то огромное, тёпло-тёмное, но опасности она не ощутила – вот, думала, корова чья-то блукает, домой не хочет идти – как и я... Так и лежала она в сладкой свободной истоме, пока не ощутила на своём лице горячее дыхание, мягкий намёк на

прикосновение к щеке, но дыхание было незнакомым, не домашним – чужим совсем...

Приоткрыв глаз, Фигурка долго не могла сообразить, что за чудо перед ней: не корова – та мельче – лениво проносилось в непроснувшемся ещё мозге Александры, да и рожки что-то... Тут и подкинуло её пружинкой разжавшейся так, что и вспомнить потом не смогла – как шквалом рванула в сторону и очутилась на самой верхушке стоявшей неподалёку ели... Намертво обхватив истончённую колючую верхуш-

ку, хлопая ртом, безуспешно пытаясь вдохнуть куда-то вдруг подевавшийся воздух, усилием воли заставив сорваться и заколотиться в бешеном галопе вставшее намертво сердце, Фигурка со страхом смотрела вниз. У ели, не шелохнувшись, стоял устрашающих размеров лось, и, задрав голову с тяжёлыми растопыренными рогами, неотрывно смотрел своими тёмно-бархатными, невозможной дремучей глубины глазами – в глаза Фигурки. И та, не в силах отвести взгляд, слабела, смотрела в мягко-коричневую бездну вековую, и думала только об одном – только бы не сползти, не упасть, не пропасть навсегда в этой безудержно влекущей глубине...

Сколько это продолжалось – она не помнила: может, час, а может – сотни лет... И за всё это время лось не шелохнулся, и взгляда не отвёл – ни на миг... О чём он думал в тот момент, чего ждал?.. Наконец дрожь озноба прошла волной по его огромной туше, взбрыкнул он страшно и мощно задними ножищами, скакнул от земли – и, сокрушая мелкую флору на своём пути, унёсся прочь...



Долго ещё не могла Фигурка отлипнуть от ели – срослась с ней онемевшими руками да ногами, приклеилась тёплой пахучей смолой. Наконец-то сползла обессиленной лёгкой тенью вниз и провалилась в недолгое з а б ы т ь ё ... Очнувшись же, схватила корзины и, забыв про шаль, опрометью бросилась к дому. Как добе-

жала – тоже не помнила. И даже суровый супруг не стал её напрягать вечерними хозяйственными заботами, такое у неё было странное лицо. Положили Фигурку на печь, укрыли красным ватным одеялом и оставили в покое. А она лежала – тихая, спокойная, будто прислушиваясь к чему-то... И долго-долго потом в своей нелёгкой жизни время от времени всплывали перед ней невероятные коричневые омуты колдовских глаз, и хотелось ей тайно – навечно – раствориться в них...



Гриб с массой уникальных целебных свойств

Гриб Веселка обыкновенная — один из уникальнейших грибов с массой целебных свойств. Этот гриб уже стал мировой сенсацией и интерес к нему колоссальный. И только одна российская фирма ООО «Биолюкс» занимается производством БАДов, кремов и настоек из этого целебнейшего гриба. Вопросы о свойствах, изучении и методах получения целебных препаратов наш корреспондент задает Филипповой Ирине Александровне, генеральному директору ООО «Биолюкс».

Корр. Ирина Александровна, я всю жизнь прожила в Подмоскowie и никогда не видела веселку, и даже не слышала о ней ничего, хотя являюсь большой любительницей тихой охоты. Где растет этот гриб и как народная медицина его использует?

И.Ф. Я тоже не так часто встречаю этот гриб в природе — в России он достаточно редкий гость. Его родина — это Белоруссия, Украина. Встречается он в Европе, очень хорошо веселку знают в Германии — там она известна как лучшее средство от импотенции, т.е. как грибной афродизиак. Но самые интересные сведения, конечно, почерпнуты из белорусской народной медицины. Именно в белорусских деревнях знали о ее способности лечить рак, бороться с доброкачественными опухолями, вылечивать суставные заболевания, применяли при таких тяжелых болезнях как дифтерит, пневмония, эмфизема легких. Кстати, президент Белоруссии Лукашенко уже наслышан о наших российских разработках и дал указание белорусским НИИ фармакологии заняться внедрением веселки в белорусские медицинские лекарства. И назвал этот гриб — достоянием Белоруссии. А вот интересная заметка, промелькнувшая в печати:

«Веселка спасет от рака»

Экстракт гриба веселки обыкновенной или сморчка подагрического (так принято называть веселку у микологов Белоруссии) может стать идеальным противоопухолевым средством. К такому выводу пришли ученые из Института Радиобиологии и Института Физиологии человека в Белоруссии.

Была проведена серия экспериментов на мышцах с искусственно вызванной лучевой болезнью. Первую группу мышшей поили водой с растворенным в ней экстрактом веселки, а вторую — обычной водой. Испытуемые из первой группы оказались намного живучее, чем мышши из второй группы и симптомы болезни у них проявлялись намного слабее.

Другой эксперимент был проведен у специально зараженных раком мышшей. И то же самое — в контрольной группе мышшей, принимающих экстракт веселки, опухоли либо регрессировали (уменьшались), или же останавливали развитие.

Как пояснила одна из авторов этих экспериментов Елена Кадукова, научный сотрудник института Физиологии Белоруссии - «Еще непонятен механизм действия гриба, но, что несомненно, противоопухолевый эффект веселки очень мощный и действенный. И чем скорее у онкологов появится препарат из веселки, тем вероятнее будет возможность обуздать развитие опухолей.»

Корр. Но у вас же есть экстракты веселки, кремы из веселки и настойки для наружного применения? Российские онкологи уже могут их использовать в своей лечебной деятельности?

И.Ф. Да, могут. Экстракты из веселки и разработаны были специально для онкологии — для профилактики и реабилитации. Сейчас экстракты веселки выпускаются в двух видах — в саше (пакетиках) — водорастворимая форма и в капсулах. Зарегистрирован экстракт как БАД (биологически активная добавка), хотя всю доклиническую апробацию (на животных) он прошел так же, как любое лекарственное средство. И получены результаты такие же как у наших белорусских коллег — действительно опухоли у мышшей или уходят совсем (15%),

уменьшаются в размерах (45 %), или останавливают свое развитие (как бы «замораживаются») — 35%. И только у 5% мышшей действие веселки оказалось незначительным.

Но зато мы уже знаем механизм действия гриба — он работает как иммуномодулятор, то есть высвобождает от токсинов, парализующих их действие, макрофаги (киллеров любых опухолей) и заставляет их активно бороться с раковыми клетками.

Корр. Это научно доказано?

И.Ф. Несомненно. Уже написано более 15 монографий и научных статей только на основе наших исследований совместно с Московским НИИ канцерогенеза, Петербургской Ветеринарной Академией, Киевским Институтом Радиологии. Вот некоторые отрывки этих статей.

ИЗУЧЕНИЕ ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ПРОТИВООПУХОЛЕВЫХ СВОЙСТВ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ДОБАВОК *LENTINUS EDODES* (ШИИТАКЕ), *FOMITOPSIS OFFICINALIS* (ТРУТОВИКА ЛИСТВЕННОГО) И *PHALLUS IMPUDICUS* (ВЕСЕЛКА)

Филиппова И.А., Разин А.Н., Волков М.Ю., Дерягина В.П., Рыжова Н.И.

Задачей настоящего исследования является:

1) изучение противоопухолевых свойств грибов *Lentinus edodes* (Шиитаке), *Fomitopsis officinalis* (Трутовика листовенного) и *Phallus impudicus* (Веселка) на модели перевивной аденокарциномы Эрлиха (АКЭ) у мышшей;

2) исследование возможных механизмов ингибирующего действия грибов: определение функциональной активности нейтрофилов крови и перитонеальных моноцитов и макрофагов, определение видового клеточного состава этих биологических жидкостей;

3) выявление возможной связи между объемом растущей опухоли и активностью одного из важных медиаторов роста опухоли — оксида азота.

Методика исследования. Работа проведена на 129 мышшах-гибридах F1(C57BlxСВА) и Balb/c разводки питомника «Столбовая» РАМН. Мыши F1(C57BlxСВА) в количестве 89 особей были разделены на 6 групп: 1 гр. — интактная группа (здоровые мышши), n=15; 2 гр. — здоровые мышши, получавшие перорально водную суспензию грибов *Lentinus edodes* — Шиитаке (188 мг/кг), n=15. Контролем служили мышши с подкожно перевитой аденокарциномой Эрлиха (106 клеток в 0,5 мл Хенкса), n=15 — 3-я гр. Остальные три опытные группы по 14 и 15 мышшей в каждой (4, 5 и 6 гр.) включали мышшей с перевитой АКЭ. Мыши этих групп получали 5 раз в неделю в течение двух недель до перевивки и на протяжении всего эксперимента водную суспензию грибов в разовой дозе 15 мг/кг Трутовика или Веселки, или 188 мг/кг Шиитаке. Следует подчеркнуть, что мышсам 4 и 5 групп первые два дня эксперимента вводили максимально переносимую разовую дозу грибов Трутовика листовенного и Веселки, которая составляла 188 мг/кг

Выводы. Результаты исследований на мышшах-гибридах F1(C57BlxСВА) по выявлению ингибирующего действия грибов Шиитаке на рост перевитой АКЭ согласуются с результатами, полученными ранее в эксперименте на мышшах линии C57Bl (отчет №1). Полученные новые данные подтверждают наличие умеренных ингибирующих свойств у грибов

Шиитаке. Грибы Веселка и Трутовик также проявляют способность ингибировать рост АКЭ на ранних стадиях роста опухоли, однако в дальнейшем влияние грибов на рост опухоли в существенной мере убывает.

На основании проведенных исследований можно полагать, что грибы Шиитаке обладают иммуномодулирующим действием: активируют звено неспецифической противоопухолевой защиты — усиливают активность моноцитов и макрофагов без стимуляции и при стимуляции этих клеток активаторами, имеющими разную природу. Наряду с этим, при опухолевом росте грибы Шиитаке способны регулировать в сторону нормализации такие показатели, как общее количество иммунокомпетентных клеток в перитонеальном содержимом и функциональную активность полиморфноядерных лейкоцитов крови. Данные экспериментов дают основание предположить, что действие грибов Шиитаке, Веселки и Трутовика эффективно лишь при схеме, включающей обязательное введение грибов в течение определенного времени до перевивки АКЭ.

НОВОЕ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНОЕ ВЕЩЕСТВО ИЗ ГРИБА ВЕСЕЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ

Н.Л. Андреева (ФГОУ ВПО «СПбГАВМ»), И.А. Филиппова («Центр фунготерапии Ирины Филипповой»)

Повышение эффективности и снижение побочного действия антибиотиков, приобретает в современной фармакотерапии всё большее и большее значение. Дело в том, что эти препараты могут оказывать негативное действие практически на все системы организма, особенно на желудочно-кишечный тракт при энтеральном введении, вызывая дисбактериозы, которые давно стали проблемными болезнями в медицине и ветеринарии. Именно благодаря этому ученые ищут альтернативу антибиотикам. В этом плане, как показали исследования, вытяжка из гриба веселка обыкновенная, может быть отнесена к БАВ и имеет

определенное перспективное значение в качестве средства при выращивании животных, т.к. известно, что в состав многих грибов входят вещества, проявляющие иммуномодулирующее действие.

Изучение безвредности препарата. Изучение острой токсичности препарата показало, что дозы, превышающие оптимальную (100мг/кг) в два и четыре раза не вызвали гибели лабораторных животных (белые крысы).

Адаптогенные свойства препарата. Вытяжка из гриба веселка обыкновенная проявляет адаптогенное (антистрессовое) действие. Так, например, у контрольных стрессированных белых крыс в крови увеличивалось содержание глюкозы и лейкоцитов и снижалось содержание общего белка. В то же время, у животных, получавших препарат, эти показатели приближались к показателям интактных (не стрессированных) крыс.

Исследования препарата продолжаются и в настоящее время изучаются возможные ростостимулирующее и иммуномодулирующее действие.

Таким образом, препарат — вытяжка из гриба веселка обыкновенная - не обладает высокой токсичностью, не оказывает аллергизирующего и раздражающего действия на организм белых крыс

и проявляет адаптогенное (антистрессовое) действие. Этот препарат можно отнести к новым биологически активным веществам и необходимо испытать его действие на сельскохозяйственных животных.

Корр. У вас уже такая серьезная научно-доказательная база, а как скоро нам ждать лекарственный препарат из веселки для лечения рака?

И.Ф. Пока мы совместно с учеными Ветеринарной Академии Санкт-Петербурга работаем над созданием противоопухолевой вакцины для инъекций при заболевании раком у животных. Результаты получены самые блестящие — лекарство эффективно. Думаю, эта вакцина — а она уже готова — документально будет готова к производству к концу следующего года. А вот для создания такого препарата для онкологии людей — необходима помощь государства. Там слишком затратные и объемные исследования клинические, думаю, что и это мы сумеем. Лет через несколько.

Корр. Вызывают ли интерес ваши разработки на Западе?

И.Ф. Несомненно. Мы экспортируем свою продукцию в 13 стран. В этом году получили 1 место с большой денежной премией и стали «Лучшим экспортером Северо-Запада». Сейчас ведем переговоры с Японией по экспорту наших БАДов. Сразу же скажу — ни одна российская фирма не экспортировала свои БАДы в Японию — мы первые. Обычно у российских фирм закупают сырье (травы, грибы) и на их основе делают свои препараты. Мы поставляем СВОИ БАДы со СВОИМ брендом — «Центр Фунготерапии Ирины Филипповой». Это — очень значимо. Российская фунготерапия завоевывает весь мир.

Корреспондент Алена Сечкина

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



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 - (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

ЕДИНСТВЕННАЯ В РОССИИ ГАЗЕТА О ГРИБАХ



Подписной индекс по каталогу
19320
 РОСПЕЧАТЬ

Загадки и тайны грибного царства, целебные свойства грибов и их применение, отзывы о лечении грибами, грибная кулинария, «грибной огородик», тихая охота, информация о незнакомых съедобных и ядовитых грибах, магические грибы, грибы – возбудители болезней, рассказы и анекдоты на грибную тематику, детская страничка, конкурсы и многое-многое другое.

Продолжается конкурс подписчиков. Подписавших на полугодие максимальное количество друзей, получают от редакции призы. Присылайте копии квитанций и не забывайте указать контактные телефоны и адреса.

Редакция: (812) 717-87-84, г. Санкт-Петербург, Невский пр. 180, кв.25, 191167

Украина:

г. Киев (044) 484-13-54;
 (044) 331-74-44
 г. Донецк (062) 345-92-30;
 (066) 754-34-51
 г. Мариуполь (095) 591-35-08
 г. Днепропетровск
 (066) 393-72-15
 г. Одесса (048) 743-88-61;
 (067) 556-01-74
 г. Полтава (066) 284-06-57
 г. Севастополь (050) 283-03-60;
 (0692) 93-31-11
 г. Черновцы (03737) 3-11-00
 г. Харьков (057) 762-76-46;
 (050) 606-72-66
 г. Херсон (067) 748-08-89;
 (050) 765-42-44
 г. Ивано-Франковск
 (0342) 71-07-73;
 (050) 949-09-42

Эстония:

г. Нарва – (37235) 482-49,
 55-916-627

Беларусь:

г. Белозерск – (01643) 4-04-55,
 59-0-95



Здравствуйте, дорогие ребята! Этот год уходящий был годом гриба веселка - вот вам и сказочка. С наступающим Новым годом! Пусть новогодние праздники пройдут у вас также весело, как и название у этого грибка. С Новым Годом!



МАЛЕНЬКАЯ ГРУСТНАЯ ВЕСЕЛКА

Это случилось поздней осенью. Прохладным ноябрьским утром из-под травы, давно пожухшей и пожелтевшей, осторожно раздвинув уснувшие стебельки, показались глазки крошечной грустной весёлки. Ох как ей не хотелось из тёмного, тёплого и родного подземного мира вылезать наверх – в этот яркий, незнакомый и пугающий надземный...

Ещё бы – все её братики и сестрички давно выползли на свет, выросли и были собраны и унесены в корзинах грибниками. А маленькая весёлка и была грустной потому, что задержалась, последней была в эту осень. И плакала она, и упрашивала мать-грибницу не выпускать её наверх – совсем одну... Но мама – хоть и была доброй, ласковой да заботливой – объяснила дочке – грустной весёлке: деточка, мы – грибы. Мы – очень полезны и нужны людям, для них и растём. Ведь мы и красивые, и вкусные, а некоторые – как мы, весёлки – ещё людей и лечим. Поэтому не бойся ничего – ступай наверх смело...

Делать нечего – пролезла грустная весёлка сквозь дёрн и траву, выглянула наружу... И что прикажете ей делать? Совсем одна, в холодном, засыпающем лесу... Сильно она напугалась и растерялась, расплакалась, хоть и называлась – весёлка. Не

знает, что делать, и назад – нельзя. Но на счастье невдалеке прохаживался большой и красивый дедушка-боровик, главный лесной гриб. И перед тем, как отправиться напоследок в корзину счастливому грибнику, обходил свои владения, смотрел – всё ли в порядке, все ли грибы собраны. И только после этого он мог уйти из леса – последним, как капитан с тонущего корабля.

Тут и услышал дедушка-боровик грустные всхлипывания из-под травы несчастной весёлки.

- А кто это так горько плачет в родном лесу? И почему?

- Это я, дедушка, маленькая грустная весёлка... А плачу я потому, что осталась совсем одна... И не знаю, что мне делать...

Рассмеялся тут весело Главный Боровик:

- Отродясь я не видел, чтобы самые весёлые из грибов – и плакали...

И, глядя, как смеётся дедушка-боровик, маленькая грустная весёлка сама разулыбалась сквозь чистые слезинки-росинки.

Отсмеялся боровик, нагнулся, погладил маленькую – и уже не такую грустную – весёлку по шляпке, утёр её слезинки.

- Ох, беда с вами, малыши да несмышлёными... Не грусти, я тебе помогу... Вот только недавно неподалёку тут шли грибники – мама с сыном... Я их сейчас сюда приведу, только ты не прячься, и – не бойся ничего...

Сказано – сделано. Побежал, побряхтывая, дедушка-боровик искать грибников – и хорошо, что те совсем ещё рядом были. Стал он из травы высовываться, мальчику с корзинкой подмигивать... Мальчик за ним – боровик от него, да поближе, поближе к маленькой грустной весёлке подводит... Мальчик кричит:

- Мама, мама, смотри – боровик! Да большой какой, крепкий!

Так их старичок-боровичок и подвёл к тому самому месту, где весёлка из травы выглядывала – одна-одинёшенька... А сам под густой куст спрятался – рано ему ещё было в корзинку, не все владения обошёл...

- Да где же твой боровик, сынок?

- Не знаю – растерянно говорит мальчик – только же вот его видел... Ой, мама, а это кто? Смотри, какой маленький грибочек!

Наклонилась мама над маленькой грустной весёлкой, улыбнулась ласково:

- А этот грибок, сыночек, весёлкой называют... Хороший грибок, необходимый.

- Мама, а мы её возьмём себе?

- Конечно, возьмём. У меня уже в корзинке такие есть... А эта – наверное, последняя самая. Забирай скорей, да и домой уже пора...

Зажмурила грустная весёлка глазки, задрожала... А мальчик осторожно и аккуратно достал её из земли, и – в корзинку, а там... Полно всяких грибов – и весёлки, и маслята, и опята, и сыроежки, и подберёзовики с подосиновиками, и даже три белых... Весёлые, счастливые, играют, песенки распевают и смеются... И маленькая грустная весёлка сразу же перестала быть грустной, тоже весело рассмеялась, стала со всеми знакомиться... И хорошо так стало у неё на душе, спокойно – потому что поняла она самое главное в жизни – надо быть полезной, нужной кому-то, и тогда ни в коем случае не останешься – один... А дедушка-боровик смотрел вслед уплывающей в туманный свежий воздух корзинке – и улыбался, улыбался...





Новый Год уже совсем рядом. И так хочется удивить необычным блюдом. Так что давайте удивлять и не только удивлять, но и заставить восхититься его необыкновенным вкусом. А для этого надо совсем немного – внимательно посмотреть на грибное изобилие в крупных магазинах и выбрать грибы Портобелло.

Для справки

Портобелло (Portobello) – полностью созревший гриб кримино (crimino), одной из разновидности шампиньона. Название «портобелло» появилось в 80-е годы 19 века, как замечательный маркетинговый ход, направленный на популяризацию невзрачного гриба, который продавцам приходилось слишком часто выбрасывать. У гриба портобелло большая, до 15 см в диаметре, полностью раскрытая плоская шляпка. Поскольку это наиболее вызревшие экземпляры, гимениальные пластинки у портобелло полностью открыты, это означает, что часть влаги из гриба испарилась. Как следствие, концентрируется и усиливается аромат гриба, а структура становится более плотной, «мясистой». Портобелло можно купить в магазинах деликатесов, а так же в некоторых супермаркетах. Ножки портобелло как правило волокнистые, и их нужно удалять и использовать при приготовлении супов, бульонов, соусов и т.д. Шляпки можно использовать в нарезанном виде, как любые другие грибы, но гораздо разумнее использовать их целиком, запечёнными на гриле, в сэндвичах, закусках и как основу для разнообразных фаршированных блюд

СЛОЕННЫЙ ГРИБНОЙ САЛАТ



Ингредиенты берем по вкусу:
ветчина, твердый сыр, шампиньоны, отварной картофель, вареные яйца, грецкие орехи и майонез для заправки.

Шампиньоны обжариваем и хорошенько остужаем. Ветчину нарезаем соломкой, сыр трем на крупной терке, яйца и картофель нарезаем кубиками. Выкладываем салат на блюдо слоями, каждый слой смазывая майонезом. Первый слой – картофель с грибами, второй слой – ветчина и сыр, затем, третий слой – яйца. Сверху хорошо поливаем салат майонезом и посыпаем измельченными грецкими орехами. Необычайно вкусный и сытный салат для праздничного стола!

КУРИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ГРИБАМИ



1 куриная грудка
200 гр шампиньонов
10 гр сушеных белых грибов
веточка-другая тимьяна
0,5 ч белого сухого вина
1 зубчик чеснока
соль, перец

1. Духовку разогреть до 220 градусов. Шампиньоны порезать, чеснок очистить и мелко порезать.
 2. 2 листа фольги сложить один на другой, сложить так, чтоб получились с 3 сторон бортики – как бы ящичек с тремя сторонами и одной- подлиннее остальных- упавшей.
 3. В миске смешать все ингредиенты и выложить их на фольгу. Накрыть оставшейся несложенной стороной фольги и аккуратно скрепить все края друг с другом.
 4. 25-30 минут в середине духовки.
- Приятного аппетита!

Уважаемые читатели, не используйте в пищу незнакомые грибы, это опасно для здоровья!

ГРИБЫ ПОРТОБЕЛЛО, ФАРШИРОВАННЫЕ ПАСТОЙ ИЗ ВЯЛЕННЫХ ТОМАТОВ



2 гриба портобелло
120-150 гр вяленых томатов в масле
1 ч. л. оливкового масла
горсть базилика
горсть кедровых орешков
2 зубчика чеснока
30 гр пармиджано
20-30 гр феты

1. Духовку разогреть до 200 градусов. Форму для запекания слегка смазать оливковым маслом.
2. Грибы хорошо протереть полотенцем, удалить ножку и мелко ее порезать. Удалить пластинки. Выложить грибы в форму и готовить в духовке минут 7.
3. Тем временем в блендере смешать до пастообразного состояния вяленые томаты, чеснок, пармиджано, базилик, орешки и 1-1,5 ст л оливкового масла (лучше использовать масло из-под томатов). Покрошить фету и смешать ее вместе мелко порезанными ножками грибов с пастой.
4. орешки и 1-1,5 ст л оливкового масла (лучше использовать масло из-под томатов). Покрошить фету и смешать ее вместе мелко порезанными ножками грибов с пастой.
4. Грибы достать, аккуратно нафаршировать пастой. Можно еще посыпать дополнительным сыром.
5. Готовить в духовке еще минут 15, до готовности грибов.
6. Достать, разложить по тарелкам, и угощаться.

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

Газета «Грибная Аптека». Учредитель и издатель ООО «Фарм-принт». Регистрационное свидетельство ПИ № ФС77-24645 от 08.06.2006г. Свидетельство выдано Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Российской Федерации и зарубежным странам. Адрес редакции и издателя: 191167, Санкт-Петербург, Невский пр.180, оф.25. Тел.: (812) 717-87-84, e-mail: gazeta@fungo.ru, Главный редактор Коротков И. Тираж 20000 экз. Подписано в печать 28.05.2010 г. Цена свободная. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, СПб, В.О. 17 линия, д. 60, лит.А, пом.4н. Заказ № ТД-5161

