

GANODERMA (LINGZHI) – Egy csodálatos gyógynövény

Ganoderma (Lingzhi) - A Magic, Herbal Medicine füzet fordítása

A kínaiak évezredek óta kiemelkedő minőségű „gyógynövényként” tekintenek a ganodermára. Ez az első úgynevezett „gyógyhatású készítmény”, amely még hosszútávon történő fogyasztás esetén sem okoz semmilyen mellékhatást. Fokozza a szervezet öngyógyító képességét, segít a betegségek hatékony megelőzésében.

„A gyógynövények áttekintése” című írás, melynek szerzője a híres kínai farmakológus, dr. Li Shin-Chen, színük alapján hat kategóriába sorolja a ganoderma fajtáit. Létezik fekete, lila, kék, fehér, sárga és vörös ganoderma.

Sikeres termesztés

A vadon növekvő ganoderma nagyon ritka, és nehéz begyűjteni. Ha valaki véletlenül rá is bukkan, a hatása szinte mindig elvész a gomba öregedése miatt, hiszen olyan keménnyé válhat, mint a bőr. Akár mérgező is lehet. Mivel a begyűjtése rendszertelen módon történik, bármiféle minőségellenőrzés teljesen lehetetlen.

1970-ben a Kiotói Egyetem Élelmiszertudományi Kutató Intézetének egyik technikus, Mr. Yukio Naoi sikeresen alkalmazta a „spóraszétválasztó termesztési módszert” a ganoderma termesztésére. Ezt a módszert a Kínai Népköztársaság területén 1975-ben vezették be. Mivel a klíma és a talaj rendkívül kedvező, ez az eljárás széles körben elterjedt.

A ganoderma különleges hatásai:

A ganoderma több mint ezer évig a misztériumok ködébe burkolózott. Az emberek csak annyit tudtak, hogy „a ganoderma megőrzi a fiatalságot, és rendszeres fogyasztás esetén hosszú életet biztosít”, de soha senki nem fogott tudományos kutatásba, hogy megállapítsa, miért is olyan hatékony.

Az utóbbi években kínai és más nemzetiségű tudósok által végzett alapos kutatások – az együttműködő kórházak, egyetemek és gyógyszeripari vállalatok elemzéseinek és klinikai kísérleteinek segítségével – végre megfejtették kivételes hatékonyságának titkát. Vér tisztító, méregtelenítő, vizelethajtó, májkímélő, bélműködést szabályozó, szívműködést elősegítő, vérnyomás-beállító, nyugtató-, köhögéscsökkentő és köptető hatású, emellett hozzájárul a tumornövekedés gátlásához is.

A ganoderma legfontosabb alkotóelemei:

1. Szerves germánium (Ge): akár másfélszeresére is megnöveli a vér oxigénfelvevő képességét; javíthatja az emésztést, megelőzheti a szövetek elhalását. Dr. Kazuhiko Asai kutatásai szerint a ganoderma 800-2000 milliomodrászban tartalmaz germániumot. Ez négy-hatszor annyi, mint amennyi a panaxgyökérben (ázsiai ginszengben) található.
2. Poliszacharidok: ezek a szerves vegyületek erősítik a szervezet immunrendszerét, megölik a vírusokat. Japán gyógyszeripari vállalatok gyógyászati alkalmazáshoz megfelelően finomították, és a Koseisho Egészségügyi Részlege Japánban támogatott gyógyszernek nyilvánította.
3. Keserű íz. A japán orvos- és gyógyszerészszakma folyamatosan kutatja ezt a tulajdonságot. Az eredmény: valószínűsíthetően a germánium és a poliszacharidok kapcsolatából adódik. Egyes növények tartalmazzák az egyiket vagy a másikat, de a ganoderma mindegyiknél hatékonyabb. Az alkotóelemek kombinációja eltér minden más növényétől, és a hatékonyság biztosítása érdekében minden alkotóelemet meg kell őrizni.

A ganoderma orvostudományi alapjai:

Dr. Shigeru Yuji klinikai kísérletei alapján a ganoderma a következő alapfunkcióinak köszönheti hatékonyságát.

1. Csökkenti a vérben a koleszterin és a szabad zsírok mennyiségét.
2. Csökkenti a vércukorszintet; visszaállítja a hasnyálmirigy működését.
3. Csökkenti a vérben található lipidek számát, és stabilizálja a vörösvérsejtek membránjait.
4. Mivel a ganoderma adenzint tartalmaz, csökkentheti a vérlemezkék felhalmozódását, bomlasztja a trombinokat és megakadályozza a trombózist.

5. Optimalizálja a mellékvesekéreg működését.
6. Fokozza a szervezet természetes öngyógyító képességét, valamint az immunrendszer hatékonyságát.
7. Lassítja az időskori agyi funkció-csökkenést.
8. Csökkenti az allergia elleni szerek mellékhatásait.
9. Megakadályozza az antigének által okozott allergia kialakulását, mivel gátolja a hízósejtek hisztaminkibocsátását.
10. Hozzájárul a daganatos betegségek megelőzéséhez és blokkolja a tumorsejtek anyagcseréjét:
 - a. Megakadályozza a rákos betegek tumorembólia miatti hirtelen halálát.
 - b. Megakadályozza a trombózis kialakulását, feloldja a trombot, fokozza a tumorelleses gyógyszerek hatékonyságát.
 - c. Csökkenti a rák által okozott fájdalmat.

Valóban igaz, hogy a ganoderma a modern betegségek ellenszere, és „univerzális orvosság” minden betegségre?

Yukio Naoi, Kiotói Egyetem Élelmiszeripari Tudományos Kutatóintézet

„A ganoderma valóban univerzális orvosság?” Most ne a történelem során felbukkanó betegségekről beszéljünk, hanem a modern betegségekről. Hogy megtaláljuk a választ, tizenhárom éven keresztül újra és újra vizsgáltuk a hatásait. Ezen vizsgálatok során kielégítő eredményeket kaptunk.

Az első kérdés az, hogy a ganoderma minden betegség esetén hatásos lehet-e. A válaszunk: „igen”, mert képes arra, hogy karbantartsa a modern ember egészségét. Egy kevésbé egészséges ember számára a ganoderma az emberi test leggyengébb, legerőtlenebb részére is hatással van. Egy beteg ember esetében gyökerénél ragadja meg a problémát, és lehetővé teszi a felépülést.

A ganoderma képes a kiegyensúlyozatlan szervezet megváltoztatására, és egészségessé teszi azt. Nincs eltérés az emberi fajok között, a ganoderma minden esetben ugyanazzal a hatással bír, a világ mindenütt azonos eredményeket tapasztaltak.

Ha egy beteg szervezete különösen jól reagál a ganodermára, az olyan, mintha egy szabadalmaztatott gyógyszer a maximális hatást váltaná ki. Tény, hogy eddig senkinél nem tapasztaltak negatív hatásokat.

1. A magas vérnyomást, az általa okozott fej- és vállfájást, valamint az érelmeszesedést is javítja.

Mr. Isao Tani tanulmánya, Kinki Egyetem Orvosi Kutatóintézet

A kísérleti alanyok túlnyomó részben magas vérnyomással küszködtek. A vérnyomás területén jelentős javulást tapasztaltunk. Az egyik beteg kezdő értéke (180/96 Hgmm) három hónap után 126/94 Hgmm-re csökkent. Ilyen jelentős javulást nagyon ritkán tapasztalunk vérnyomáscsökkentő gyógyszer alkalmazása nélkül.

Néhány nőnél, akiket érelmeszesedéssel kezelnek, a páciensek vérnyomása három hónap alatt 158/77-ről 128/67-re csökkent. A koleszterinszintjük szintén javult, 269-ről 242-re (megj.: mg/dl-ben mérve, a nálunk szokásos mmol/l helyett).

Egyes betegeknek a magas vérnyomás fej- és vállfájással jár együtt. Az ő vérnyomásuk egy hónap alatt 151/78-ről 118/72-re csökkent, és megszűnt a fejfájásuk is.

Több olyan beteg tapasztalt javulást mindkét területen, akik magas vérnyomásra és fájdalmakra is panaszkodtak.

A fenti eredmények alapján látható, hogy a ganoderma eredményesnek bizonyult a magas vérnyomású betegeknek. Vérnyomáscsökkentő gyógyszerek alkalmazása ilyen esetekben csökkentheti a szisztolés nyomást, azonban nincs hatással az diasztolés nyomásra. A ganoderma kivételes tulajdonsága, hogy mindkét értéket csökkentheti.

2. Miért hatásos a ganoderma a szisztolés és az diasztolés vérnyomás esetében is?

Dr. Shigere Yuji a Kinki Egyetemről hat magyarázattal szolgál arra, miért eredményes a ganoderma alkalmazása a szív- és érrendszeri betegségek esetén:

- a. Hozzájárul a magas vérnyomás beállításához.
- b. Emeli a kórosan alacsony vérnyomást.
- c. Megakadályozza az érelmeszesedést, csökkenti a koleszterinszintet.
- d. Megakadályozza a trombózist, feloldja a vérrögöket.
- e. Mérsékli a vérnyomáscsökkentő szerek mellékhatásait.
- f. Vérnyomáscsökkentő szerekkel történő együttes alkalmazása esetén csökkentheti a vérnyomást.

A rák, a hirtelen halál és az erek elzáródása többé nem jelent veszélyt a szervezetre.

Ábra: Az ér keresztmetszete, az érlemezés kialakulása.

3. Az agyi érlemezés, szívinfarktus, agyvérzés és angina pectoris (koszorúér-betegség) esetén is hatékony.

Mr. Ueraba Kioshi tanulmánya, Kinki Egyetem

A ganoderma szedése csökkentheti a fenti betegségek súlyosabb tüneteit, hagyományos kezelés nélkül.

A fenti esetek között volt egy páciens, akinél két esetben is érlemezést diagnosztizáltunk a jobb agyféltekében. (A legjobb eredményt a ganoderma és az Urokinase együttes szedésével érte el.) A betegnél végül teljesen megszűnt a mozgáskorlátozottság.

Egy részlegesen bénult, agyi érlemezéstől szenvedő beteg szabadon tudott mozogni a ganoderma szedését követően. Szabad zsír- és β -lipoprotein-értékei visszaálltak a normális szintre.

A ganoderma fogyasztása a szívbetegekre is jó hatással lehet. A ganoderma más szerekkel történő együttes szedése jobb eredményekkel járhat. Mindemellett, mivel a fenti betegségek nehezen gyógyíthatók, jobb rendszeresen ganoderma-t szedni, hogy eleve megelőzzük a kialakulásukat.

4. Hatékony az akut és krónikus hepatitisz- és májrendellenességek esetén.

Dr. Mitsui Hashimoto tanulmánya, Hashimoto Kórház

Napjainkban a hepatitisz még mindig olyan betegség, melynek kezelésére nincs igazán biztos módszer.

Néhány hepatitiszes beteg számára napi hat kapszula szedését írtuk elő. Három hónappal később mindhárom páciens javulást mutatott: GOT- és GPT-értékeik 200 – 300 U/l-ről 100 U/l-re csökkentek.

Emellett az egyik beteg, aki a ganoderma-t néhány kínai gyógynövény származékkal együtt szedte, további GOT- és GPT-csökkenést ért el. Az egyik esetben a hepatitisz mellé magas vérnyomás is társult. A ganoderma szedése biztató eredményt hozott.

A fentiek alapján nem lehet általános következtetést levonni, de a ganoderma szedését követően hepatitisz esetén is pozitív eredményekre lehet számítani.

Az elégtelen májfunkciók következtében a páciens fáradékonyság is jelentkezik, amelyet a tapasztalatok szerint jól csökkent a ganoderma szedése

5. El kell felejtünk azt a hiedelmet, hogy „a májbetegség gyógyíthatatlan”.

A máj az egészség szempontjából a legfontosabb szerv. A máj működése meglehetősen összetett. Éppen ezért a májbetegségekről azt gondolják, hogy nehezen gyógyíthatók, és a nyugati orvostudomány egyetlen módszere a diétás étrend bevezetése.

Azonban a ganoderma képes a bonyolult májfunkciók optimális működésének helyreállítására. A gyakorlati vizsgálatok azt mutatják, hogy a ganoderma segítségével pozitív eredmények érhetők el. Dr. Shigeru Yuji jelentése alapján a májrendellenességek 10%-ánál két hónap után javulás tapasztalható. A páciensek 40%-ánál megszűntek a tünetek, májuk mérete csökkent. A páciensek fele úgy érezte, hogy a tünetek enyhültek.

6.1. A gyomorfájdalmak, a gyomor- és nyombélfekély is jól gyógyítható.

Dr. Taro Tamura tanulmánya, Kinki Egyetem

Gyomorfájdalmak, gyomorfekély és nyombélfekély kezeléséhez alkalmaztunk ganoderma-t. A legérdekesebb eset egy férfi pácienssel történt, akinél fiatal korában gyomorfekély alakult ki, és nemrég ismételt kiújult. A gyógyszeres kezelés eredménytelennek bizonyult, a ganoderma-val történő kezelés megkezdése után egy héttel a fájdalmai jelentősen csökkentek. A dózis csökkentése után is csak napi egy alkalommal érzett fájdalmat, olykor pedig egyáltalán nem. (A fájdalomcsillapítók többnyire nem használtak.) Ez a kezelés a gyomor- és nyombélfekélyes pácienseknél is eredményes, akik mellkasi fájdalomtól, étvágytalanságtól szenvednek, és olyan gyomorfekélyes betegek esetében is, akiket fáradékonyság, legyengültek. A gyomorrákműtét utáni fájdalmakat is csökkentheti. Sok beteg közérzete javult, testsúly-gyarapodásuk is megindult a ganoderma szedésének megkezdése után.

6.2. A ganoderma védelmet jelent táplálkozási zavarok, egyoldalú táplálkozás és ételmérgezés esetén.

Meglepő eredményeket értek el vérhas, székrekedés, gyomorsavtúltengés és gyomorfekély esetén. Dr. Shigeru Yuji tapasztalatai alapján az ilyen esetekben leggyakrabban alkalmazott gyógyszerekhez hasonló hatásokról számolt be.

A gyomor- és a bélrendszer legfontosabb feladata az ételben található értékes tápanyagok felszívása, majd az emésztés után a salakanyagok eltávolítása. Az emberek általában túl sokat esznek, vagy kiegyensúlyozatlan étrendet követnek, amely az emésztőrendszer károsodásához vezethet. A ganoderma hatékonyan védelmet jelent, optimalizálja az emésztőrendszer működését.

6.3. Elhízás miatt nem kell kalóriacsökkentett diétát kezdeni.

A második világháború után az emberek szegények voltak, és nem volt elég élelmiszer. Felesleges lett volna az elhízással törődni, hiszen a legtöbb ember nagyon sovány volt. Az orvostudomány fejlődésének és a javuló gazdasági feltételeknek köszönhetően a fertőző betegségek és a szegénység már nem jelentenek akkora problémát, bár a különféle krónikus betegségek egyre jobban elterjednek a felnőtt lakosság körében.

Kutatásaink rámutattak, hogy a ganoderma fogyasztó sovány embereknél súlygyarapodás, az elhízottaknál pedig fogyás tapasztalható. Nincs jelentősége az életkornak, a nemnek, az egészségi állapotnak, a ganoderma minden esetben lehetővé teszi, hogy megmaradjon az optimális testsúly és külalak. Rendszeres szedés esetén a ganoderma optimalizálja a felépítő és lebontó folyamatokat. Mivel a ganoderma megszüntetheti az elhízást, a túlsúlyos embereknek sem kell aggódniuk súlyfeleslegük miatt, és a külalakjukra sokat adó nőknek sem kell szenvedniük a kalóriacsökkentett diéták és a fogyasztszerek kellemetlen mellékhatásai miatt.

7.1 A ganoderma jelentősen csökkentheti a kemoterápia mellékhatásait emlő-, vastagbél- vagy gyomorrákműtéten átesett pácienseknél.

Dr. Hiroshi Kawai tanulmánya, Kinki Egyetem

A kísérleti alanyok olyan páciensek voltak, akik műtét után nem megfelelő kezelésben részesültek, valamint olyan betegek, akik a kemoterápia mellékhatásaitól szenvedtek.

Az emlőeltávolítást és kemoterápiát követően a beteg arca szederjessé vált. Kéthónapnyi ganoderma-fogyasztás a szederjesség megszűnt.

Az egyik beteg felső végtagjai emlőeltávolítást követően lebénultak és feldagadtak. Egy hónapnyi ganoderma-fogyasztást után a bénulás jelentős mértékben csökkent.

Néhány beteg gyógynövényekből készült gyógyszerekkel együtt fogyasztott ganoderma-tíz nappal a colostomiát (szájadék képzése a vastagbél egy szakaszán) követően. Az éjszakai izzadás megszűnt, étvágyuk javult.

Egyes betegek gyomorrákműtét után étvágytalanná válnak. Napi hat kapszula ganoderma-koncentrátum fogyasztása mellett étvágyuk jelentős mértékben javult.

A fenti eredmények figyelembevételével megállapítható, hogy a ganoderma kemoterápia mellett történő fogyasztása hatékony kiegészítő terápia, mivel a mellékhatások jelentősen mérsékelhetők.

7.2. Megakadályozza a rákos áttétek kialakulását, csökkenti a fájdalmat és hosszabb élettartam lehetőségét nyújtja.

A ganoderma a Polyporaceae gombák családjába tartozik, és fogyasztását hatékony rákkezelési módszerként tartják számon Japánban, Kínában, az Egyesült Államokban, Kanadában, Oroszországban és Skóciában. Különböző országokban több szakorvos is a legmodernebb tudományos berendezésekkel végzett klinikai tesztekkel, például: Prof. Ta-cheng, Tajvani Nemzeti Egyetem Orvosi Kollégiuma; Prof. Cheng Hui-hua és Prof. Tung Uic-hi, Taipei Orvostudományi Főiskola; A kísérleti eredmények azt bizonyították, hogy a ganoderma hatékony a rák kezelésében. A kutatási jelentések alapján a ganoderma a következő szempontok alapján bizonyult eredményesnek a rák kezelésében:

-A ganoderma rákkal szembeni hatóanyagai a poliszacharidok és a szerves germánium.

-A hatékonysága az összetevők összeadódó hatásának köszönhető. Külön-külön alkalmazva nem volna elérhető a kívánt hatás.

-Javítja az állóképességet, erősíti az immunrendszert és korlátozza a rák szervezeten belüli terjedését.

-A műtétet követően az alábbi rákbetegségben szenvedő pácienseken segíthet: nyelőcsőrák, gyomorrák, emlőtumor, bél- és méhdaganat.

-Megszüntetheti a rák által okozott hasi folyadékgyülemet (ascitest), javítja az étvágyat és megkíméli a beteget a rák késői stádiumában tapasztalt fájdalomtól.

-Együttesen alkalmazható más tumorkezelési módszerekkel, például műtétekkel, sugárkezeléssel vagy kemoterápiával.

A legtöbb ember hordoz magában fogszuvasodásra, rövidlátásra vagy rákra való hajlamot, de ezek a betegségek a későbbiekben is kialakulhatnak. Ha el akarjuk kerülni a fogszuvasodást, akkor több kalciumot kell fogyasztanunk, és kerülnünk kell az édességeket. Ha a rövidlátást szeretnénk elkerülni, együnk több A-vitamint, és ne terheljük túl a szemünket. Ha a rákot akarjuk megelőzni, fogyasszunk ganodermát és kiegyensúlyozott étrend szerint táplálkozunk.

8.A ganoderma hatékony a csípő- és váll-, és egyéb ízületi fájdalmak gyógyításában.

Dr. Taro Kiyobara tanulmánya, Plasztikai- és Rehabilitációs Klinika.

A ganoderma alkalmazható a hát alsó részén érzett fájdalom, valamint a kezekben, vállakban és térdtájékon jelentkező fájdalmak kezelésére.

A ganoderma figyelemreméltóan hatékony a hematómák (szöveti vérgyülemek) által okozott fájdalmak kezelésében.

9.1. A ganoderma a nőgyógyászati problémák, például a menstruációs görcsök, szédülés, klimax stb. kezelésében is hatékonynak bizonyult.

Dr. Yoshinori Imanishi tanulmánya, Imanishi Nőgyógyászati és Szülészeti Klinika

A szerző, szülész-nőgyógyászként olyan nőknek javasolt ganoderma-fogyasztást, akik menstruációs görcsöktől, szédüléstől, rendszertelen menstruációtól, klimaxos tünetektől szenvedtek vagy nehezen estek teherbe.

Három esetben tapasztalt pozitív eredményt. Egy 46 éves nő egy hónapig szedett ganodermát, és szédülése, vállfájása megszűnt. Egy terhes nőt mellkasi szorító fájdalmakkal és étvágytalansággal kezelt. Ganoderma fogyasztást követően javult az állapota. Egy több éve házasságban élő nőbeteg, aki a rendszeres próbálkozások ellenére sem tudott teherbe esni, háromhónapnyi ganoderma-fogyasztás után létrejött a megtermékenyülés.

A ganoderma enyhítheti a gyermekágyi időszak tüneteit, hiszen vérképző, vizelethajtó és méregtelenítő hatással is rendelkezik.

9.2. A ganoderma terhes és vajúdo nők számára egyaránt szükséges.

Amikor egy nő teherbe esik, a szülei talán aggódnak, hogy adhatnak-e neki ganodermát. A várandós anyáknál gyakoriak a hangulatingadozások, különösen az első gyermek esetén. A terhesség alatt a nők mind mentálisan, mind fizikálisan érzékenyek a külső ingerekre. Bár természetes jelenség, ezt a legtöbb nő nehezen tolerálja.

Ebben az időszakban a ganoderma vérképzőként, vizelethajtóként és méregtelenítőként hat, és elősegíti a magzat normális fejlődését. Kanata professzor, Tohoku Egyetem tanára szerint a ganoderma fogyasztása nőknél és férfiaknál is javítja a nemi működést, fokozza a spermiumok aktivitását és szabályozza az ovulációt.

10.A ganoderma jelentős mértékben gyógyíthatja a vesebetegségeket.

A vesebetegségek a nehezen kezelhető betegségek közé tartoznak. Ide soroljuk az akut és krónikus vesegyulladást, a diabéteszes vesebetegséget és a reumás lázat. Ezeket részben a magas koleszterinszint és a magas vércukorszint is kiválthatja. A vesék túlterheltek, és a vér nem jut el a vese hajszálereibe. A vesebetegségek ödémát, vizeletretenciót, fáradtságot és komoly urémiát okozhatnak. Fumio Tsurudani, a japán Nagoya Egyetem Orvostudományi Intézetének professzora kísérletet végzett vesebetegekkel, hogy ellenőrizze a ganoderma hatékonyságát. Arra a következtetésre jutott, hogy a fehérje- és a koleszterinszintet csökkenti, és normalizálja a veseműködést is.

11.A cukorbetegség folyamata többé már nem visszafordíthatatlan.

A cukorbetegséget a hasnyálmirigy elégtelen inzulinkiválasztása okozza. Jelenleg az orvostudomány egyetlen kezelésként az inzulin-pótlást alkalmazza.

Bár az inzulin csökkenti a vércukorszintet, a tünetek nagyon hamar újra jelentkeznek, továbbá a kortizon hormoninjekcióhoz hasonlóan több mellékhatás is jelentkezhet. A kívülről beadott inzulin nem képes helyreállítani a hasnyálmirigy működését, és a szerv degenerációját is gyorsítja.

A Kinki Egyetem Orvostudományi Kutatóintézete évekig tartó kísérletek során megállapította, hogy a ganodermanak ugyanolyan hatása van, mint az inzulinnak. Ennek megfelelően a ganoderma fogyasztása a hasnyálmirigy működésének helyreállítása révén mellékhatás-mentesen enyhítheti az inzulinhiány tüneteit.

12. A ganoderma számos kevésbé ismert betegség kezelésében is hatékony.

1. Gyakran ismeretlen a kiváltó ok (idiopathiás betegség)
2. Ha ismert a kiváltó ok, több betegség gyógyszeresen nem mindig kezelhető. Például a magas vérnyomás olyan sokféle eredetű lehet, hogy a vérnyomáscsökkentő szerek segíthetnek ugyan a tünetek megszüntetésében, de a betegséget kiváltó ok gyakran tisztázatlan marad.

I. Melléklet: a tíz fő halálozási ok

1. Rosszindulatú daganat
2. Agyvérzés
3. Baleset
4. Szívbetegség
5. Magas vérnyomás
6. Krónikus hepatitisz és májsugorodás
7. Hörgőhurut
8. Cukorbetegség
9. Tuberkulózis
10. Öngyilkosság

II. Melléklet: japán tanulmányok

A japán orvostudomány megerősítette a ganoderma pozitív hatásait.

Az orvosok világszerte fontosnak tartják a jó minőségű gyógyszereket. A ganoderma különleges hatásait egy új orvosi kifejezéssel jelölik: „adaptogén” (helyreállítja a megbomlott egyensúlyt).

A japán kórházak és kutatóintézetek által végzett hosszas kutatások és kísérletek minden szempontból megerősítették a ganoderma pozitív hatásait. Bizonyítottan hatékony olyan betegségek kezelésében, melyeknek kiváltó oka valamilyen vérkeringési zavar. Ilyen betegségek:

1. Alacsony és magas vérnyomás (hipertónia).
2. Hipertónia által okozott szívbetegségek.
3. Agyvérzés, magas vércukorszint, érszűkület.
4. Klimaxos rendellenességek, nőgyógyászati problémák.
5. Székrekedés, aranyér.
6. Krónikus hepatitisz.
7. Vizeletelési nehézségek, gyakori vizeletelési inger.
8. Gyomor-és nyombélfekély.
9. Légúti allergiás betegségek
10. Krónikus hörgőhurut, asztma.
11. Ízületi gyulladások, reumatikus betegségek
12. Álmatlanság, letargia, neurózis

Mivel a ganoderma harmonizálja a szervezet funkcióit, a vérnyomás szempontjából kétféle hatást tapasztaltak: emelheti és csökkentheti is a vérnyomást. Fokozza a szervezet természetes öngyógyító képességét, erősíti az immunrendszert.

A ganoderma szedését követően néhányan „ellenhatásokat” tapasztalhatnak, különösen a fogyasztás kezdeti időszakában: szédülés, gyengeség-érzés, gyakori vizeletelési és székelési inger jelentkezhet. Ez normális jelenség, és azt jelzi, hogy megindult a tárolt méreganyagok távozása a szervezetből. A cukorbeteg sok cukrot veszíthetnek, a reumás betegek átmenetileg erősebb fájdalmat tapasztalhatnak. Ez a jelenség csupán a szervezet normális, funkcionális alkalmazkodása. Semmire nem utal a ganoderma hatékonyságán kívül. A páciensek fizikai állapotától függően pár napon belül ezek a tünetek megszűnnek. Mivel a ganoderma természetes hatóanyag, hagyományos gyógyszerekkel együttesen is alkalmazható, azok mellékhatásait is csökkentheti.

GANODERMA HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

I. ADAGOLÁSI ÚTMUTATÓ

1. Az egészség megőrzésére: kezdeti időszak (első tizenöt nap), vegyünk be egy kapszulát reggel és egyet lefekvés előtt. A tizenötödik napot követően napi egy kapszula elég (alkalmanként egy kapszula).
2. A reumás, légcsőhuruttal vagy fájdalommal küszködő páciens naponta kétszer, reggeli és vacsora előtt szedje, amíg a tünetek meg nem szűnnek. Ezt követően elég a napi egy kapszula. Fájdalom esetén bármikor szedhető (alkalmanként egy kapszula).
3. A hepatitiszes, tumoros, cukorbeteg páciensek naponta több mint három alkalommal szedik, alkalmanként 1-2 kapszulát. Ha szükséges, az 1-2 kapszula napi 4-5 alkalommal is szedhető.

II. HATÁSOK

1. A tünetek megszűnnek.
2. Energikusabbnak érzi magát.
3. Javul az étvágya, a testsúlya stabilizálódik.
4. Mélyebben és jobban alszik. Az alvással töltött órák száma csökken, de frissebben fog ébredni.
5. Eredményesebbé válik a székletürítés.
6. „Az ellenhatások”: (kínai gyógyászati kifejezés: a tünetek romlanak, mielőtt javulni kezdenek, mert először a betegség kiváltó oka szűnik meg.) A ganoderma szedésének megkezdésétől számított harmadik napot követően egyes esetekben enyhe ellenhatások tapasztalhatók. Ez nem mellékhatás, a szedést folytatni kell. Ez csak a hatékonyságot igazolja, az ellenhatások egyénenként eltérőek lehetnek. Nem mindenki tapasztal ellenhatást, mivel ez a szervezetben felgyűlt mérgeanyagok mennyiségétől függ. Általánosan elmondható, hogy akinek túlérzékeny a szervezete, vagy nagy mennyiségben szed gyógyszereket, könnyen tapasztalhat ilyen tüneteket. Esetenként előfordulhat csalánkiütés az arcon vagy más bőrfelületen, akár a szájban is. Szintén tapasztalható ödéma, hasmenés, gyomorfájdalom, láz, fülzúgás, vérnyomás-ingadozás és fokozódó váladéktermelés. Ezek nem mellékhatások. Aggodalomra semmi ok, folytassa a szedést, a tünetek enyhülni fognak és hamarosan megszűnnek. A gyógynövényalapú orvosságok vagy táplálkozási terápiák alkalmazásából eredő egyes jelenségeket a szerek mellékhatásának tartják. Valójában azonban, amikor ezek a tünetek jelentkeznek, a beteg fokozatosan meg fog gyógyulni.

ELLENHATÁSÚ REAKCIÓ – ÁTALAKULÁS POZITÍV REAKCIÓVÁ

Amikor egy savas állapotú test lúgossá válik, a mérgeanyagok távoznak a szervezetből. Ez abban a pillanatban különböző hatású reakciókat válthat ki, jellemzően 3-10 napon belül. A tünetek személyenként változnak, van, akinél csak enyhék, míg a másik betegnél egész súlyosak is lehetnek. Amikor a tünetek megszűnnek, a páciens energikusabbá válik.

Ha a szervezet szövetei elsavasodtak, megnő a betegségek kialakulásának esélye.

Ha a reakció súlyos, a következő tünetek jelenhetnek meg:

- a. Elsavasodás (acidosis)
 1. Aluszékonyság.
 2. Szomjúság, szájszárazság.
 3. Éjszakai vizelet, gázképződés a belekben.

A következő betegségek esetén az alábbi reakciók csak rövid időtartamra jelentkezhetnek:

- a. magas vérnyomás: fejünket nehéznek érezhetjük 1-2 héten keresztül.
- b. vérszegénység (főleg nőknél tapasztalható orrvérzés).
- c. gyomorbántalmak: mellkasi forróság, rossz étvágy.
- d. gyomorfekély
- e. hasmenés.
- f. májbetegség: csuklás, hányás.
- g. májzsugorodás: véres széklet.
- h. vesebetegség: hirtelen lezuhanhat a fehérjesszint, enyhe ödéma az arcon.
- i. cukorbetegség: vércukorszint emelkedhet, enyhe ödéma alakul ki a végtagokon.
- j. aranyér: esetenként vérzés tapasztalható.

AZ „ELLENHATÁSÚ” REAKCIÓ ELŐFORDULÁSA

1. Tízből kilenc beteg tapasztalhat ilyen reakciót.

2. Azok a betegek, akik ezt tapasztalják, gyorsabb eredményekre számíthatnak. Ha nem tapasztalnak ilyet, akkor a szervezetük lassabban reagál.
3. Az enyhe reakciók 2-5 napig, a komolyabbak 7-30 napig tarthatnak.
4. Ha a reakció súlyos, csökkentjük a dózist, vagy keressük fel orvosunkat, hogy megszüntesse a tünetet, azután folytassuk a szedést addig, amíg a reakció el nem múlik.
5. Néhányan a ganodermakezelés megkezdését követően 3-10 nap múlva tapasztalják a reakciót. Egyes esetekben a reakció 2-3 hónap múlva jelentkezik. A reakció nem csak egyszeri jelenség, kivéve azt az esetet, ha a beteg már teljesen meggyógyult.

Néhány esetben a ganoderma-fogyasztás nem jár semmilyen hatással:

Általában egy doboz elfogyasztása után már érezhetőek a hatások, azonban előfordulhat, hogy néhányan nem tapasztalnak semmilyen hatást. Az okok az alábbiak lehetnek:

- a. Nem a megfelelő időben fogyasztja, vagy nem tartja be a javasolt adagolást.
- b. Abbahagyja a szedést, amikor az „ellenhatású reakciók” megjelennek.
- c. A betegség túl régóta tart, vagy túl sok gyógyszert szed. A szervezetben felgyülemlett mérgeanyagok nem távolíthatók el teljesen.
- d. A betegség súlyossága hullámzik a kezelés megkezdése óta. A betegek elveszítik bizalmukat, ezért abbahagyják a szedését. Ha a betegség nem múlt el teljesen, előfordulhat ingadozás, de a fájdalom apránként enyhülhet. Ez esetben is folytatni kell a szedést.

FONTOS: A fenti tanulmány tartalmát különböző országokban végzett kutatási tanulmányokra alapoztuk. Ezek a kutatási eredmények alátámasztják azt a tényt, hogy a ganoderma az egészséges táplálkozás hasznos kiegészítője.

A ganoderma (kínaiul LINGZHI)

A gombák családjába tartozó ganodermákat a kínaiak több ezer éve egyfajta csodaszerként tartják számon, mely hosszú életet tesz lehetővé. A részletek és különböző elnevezések olyan történelmi, a kínai orvoslásról szóló könyvekben szerepelnek, mint például a „Shen-Nung gyógyfüvek könyve” vagy a „Gyógynövényből készült orvosságok áttekintése”.

I. Eddig miért nem alkalmazták széles körben a gyógyászatban?

A ganoderma segít az egészségi állapot fenntartásában és javításában. Azonban egészen napjainkig a kínaiak és kínai orvosok között nem terjedt el széles körben az alábbi okok miatt:

1. Nehéz begyűjteni. A ganodermákra általában véletlenül bukkannak rá. Ha meg is találják, könnyen lehet, hogy a rovarok kárt tettek benne, vagy a gomba kora miatt gyógyító ereje már régen elveszett.
2. Nagyon sok hasonló fajta létezik. A hatásos fajtát nem lehetett megtalálni. Az elmúlt 30 év során több mint harmincféle ganodermát gyűjtöttünk össze Tajvanon.
3. A ganodermákat nem lehet időben begyűjteni, hogy megőrizzék gyógyító erejüket. Amikor a ganodermákat megtalálják, az öregedés miatt már szinte nincs is gyógyító hatásuk. A fiatal ganodermák keserű és édes ízűek, azonban az íz szinte teljesen elvész, ahogyan bőrszerűre keményednek. Csak a fiatal, növésben lévő ganoderma hatásos.
4. Nincs határozott recept. A kínai gyógyítók által alkalmazott technikák és receptek általában olyan könyvekben talált információkon alapulnak, mint a Shang-Han-Lun és a Chin-Juei-Yao-Luch. Azonban egyik könyv sem ad megfelelő receptet a ganodermákra vonatkozóan. Mivel a vadon növekvő ganodermákat nehéz begyűjteni, és mivel annyiféle létezik, a problémák megoldásához számos faj termesztésével kezdtünk hozzá. 1973-ban bemutattunk néhány hasonló fajt, és országszerte bejártuk a hegyvidékeket, hogy vadon élő mintát gyűjtsünk összehasonlítási alapnak. Vállalva a mérgezés kockázatát, személyesen kóstoltuk meg valamennyit. Hat év után sikeresen kinemesítettük a ganodermákat.

II. Fő alkotóelemei és azok funkciói.

A ganoderma gombában – a közönséges gombákban is megtalálható alkotóelemeken kívül – két nagyon fontos anyag található:

1. Germánium (Ge) 32. Kazuhiko Asai japán orvos kutatási tanulmánya szerint a ganoderma 800-2000 milliomodrészen tartalmaz germániumot.

A germánium javíthatja a vérkeringést, ezáltal növelve a szervezet oxigénfelvevő képességét. Megfelelő véroxigénszintet biztosítva javítja az anyagcserét, és megakadályozza a funkcionális degenerációt. Asai egyik elemzése alapján a ganoderma fő alkotóeleme a germánium. A ganodermban 4-6-szor több germánium található, mint a panaxgyökérben.

2. Poliszacharidok. A közönséges gombákban eltérő mennyiségben található meg. Japán gyógyszerészek és gyógyszergyártók poli-szacharidokat vontak ki a – ganodermával egy családba tartozó – „Yun-Yong”-ból, és elkészítették a P.S.K. nevű gyógyszert. Ezt a gyógyszert klinikailag is alkalmazták immunterápia során rákos betegeknél, és a Koseisho Egészségügyi Részlege engedélyezte mint bizonyítottan hatékony támogatott gyógyszert. Rákos betegnek írják fel megelőzésre, rosszindulatú betegség és áttétek esetén. A poliszacharidok növelhetik az antitestek számát, ezzel erősítve az immunrendszert. Az orvosi szakma komoly érdeklődést mutatott, amikor először jelent meg orvosi tanulmányokban az a tény, hogy a ganoderma nagy mennyiségben tartalmaz ilyen alkotóelemeket. Mivel a mesterséges termelés sikeresnek bizonyult, nem kell aggódni az utánpótlás miatt. A ganoderma a japán orvosi és gyógyszerészeti szakma folyamatosan kutatja és termeli, és egészséges élelmiszerként be is vezették a piacra.

III. A ganoderma gyógyító hatása

Évezredek óta „hosszú életet adó csodaszerként” tekintettek a ganodermára. Az ilyen mendemondákat lassanként tényként fogadták el azok, akik már fogyasztották. Ha valaki folyamatosan szedi, akkor tapasztalhatja meg kiváló hatékonyságát. Az utóbbi években néhány tengerentúli kínai és japán orvos és gyógyszergyártó tanulmányozta hatékonyságát és alkalmazta a klinikai gyakorlatban. A következő hatásokat dokumentálták: vértisztító és vizelethajtó, méregtelenítő, védi a májat, optimalizálja a bélműködést, a szív működését, a vérnyomást, antibakteriális hatású, csökkenti a köhögést és a felső légúti betegségeket, köptetőszer, nyugtató és fájdalomcsillapító hatású. Ez azt jelenti, hogy a ganoderma rengeteg alkotóelemet tartalmaz. Ezek külön-külön nem, csak egymással kölcsönhatásban hatékonyak. A következő betegségek kezelésére is alkalmazható:

Magas vérnyomás, szívbetegségek, cukorbetegség, impotencia, klimaxos tünetek, krónikus hörghurut, asztma, reuma, vállmerevség, ízületi gyulladás, neurózis, gyermekági láz, pajzsmirigydagány, rendszertelen menstruáció, akne, aranyér, bőrgyulladás, kopaszodás, lupus erythematosus (SLE – krónikus autoimmun betegség) és visszér. Továbbá hatékony a hosszú távú autózézetésből, vizsgázás miatti vagy erőteljes fizikai tevékenységből adódó fáradékonyság csökkentésében, enyhíti a másnaposság tüneteit, a gyógyszerek mellékhatásait, megszünteti a rossz szájszagot és a gyomorfájdalmakat. Hagyományos gyógyszerekkel párhuzamosan történő fogyasztás esetén képes csökkenteni azok mellékhatásait és fokozni hatékonyságukat.

IV. A ganoderma hatásai:

Figyelmet kell fordítani a minőségre és a megfelelő fajta kiválasztására. Szedését követően a következőket tapasztalhatjuk:

- a. Az alvással töltött órák száma csökken, az alvás pihentetőbbé válik.
- b. Javul az étvágy.
- c. A salakanyagok rendszeresen és könnyen távoznak.

SZERVES GERMÁNIUM

Tények a szerves germániumról:

1. Minden eddig ismert gyógyszertől teljesen különböző anyag.
2. Képes beállítani az elektromos energiákat és mágikus elektronikus hatással van a szervezetre.
3. Oxigénpótló funkcióval bír.
4. Javítja a sejtfalak aktivitását azáltal, hogy növeli a szervek oxigénellátását.
5. Megsemmisíti a poliklorid bifenil vegyületek mérgező hatását, és megszünteti az ételmérgezést.

I. Oxigénközpontú molekuláris gyógyszerként a germánium elősegítheti a dehidrogénezés folyamatát, és növelheti a szervezet oxigénszintjét.

A szervezetnek nagy mennyiségű oxigénre van szüksége ahhoz, hogy megszabadulhasson tápanyagok lebontása során keletkező salakanyagoktól.

Mivel a szerves germániumvegyület könnyedén megköti a hidrogént, elősegíti a dehidrogénezett állapot kialakulását, oxigénhez köti a hidrogént, mely így távozik a szervezetből.

Ez lehetővé teszi a szervezetben maradó oxigén hatékonyabb felhasználását. Tulajdonképpen a szerves germánium 20-30 óra alatt teljesen kiürülhet a szervezetből hidroxil-germániumként. A szerves germánium fogyasztását követő vizsgálat azt igazolta, hogy a szervezetben tárolt oxigén mennyisége jelentősen megnőtt.

További következtetések:

1. A vér viszkozitása csökken
2. Az agyi vérkeringés javulása növeli a vér oxigén-szintjét.
3. Szénmonoxid-mérgezésben is hatékony.
4. Élénkíti a végtagok keringését.
5. Az agyba jutó oxigén mennyiségének növelése révén stroke esetén is hatékony.
6. Elősegíti a pihentetőbb, mély alvást.

II. Fontos a megfelelő pH-érték fenntartása a szervezetben. A savas állapot oxigénhiány kialakulásához vezet.

Közismert tény, hogy az oxigén életfontosságú molekula, az oxigénhiány káros folyamatokat indít be. Ha oxigénhiány alakul ki, akkor sejt-degeneráció jöhet létre ez pedig könnyen rák kialakulásához vezethet. Milyen tényezők válhatnak ki oxigénhiányt?

Egyes élelmiszerek fogyasztása után az anyagcsere-folyamatok köztes termékeinek egy része savas kémhatású. Ha valaki csak adott típusú élelmiszereket fogyaszt, a szervezetében túltengenek a savak, mert felborul a savak és lúgok egyensúlyi állapota.

Az elsavasodás azt jelenti, hogy a szövetekben túl sok pozitív hidrogénion gyűlik fel. A hidrogén- és oxigénionok vízzel alakulnak. Ezért alakulhat ki oxigénhiány a szervezetben.

III. Dr. Chirotaka Tanaka klinikai kísérletei a szerves germániummal.

A szerves germánium hatékony a következő betegségek kezelésében: érelmeszesedés, agybetegségek (agyvérzés, agyi trombózis, agylágyulás), klimax problémák, szívbetegségek (pl. angina pectoris), szénmonoxid-mérgezés, egyéb akut gyógyszermérgezés, gyomorfekély, féloldali bénulás, epilepszia, kábultság, krónikus reuma, analgézia (a fájdalomérzés teljes hiánya) rákbetegség esetén, Raynaud-szindrómában, stb.

Dr. Tanaka klinikai kísérletei alapján bizonyítást nyert, hogy a szerves germánium nem halmozódik fel szervezetben.

Hatásai a következők:

1. Javítja a sejtregenerációt.
2. Megakadályozza a rákos daganat – műtéti eltávolítását követő – újbóli megjelenését. Elyomja a rákos sejteket, és megakadályozza az áttétek kialakulását.
3. Gyógyítja az agyvérzést és a paralízist, javítja a végtagok vérkeringését.
4. A szerves germánium szedése javítja a hangulatingadozásokat, a fáradtság-érzést, lehetővé teszi a mélyebb alvást.
5. Megszünteti a prosztatagyulladás okozta fájdalmat.
6. A jó egészségi állapotban lévő emberek a germánium szedésével növelhetik szellemi kapacitásukat.

IV. A szerves germániumnak nincs semmilyen mellékhatása.

1. Miután a germánium teljesen felszívódott, teljes mértékben távozik a szervezetből. Ennek a teljes távozásnak az időigénye az egyén fizikai állapotától függ, általában 20-30 órát vesz igénybe. Nincsenek mellékhatások.