

ИРИНА ФИЛИПОВА

ГРИБЫ - ЦЕЛИТЕЛИ



Эффективное
ЛЕЧЕНИЕ

❖ **ОНКОЛОГИИ** ❖

❖ **ОЖИРЕНИЯ** ❖

❖ **ПСОРИАЗА** ❖

**ЗДОРОВЬЕ
В ЛУКОШКЕ**

**ЧАГА, ГРУЗДЬ, ВОЛНУШКА,
ВЕСЕЛКА, ДОЖДЕВИК...**



Грибы-целители

Ирина Филиппова

**Здоровье в лукошке.
Эффективное лечение онкологии,
ожирения, псориаза. Чага, груздь,
волнушка, веселка, дождевик...**

«Центрполиграф»

2015

Филиппова И. А.

Здоровье в лукошке. Эффективное лечение онкологии, ожирения, псориаза. Чага, груздь, волнушка, веселка, дождевик... /

И. А. Филиппова — «Центрполиграф», 2015 — (Грибы-целители)

Знали ли вы, что путь к нашему здоровью совсем рядом? Искать его стоит под деревьями и на деревьях, на пнях и на полянках. Речь конечно же идет о целебном чуде природы – грибах. Немногие, даже любители «тихой охоты», знают, что грибы – не только полезная и вкусная пища, но и лекарство – как для растений и зверей, так и для людей. Известный врач-фунготерапевт и главный редактор газеты «Грибная аптека» Ирина Филиппова поделится своими знаниями, а также обширным опытом читателей газеты. Множество приведенных в книге советов и рецептов помогут вам одолеть близорукость, простуду, алкоголизм, диабет, туберкулез, псориаз, акне и другие болезни с помощью натурального целебного средства – грибов.

Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Что нужно знать, чтобы лечиться грибами	8
Глава 2. Почему грибы лечат	10
То, чего мы о грибах не знали	10
Микориза – лечение... по бартеру	12
«Оздоровительная зараза»	13
Гиббереллин – грибное открытие	14
Грибная аптека для растений	15
Грибная аптека для зверей	16
Антигельминтные лисички	17
Строчки – лосиное лекарство	18
Мухоморы – противоопухолевое лесное лекарство	19
Глава 3. Грибная терапия	20
Немного истории	20
Грибы российских лесов – целебное чудо	21
Мокруха – ежеиковое и беличье лекарство	21
Из архива газеты «Грибная аптека»	22
Сморчки – грибные подснежники	23
Из архива газеты «Грибная аптека»	24
Дождевик – всем грибам гриб	26
Из архива газеты «Грибная аптека»	28
Чага – русский гриб	30
Из архива газеты «Грибная аптека»	31
Трутовик лиственничный – грибная панацея	35
Из архива газеты «Грибная аптека»	36
Набerezовик – сводный брат подберезовика (березовая губка)	37
Применение в народной медицине	38
Из архива газеты «Грибная аптека»	39
Некоторые рецепты псковского монаха-целителя XIX века Феофила	40
Фулиго гниlostный – яичный омлет на траве	42
Целебные свойства «муравейного масла»	43
Из архива газеты «Грибная аптека»	44
Колпак кольчатый	44
Навозник серый	46
Происхождение древнее – из крестьян	46
Грибные чернила	46
Целебные свойства	46
Лекарство	47
Из архива газеты «Грибная аптека»	47
Фиолетовые рядовки	52
Лечебные свойства	53
Токсичность	53
Королева грибного царства – веселка	53
Из архива газеты «Грибная аптека»	55

Белый груздь – лесное «сало»	59
Из архива газеты «Грибная аптека»	60
Кружевные красавицы – волнушки	63
Из архива газеты «Грибная аптека»	65
Луговые опята – коровьи доктора	65
Из архива газеты «Грибная аптека»	66
Послесловие	69
Центр фунготерапии Ирины Филипповой	70

Ирина Александровна Филиппова

Здоровье в лукошке

Эффективное лечение

онкологии, ожирения, псориаза...

Предисловие

Эту книгу я писать не собиралась, хотя материала становилось все больше и больше. Было время, когда я просиживала в библиотеках часами, выискивая по крупницам утерянные знания по лекарственным грибам, выспрашивала старушек знахарок и травниц о забытых рецептах лечения мухоморами или сморчками, переводила любую информацию, появляющуюся в иностранной печати.

Это было давно – до первой моей книги о грибах. Первая книга о фунготерапии наделала много шума. Народ был удивлен до предела: грибы – и вдруг *лечат*? Сначала просто удивлялись, а потом люди как будто вспомнили, что не только японцы и китайцы лечились грибами – наши предки эту науку тоже знали в совершенстве.

И в газету «Грибная аптека» буквально валом пошли письма. И не только о том, как читателям помогли грибные препараты, которые выпускает наша фирма «Биолюкс», но и о собственных знаниях и опыте лечения грибами, а еще слышанное когда-то от бабушек, мам и соседок. Утерянное знание вдруг стало резко проявляться из подкорки, из забытых сундуков и кладовых.

Я не люблю самолечение. И печатать письмо заблудившейся в лесу женщины, которая проплутала несколько суток в дебрях и была вынуждена питаться *сырыми* опятами, а потом выяснила, что этим вылечилась от сахарного диабета, – чревато. Чревато тем, что наши бесшабашные россияне тут же с места в карьер рванут собирать и есть сырые опята. Кроме того, они имеют все шансы спутать их с ложными опятами – и получить отравления (не смертельные, но неприятные). И есть начнут эти опята в сыром виде не только при диабете, но и при раке, и при гриппе и т. д. Ведь пьют же бесстрашно и керосин, и АСД, и сулему. Этого я не хочу. Даже если от этого не будет вреда, не будет им пользы. А люди скажут: мне не помогло, значит, грибы не лечат!

А ведь для того, чтобы помогало, нужно много условий: знание, при каких болезнях грибы помогают, какие именно грибы и как именно они приготовлены, сколько их принимать и в каком количестве. А это знает только специально обученный и, мало того, *чувствующий* своего пациента специалист. Поэтому-то я и откладывала эти письма подальше в ящик – авось когда-нибудь пригодятся. И публиковала письма-отзывы о помощи в излечении болезней специальных грибных препаратов, которые производила наша фирма.

Но однажды ко мне пришел священник отец Василий и сказал удивительную фразу: «То, что вы делаете, – богоугодно. И очень многие истинно верующие люди лечатся вашими грибными препаратами – и очень успешно. Но поверьте: у вас в руках драгоценный клад, которому нет аналогов, – *знание* грибной терапии. А вот представьте – случилась катастрофа (все может быть – техногенная катастрофа, война и т. д.). Нет заводов, нет фармацевтических фабрик. Человек остался один на один с природой. И ему надо выживать. И вы обязаны оставить *свои* знания, как лечиться дикорастущими грибами, какие грибы можно использовать в пищу, какие заболевания поддаются гриботерапии. Святые старцы такие знания сейчас считают наиболее актуальными».

И это меня убедило.

Филиппова Ирина Александровна, фунготерапевт, генеральный директор ООО «Центр фунготерапии».

Глава 1. Что нужно знать, чтобы лечиться грибами

Первое и самое основное – нужно хорошо знать и любить грибы. Прежде всего – *знать*. Для этого недостаточно один раз посмотреть на картинку и тут же бежать отыскивать похожие грибы в своем лесу. Доходит до анекдотов – кто-то находит у себя на липовом пеньке в Подмоскovie *шиитаке* (гриб, который растет *исключительно* на Дальнем Востоке, в Китае и Японии). Кто-то *лиственничную губку* (трутовик) находит в Пскове на березе, хотя название трутовика говорит само за себя – он *лиственничный*, следовательно, растет только на лиственницах, в Сибири и на Алтае. Веселку путают всегда то со строчками и сморчками, то с мутинусом собачьим. Ладно путать – но наш бесстрашный народ быстренько делает из этих якобы знакомых им грибов настойки и начинает лечиться! Поэтому первое правило: не знаешь или твердо не уверен – НЕ ДЕЛАЙ! Лучше и проще заказать эти грибы в виде уже готовых препаратов в нашей фирме «Центр фунготерапии Ирины Филипповой».

Это первое, но есть и второе, и момент это неприятный. Люди на себя в знании грибов особо не надеются, но свято верят «целителям», которые высылают травы и грибы. Недавно газета «Грибная аптека» опубликовала вот такую статью:

О веселке... с грустью

Вот такое к нам пришло письмо:

«Дорогая редакция! Пришлите мне семена веселки. У меня есть хороший огород, буду выращивать и людям рассылать. А то пенсия маленькая – крутиться надо...

Пенсионерка Т., Московская обл.».

И еще одно следом:

«Подробнее напишите о свойствах веселки и фото ее пришлите побольше. Летом буду искать, сушить и всем нуждающимся отсылать. А то у нас в деревне работы совсем нет...

Житель д. Ивантеевка».

А параллельно приходят вот такие письма:

«Увидели мы объявление в газете – целитель Васильев из Самары высылает всем желающим гриб веселку для настоек. И цена подходящая – 100 руб. (у вас дороже). Заказали. Пришел пакетик, а в нем три стебелька с красной шапочкой. И запах очень вонючий. Мы с мужем засомневались – давай вашу газету смотреть. И увидели, что это совсем другой гриб – мутинус собачий. Мы ему письмо – и все, ни ответа ни привета...

Екатериныны, Тольятти».

«Женщина из Пскова, которая себя именует врачом и целителем, выслала нам сбор целебных грибов, в котором, как она указала, есть веселка, губка лиственничная, мейтаке и шиитаке. Мы грибники, к тому же читаем регулярно вашу газету, поэтому сразу поняли, что там и следа нет ни от одного заявленного гриба – это были сушеные... *сыроежки*. А сбор этот обошелся нам в 360 рублей...

Костины, СПб.».

«Хочу всех предостеречь от мошенника И. Разумова, который дает объявления в газетах и всем предлагает выслать порошок агарика бразильского

всего за 80 руб. Я купился на такую дешевизну и получил целый пакет *древесных опилок*.

Одинеев Виктор Аркадьевич, Москва».

«Я послал 460 руб. по указанному в газете адресу целителя Новика из Новгорода, чтобы мне выслали порошок гриба веселки на весь курс. И сколько я не посылаю туда писем с квитанцией внутри – никто не отвечает...

Краевский И. О., СПб.».

Что можно сказать по этому поводу? Маленькая пенсия и у одних, и у других. Одни хотят увеличить свой заработок за счет других, а те охотно посылают деньги мошенникам, то есть сами хотят быть обманутыми? Первые хотят нажиться, а вторые – сэкономить.

Сколько уже раз объясняли – бесплатный сыр бывает только в мышеловке. А есть еще и английская присказка: «Мы не настолько богаты, чтобы покупать дешевые вещи».

Веселка – гриб очень редкий, его трудно найти, еще труднее высушить. Свойства его уникальны. Этот гриб не может быть дешевым. И если он стоит дешево – это повод задуматься.

«Был такой случай, – рассказывает А. Разин – технолог ООО „Шиитак“, который занимается производством продукции на основе гриба веселки, – некий мужчина привез 10 кг сушеной веселки. Первый же анализ показал там дикое (!) превышение по кадмию – в 56 раз! Вероятно, собрана она была на очень загрязненной тяжелыми металлами территории. Естественно, от партии мы отказались. А потом узнали, что он сделал из этого порошка настойку и быстро распродал ее в Украине... Его совесть не остановила...»

И мы тут в редакции удивлялись – ну почему люди не покупают, например, с рук анальгин, а идут за ним в аптеку. А ведь как здорово было бы дать объявление: «Потомственный целитель продает настоящий анальгин в три раза дешевле, чем в аптеке...» Неужели кто-нибудь купился бы на такое объявление? А грибы, травы, настойки заказывают с легкостью. И сомнения их не навещают: а правильно ли выслали им, например, болиголов, или аконит, или веселку? И где гарантия, что эти самые «целители» знают, что это такое, а не просто заботятся о приработке к своей пенсии?

Не буду больше давать советы – это дело бесполезное. Главное – знать твердо: спасение заболевших – дело рук самих заболевших, а совет профессионалов никогда не будет лишним.

Глава 2. Почему грибы лечат

То, чего мы о грибах не знали

Грибы – это огромная армия, насчитывающая более 100 тысяч видов. Микологи даже утверждают, что их около полутора миллионов, а эти 100 тысяч просто на виду, остальные же тихо ведут свое существование в неизвестности.

Грибы открыли эру антибиотиков в медицине, дав тем самым толчок к расцвету незаслуженно забытой фунготерапии. К счастью, забытая на многие десятки лет наука о лечении целебными грибами – фунготерапия – возрождается. В последние десятилетия грибами стали интересоваться как источником новых лекарственных средств.

Нами незаслуженно забыта была способность грибов продуцировать антибиотики. Впервые ее показали микромицеты¹, именно из грибов рода *Penicillium* был получен первый антибиотик пенициллин. Виды этого грибка образуют еще гризеофульвин, цитринин, вортманин, нотатин, патулин и др. Виды грибка аспергиллуса являются продуцентами аспергиллина, фумагилина, велютина и др. Как продуценты антибиотиков известны грибы родов *Fusarium*, *Trichoderma*, *Oospora*, *Torulopsis* и многие другие микромицеты.

Но самое главное, что и базидиальные² грибы тоже продуцируют антибиотики, а кроме того, в них нашли великолепные противоопухолевые вещества и даже фитонциды. То есть те грибы, которые мы привыкли видеть приятным дополнением к своему рациону, в природе используются как лекарства.

Новые пути в области эффективных антибактериальных лекарственных препаратов открыли высшие съедобные и ядовитые грибы – *макромицеты*³. Очень ценным источником антибиотиков являются, например, высшие *базидиомицеты*.

Известно, что многие из них – шампиньон луговой, агроцибе жесткий, лаковица розовая, масленок обыкновенный, рядовка фиолетовая, трутовик березовый и другие – выделяют антибиотические вещества: *агроцибин*, *дрозофиллин*, *немотин*, *биформин*, *полипорин* и многие другие.

Такие вещества выделены более чем из пятисот видов съедобных и ядовитых грибов, относящихся к шестидесяти родам. Водные экстракты плодовых тел многих говорушек, рядовок, лаковиц оказывают на раневую микрофлору больных действие, аналогичное идентифицированным антибиотикам: *левомицетину*, *биомицину*, *стрептомицину*.

Исключительно важным источником антибиотиков оказались виды говорушек (*Clitocybe*). Интересным в этом отношении является клитоцибе гигантское, в котором обнаружен антибиотик *клитоцибин*. Он тормозит рост и развитие различных микроорганизмов, в том числе возбудителя туберкулеза. Заслуживает внимания и то, что на месте произрастания этого гриба исчезают некоторые компоненты травянистого покрова, что, возможно, свидетельствует о фитонцидных свойствах экстрактов мицелия гриба, находящегося в почве.

Кальвациевая кислота, образуемая некоторыми широко распространенными дождевиками, подавляет развитие многих бактерий и грибов, а также обладает противоопухолевым действием. Путем химического синтеза получены многочисленные производные кальвациевой кислоты, также обладающие антибиотическим действием.

¹ *Микромицеты* – грибы и грибоподобные организмы, имеющие спороношения микроскопических размеров.

² *Базидиальные грибы* – отдел царства грибов, включающий виды, производящие споры в булавовидных структурах, именуемых базидии.

³ *Макромицеты* – грибы, образующие крупные плодовые тела, хорошо заметные невооруженным глазом.

Из оудемансиеллы слизистой получен антибиотик *муцидин*, который в виде препарата муцидермина используется при различных грибковых заболеваниях человека. Лекарственные вещества из видов рода псилоцибе (*Psilocibe*) обладают психотропным действием. Например, фармакологически активный *псилоцибин* используется в медицинской практике для лечения некоторых психических заболеваний, для восстановления памяти у больных и в других случаях. В навознике обнаружено токсическое вещество, не растворимое в воде, а лишь в спирте. Поэтому при употреблении гриба с алкоголем возникают отравления. На этом свойстве навозников основано использование их для лечения алкоголизма.

В последнее время съедобные и ядовитые грибы активно исследуются во многих лабораториях мира с целью поиска новых ценных веществ. Результаты обнадеживают: количество грибов, используемых в медицине, с каждым днем растет. Далеко не все свойства высших грибов изучены. Можно надеяться, что фунготерапия откроет новые эффективные лекарства, которые станут могучим средством в борьбе за здоровье человека.

Микориза – лечение... по бартеру

Грибы несомненно предусмотрены природой для лечения и деревьев, и животных.

Удивительному симбиозу грибов и деревьев поражаются всегда, но истинную суть этого разумного существования не осознавали.

Итак, что же такое микориза?

Все вы знаете, что подосиновики, например, надо собирать под осинами, а боровики – в хвойных или сосновых лесах, подберезовики – под березами и т. д. Этот союз неслучаен, дерево как бы выбирает себе спутника. Выбирать-то выбирает, а вот по каким критериям? Не просто ведь за красивые шляпки?

Оказывается, у деревьев свой принцип отбора, очень схожий с человеческим. Вот представьте – человек живет в центре города, в окно постоянно с улицы летит гарь и копоть, прежде всего страдает дыхательная система, следовательно, врач, который ему необходим в первую очередь, – это фтизиатр-аллерголог. Или семья живет на краю болотистой речки в нашем суровом климате – естественно, детишкам нужен прежде всего врач-отоларинголог, потому что и аденоиды, и миндалины конечно же будут увеличены.

Вот по такому принципу выбирают себе друзей и деревья, потому что грибы в этом случае выступают... врачами. Не удивляйтесь, это действительно так.

«Оздоровительная зараза»

Именно так назвал симбиоз между деревьями и грибами известный лесовод Г. Н. Высоцкий еще в 1902 году. И попал в десятку, хотя еще сто лет спустя считали, что грибы помогают деревьям влагой, то есть благодаря своей разветвленной грибнице увеличивают площадь впитывания. Увы, это не так. Сравните мощные корни сосны, которые в песчаной почве идут и вглубь и вширь, и хотя и мощную, но микроскопическую грибницу – кто кому поможет больше влагой? Конечно, дерево будет делиться влагой. А вот грибница вырабатывает нужные ферменты-антибиотики для дерева.

Механизм очень прост и достаточно изучен: гифы⁴ гриба образуют наружный чехол на корнях растений, проникают в кору корня, где идут по межклетникам. От этого взаимопроникновения хорошо и грибу – он получает безазотистые соединения уже в полуфабрикate, потому что в первоначальном виде ему это усвоить сложно, а для дерева такое проникновение – это как лекарственная капельница.

В 50-х годах был проведен очень интересный опыт, к нашей теме он имел довольно косвенное отношение, но доказал несомненную состоятельность моей догадки.

⁴ *Гифа* – структурный элемент мицелия, плодовых тел и других образований грибов, имеющий вид ветвящейся нити из последовательно соединенных клеток.

Гиббереллин – грибное открытие

В первой половине XX века японский ученый Куросава выделил из паразитирующего на рисе грибка *Fusarium* вещество, резко стимулирующее рост растений. Оно было названо гиббереллин.

При опрыскивании растений этим веществом уже через 20 дней опытные образцы (горох, огурцы) были в 2 раза выше обычных своих собратьев. В некоторых случаях гиббереллин усиливал рост растений в 5-10 раз!

Кроме того, оказалось, что после обработки гиббереллином растения-двулетники стали цвести и плодоносить в первый год жизни. Фантастика!

Так вот опыт был такой: гиббереллином всегда опрыскивали растения, чтобы увеличить впитывающую поверхность, но кто-то из ученых решил просто полить корневую систему дерева этим веществом и посмотреть, что будет. Уже через несколько часов гиббереллин находился не только в стволе и веточках, но и в листьях. То есть этим было доказано, что для всасывающей системы дерева такое грибное вещество уже знакомо и дерево открыто для него.

Исследовав тогда низшие грибы на предмет выявления аналогичных стимулирующих веществ, ученые сделали заявление, что стимуляторы роста присущи даже в большей степени базидиальным грибам, то есть хорошо известным нам подосиновикам, подберезовикам и т. д.

К сожалению, время натуральных гиббереллинов тогда же и закончилось, так как наступило время биосинтеза, а это означает, что гиббереллин был синтезирован и стал химическим веществом.

Грибная аптека для растений

Итак, к какому же выводу мы пришли? Во-первых, микориза – это выгода, обоюдная для дерева и гриба. Гриб, внедряясь в корневую систему, получает влагу, выкачиваемую мощными корнями деревьев, и переработанные азотистые соединения в легкоусвояемой для грибницы форме. Кстати, лесоводы утверждают, что микоризообразующие грибы развивают, как правило, более мясистые и сочные плодовые тела, то есть польза грибнице несомненна. Да и деревья не жалуются. Они получают стимуляторы роста типа гиббереллина, что имеет огромное значение, например, для той же самой осины в лесу, – именно благодаря стимуляции роста она получает больше света и тепла, находясь среди других деревьев. К тому же грибница продуцирует антибиотики, которые борются с заболеваниями растений, вызванных микромицетами – гнилью, опухольями, пятнистостью, килой и т. д. И эти антибиотики постоянно циркулируют в дереве на протяжении всего теплого периода (этот процесс останавливается только зимой) и предохраняют дерево от фитопатогенных грибов.

Кстати, убедитесь сами – в лесу, в котором всегда стабильно собираются микоризообразующие грибы, деревья здоровые и сильные. Стоит только грибнице исчезнуть – и лес начинает хиреть. За примерами идти далеко не приходится. Красивейший элитный пригород Всеволожск всегда славился своими соснами, и не так давно под этими соснами росли чудные сосновые боровики. Как только стали активно осваивать дачное место и коттеджи стали расти как грибы, настоящие грибы исчезли. А как следствие – сосны стали болеть. Практически у половины сосен голые верхушки, и дело не в экологии – это нарушение привычной микоризы повлекло за собой болезни.

В 50-х годах советские микологи впервые в мире доказали, что при лечении растений могут быть использованы антибиотики, выделяемые грибами. Если у деревьев и многих полевых растений есть условия для микоризы, то есть взаимодействия с грибами, то у культивируемых растений, которые мы выращиваем на огородах и полях, такой защиты нет. И поэтому решили использовать именно естественные грибные антибиотики, то есть культуральную жидкость, в которой выращивались низшие грибы, например плесневый гриб пенициллум. Этой жидкостью поливались корни. Уже через неделю антибиотик достигал верхних листьев растения (кукурузы), сохранялся и поддерживал устойчивость против возбудителя серой гнили в течение месяца. Мало того, почва тоже прекрасно сохраняет этот антибиотик и подавляет уже непосредственно в почве фитопатогенные грибы. Проводились исследования и с вытяжкой базидиальных грибов (опят и подберезовиков), тот «антибиотик» тоже показывал чудеса целебности для растений – и приживаемость рассады была лучше, и гнили не было, и раком растения никогда не заболевали, и росли великанами.

Пусть вас не настораживает название «антибиотик» – тогда ученые еще не знали точного химического анализа культуральной грибной жидкости и называли ее «природным антибиотиком». Это сейчас мы ясно понимаем, что в составе этой жидкости присутствовал «букет» противоопухолевых полисахаридов и пептидов, меланины, продуцирующие сам антибиотик, и гормон роста гиббереллин. Но сам факт: жидкость делала свое дело – предупреждала развитие рака у растений, грибной антибиотик снимал риск гнилей, гиббереллин стимулировал рост.

Грибная аптека для зверей

С животными грибы тоже заключили обоюдный договор – лесные звери грибами лечатся, а грибные споры разносятся животными по всему ареалу лесного массива. И заметьте, грибами в первую очередь лечатся, как еда грибы интересуют животных меньше всего.

Антигельминтные лисички

Как только в июле – августе зажгутся желтенькие фонарики лисичек на лесных опушках, у зверей радость: пора лечиться. За год много накопилось гельминтов самых разных видов в организме – пора проводить чистку, или, по-научному, дегельминтизацию. Такое лечение для зверей обязательно. Повнимательнее присматривайтесь к россыпи лисичек, которые собираете в корзину, – они о многом могут рассказать. Вот, например, наполовину расколотые крупные грибы – это заяц лечился, самые мелкие грибки словно в бахромке – это мыши поработали, белочки обычно срезают лисички под корешок. А вот поляна словно взрыта плугом – это семейство кабанов приходило за лисичкиными таблетками, лоси выедают мягкими губами только крупные грибы. В общем, пиршество идет знатное – животным на пользу, глистам во вред.

Раньше считалось, что звери грибы едят только как пищевую подкормку, но скажите, пожалуйста, зачем зайцу какие-то лисички, когда в июле самая сочная травка и корешки. Ну а кабанам да лосям и подавно еды хватает.

Первыми заинтересовались таким необычным пищевым предпочтением ветеринары в зверосовхозах. Оказывается, при искусственном разведении животных они часто болеют, и всегда по одной причине – из-за глистных инвазий. Приходится давать им антигельминтные препараты, на которые они, мягко говоря, не очень хорошо реагируют: и шерстка перестает блестеть, и в весе прибавляют плохо. А вот у диких куниц, соболей, норок такой проблемы не существует. В Австрии ветеринары оказались догадливей всех: они стали добавлять в корм для пушистых питомцев сухие лисички, и проблемы не стало. А лисичку (что грибок) отправили на лабораторный стол и нашли там много интересного: и минералов целую таблицу, и витаминов целый букет, а главное – ценные полисахариды и вещество под названием *хиноманноза*.

Никогда не задумывались, что для всех червей и личинок любой гриб – любимейший деликатес, а вот лисичку паразиты стороной обходят? Именно из-за этой самой хиноманнозы, которая губит и взрослые особи, и личинки, и, самое главное, растворяет их яйца.

Строчки – лосиное лекарство

Знакомый лесник рассказывал как-то, что долгое время удивлялся, почему лоси весной часто заходят на лесные огарища, в места, где был лесной пожар. Ведь голые стволы – не самое лучшее укрытие для мощного зверя, его любой браконьер может в два счета угладеть. А потом догадался: эти пожарища – любимые места строчков, которые просто рассыпью появляются в мае на таких кострищах. И лоси приходят именно за ними, только не подкормиться и навитаминиться (кругом полно молоденьких майских веточек), а подлечиться. Кстати, как ни удивительно, лоси, по утверждению этого лесника, большие знатоки трав и грибов: в июле они поедают лисички, в сентябре – мухоморы. Самые грибные мухоморные поляны лосями бывают просто истоптаны. Зимой лоси пытаются грызть чагу. А приходит май – они едят строчки. Такое у них грибное предпочтение, точнее, лечение. Кстати, очень объяснимое – за зиму суставы у лосей «устают» – изнашиваются. В строчках же биохимики нашли особое вещество *гиромитрин*, сродни современным анальгетикам, который обезболивает. Много объяснила и последняя находка американских ученых – в строчках и сморчках обнаружен *полисахарид СТ-4*, аналогичный веществу *хондроитину*, получаемому из суставов копытных. Оказывается, лоси едят строчки, чтобы после долгой и опасной зимы лечить суставы. Кстати, влажные бархатно-скользкие строчки и впрямь напоминают по структуре суставы парнокопытных.

Мухоморы – противоопухолевое лесное лекарство

Очень интересно свидетельство практика-ветеринара В. Миронова, который не только наблюдал очень интересную картину (раньше считалось, что домашние животные не едят грибы), но и смог доказать лекарственное действие мухоморов.

«В свое время мне довелось работать ветврачом в одном из колхозов Владимирской области. Я заметил, что если в стаде корова заболит лейкозом (опухолевое заболевание крови), то ее сразу же необходимо изолировать, иначе произойдет заражение остальных животных. А ведь, согласно теории, онкологические заболевания не считаются заразными.

В течение длительного времени я искал методы эффективной борьбы с этими заболеваниями. Наконец обнаружил, что у больных и ослабленных телят после выпасов в лесу состояние улучшалось. Я заинтересовался у пастухов: не замечали ли они чего-либо необычного в поведении телят? Пастухи рассказали, что больные телята искали в лесу и ели красные мухоморы, а затем выпивали много воды. Вскоре их начинало сильно трясти, но через некоторое время они успокаивались и постепенно шли на поправку.

Это навело меня на мысль о лечебных свойствах мухомора, но твердое убеждение пришло позже, после проведения эксперимента на животных с заболеваниями легких и желудочно-кишечного тракта. Я мелко крошил мухоморы и добавлял в комбикорм больным телятам, которых уже не выпускали на пастбище. Через некоторое время я обнаружил, что животные, получавшие на фоне основного лечения мухоморы, выздоравливали намного быстрее, чем те, которых лечили только обычными медикаментами. При патологоанатомическом исследовании павших телят из группы, которую продолжали пасти в лесу, выяснилось, что животные болели опухолевыми заболеваниями, но опухоли у них значительно уменьшились в размерах и распались на несколько мелких частей, а в желудочно-кишечном тракте было большое количество слизи, – смерть же наступила вследствие интоксикации. На мой взгляд, из-за бесконтрольного поедания мухоморов. А в экспериментальной группе гистологическое исследование обнаружило лишь следы бывшей опухоли при отсутствии метастазов. Таким образом, применение мухоморов в строго определенных дозах привело к излечению опухолевого заболевания, в то время как бесконтрольный прием стал для животных ядом.

Найдя подтверждение своим взглядам в старинных книгах по народной медицине, я стал более активно применять мухоморы в виде пищевой добавки (настойки) для больных животных. В дальнейшем я выяснил, что настойка, кроме противоопухолевого эффекта, обладает еще и иммуностимулирующим действием».

Глава 3. Грибная терапия

Немного истории

Самый первый вопрос, который мне задают на лекциях о фунготерапии, читаемых мной по всему миру: почему же в России, стране исконно считающей своей любимой едой грибы, подверженность опухолевым заболеваниям ничуть не меньше, чем везде? Увы, это так. Цифры раковых заболеваний шокирующие, но грибы здесь не виноваты. Да, самим Творцом было предусмотрено лекарство от опухолей, но человек слишком далеко отошел от животного мира и потерял здоровую интуицию, поэтому грибы он использовал для еды, подвергая тепловой обработке, а любое нагревание разрушает целебные вещества. И не только кипячение при 100-градусной температуре, иные вещества, например хиноманноза в лисичках, не выносят даже 50-градусного нагревания при сушке. Разрушает грибные полисахариды и этиловый спирт, даже водочные настойки эффективны только вполтину, потому что длинные цепи полисахаридов не выдерживают «обработки» этиловым спиртом.

Наши предки интуитивно знали об этой особенности грибов, и ведь неспроста – именно в России был широко развит способ холодной засолки грибов.

Россия – страна грибная. Грибы мы любим – жареные, соленые, маринованные. А лечиться ими не умеем – забыли. Мало кто сумеет назвать хоть пару целебных грибов, ну разве что мухомор и чагу. И все. А ведь в России тоже умели лечиться грибами и знали об их удивительной целебности.

Грибную терапию почитали наравне с фитотерапией, и любой порядочный знахарь обязан был знать не только все лечебные травы, но и все целебные грибы в лесу. Например, листовичный трутовик считался традиционным лекарством против туберкулеза и даже служил для России прибыльным товаром. Только в 1870 году Россия экспортировала в Европу 8 тонн сушеного трутовика. Русские «Лечебники» XVIII века советовали натирать экстрактом белого гриба отмороженные части тела, сморчками лечили зрение и нервные заболевания – «падучую, черную немочь», строчками пользовали при суставных заболеваниях.

Груздь перечный применяли при почечно-каменной болезни и бленнорее.

Веселку обыкновенную издавна использовали при гастритах и других болезнях пищеварительного тракта, а также суставных заболеваниях, доброкачественных и злокачественных опухолях. Опенкок осенний используется как легкое слабительное средство. Навозник излечивает от пьянства.

Кстати, нашумевший препарат «таксол» из коры тиса, которым сейчас пользуется официальная онкология, тоже имеет «грибное» происхождение – он в древесине тиса вырабатывается эндифитным древесным грибом.

Самые «фитонцидные» грибы – это наши, русские: веселка, груздь перечный, рыжик. А признанные чемпионы по содержанию противоопухолевого полисахарида – японцы: шиитакэ, реиши, кордицепс.

Именно грибы сейчас заявляют себя как эффективнейшее средство от рака. И это не мечты, а уже подтвержденные опыты – грибные полисахариды обладают сильнейшими противоопухолевыми свойствами, не имеющими аналогов в растительном мире.

Грибы российских лесов – целебное чудо

Мокруха – ежеиковое и беличье лекарство

«...С детства производил на меня впечатление поганки гриб, который встречается часто и обильно в еловых лесах. По-моему, у этого гриба самый что ни на есть неприятный вид. Общее впечатление чего-то ослизлого и серого. Шляпка у этого гриба серого цвета, но и сама серость эта бездарна. Она какая-то мутная и тусклая. По общему тону она больше всего сходна с цветом осинового гнезда. Жирная, мясистая, тяжелая шляпка цвета осинового гнезда покрыта толстым слоем бесцветной, но плотной слизи. Эта слизь окутывает всю шляпку и нижнюю ее сторону, там, где пластинки. Она прикреплена к ножке и таким образом натянута между ножкой и краями шляпки. За этой слизью, если ее беззастенчиво удалить, скрываются пластинки, тоже серые, тусклые, а позднее почти черные.

Пластинки эти какие-то редкие и тупые, они еще более усиливают неприятное ощущение от этого гриба. Не украшает его и то, что белая сероватая мякоть ножки у самой земли, то есть именно там, где срезает нож грибника, ядовито-желтого цвета.

Много лет попадался мне под ноги этот неприятный гриб, и всегда я считал его за поганку, более того, он был для меня воплощением поганки, олицетворением ее, и очень часто бывало, что я шел домой с пустой корзиной, сшибая ногами серые и ослизлые грибы и досадуя, что вот уродилось же то, что не нужно, а того, что нужно, не уродилось.

Наконец однажды, когда мне в руки попал определитель грибов, я вспомнил про неприятные поганки, растущие в еловых лесах, и решил узнать, что же это такое.

Оказывается, этот гриб называется мокруха еловая. Что ж, действительно – и мокруха, и еловая. В самом названии гриба меня ничто не удивило, но тут же я прочитал: „Съедобен, четвертой категории, свежий“. Это мне было странно. Значит, выходит дело, я много лет проходил мимо безвредных съедобных грибов, даже в дни, когда корзина была совершенно пуста.

Узнав о съедобности еловой мокрухи, я, разумеется, решил ее попробовать в свежем, то есть в жареном виде. Нужно сказать, что, пожалуй, не зря ее не берут в народе. Ничего особенного она из себя не представляет. Ни аромата, ни вкуса. На вкус она тоже не очень приятна, слишком мягка и жирна. Мы подмешивали ее на сковороду в другие грибы, тогда она сходилась за все остальные, не выделяясь из них. Однажды мы поджарили ее с грибами чесночниками, и она, приняв от чесночника его крепкий аромат и вкус, сама сделалась вкусной и душистой. Одним словом, гриб как гриб. Есть в лесу грибы лучше мокрухи – не стоит тащить тяжесть домой, нет других грибов, можно брать и ее. Мокруху, наверно, можно сушить, но мы не пробовали.

Этой осенью, собирая рыжики в молодых елочках, я заметил, что на мокрухах очень часты беличьи погрызы, в то время как на маслятах и рыжиках, растущих тут же, погрызов нет. Значит, подумал я, белки почему-то предпочитают мокруху. Может быть, в ней есть что-то такое, что нужно и

полезно белке. Какие-нибудь витамины и вещества. Может быть, это беличье лекарство, вроде как мухомор для лося. Белка, конечно, лучше нас знает, что ей грызть, и после этого у меня уважение к мокрухе возросло».

Владимир Солоухин. «Третья охота»

Замечательное произведение. И спустя почти полвека можно сказать – очень точное и пророческое. Заметить тусклый, никому не интересный гриб, да еще и назвать его *лекарством*!

И ведь абсолютно верно: мокруха действительно является целебнейшим грибом, «лесным антибиотиком». Естественные антибиотики, который продуцирует этот гриб, могут справляться с любыми патогенными микробами, подавляют они и палочку Коха – возбудительницу туберкулеза. А фитонциды, которые выделяет свежая (сухая в меньшей степени) мокруха, легко подавляют любые вирусы. Сейчас испытывается способность мокрухи противостоять ВИЧ-инфекции и гепатитам.

А в природе мокруха действительно является «лесным лекарством».

В Сибири лечили мазью из гусяного жира и измельченной мокрухи золотушных детей – намазывали тонким слоем на пораженные зудящие места кожи. В Китае мокруху использовали как компонент в такой же заживляющей мази от дерматитов.

В XIX веке отваром мокрухи полоскали горло при дифтеритах и гнойных ангинах.

В Подмоскovie использовали толченую свежую мокруху с медом как отхаркивающее при бронхитах и воспалении легких.

В Самаре известен рецепт лечения туберкулезных больных – в теплое молоко добавить отжатый сок мокрухи и мед по вкусу. Принимать глотками в теплом виде по полстакана на ночь.

В лечебной косметике тоже известно применение мокрухи – на лицо наносили свежую кашицу из гриба для того, чтобы избавиться от гнойных прыщей.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Ежиковое лекарство

«Однажды мы с сынишкой наблюдали следующую картину – на полянке у молодых сосенок как-то очень деловито шебуршился ежик. Мы заинтересовались и подошли посмотреть – ничего, кроме нескольких мокрух, не увидели, а ежик, конечно, быстренько скрылся в кустах. Но стоило нам отойти, как он опять вылез на прежнее место и опять стал топтаться на том же самом месте. Чтобы не спугнуть зверька, я взяла бинокль и попыталась рассмотреть, чем же он так занят. Оказывается, он терся о мокруху лапкой! Лапка была поранена, и, вероятно, воспалилась, так как было заметно бурое пятно. Наверно, он пытался слизью мокрухи залечить ранку!

Мы не стали мешать ежику лечиться, а пришли через некоторое время исследовать мокрухи. Действительно, на них были следы погрызов (и внутрь таблетку, значит, ежик принял) и частично была снята пленочка грибной слизи – на больную лапку.

Инна Филиппова».

Спасались и других спасали мокрухой

«Мокруху мы всегда использовали как лекарство. Особенно в послевоенные годы. Заболел ребенок – сначала горячий травяной чай с медом, чтоб пот прошиб, а потом в теплой воде (стакан) развести чайную ложку сухого порошка мокрухи. Даже дифтерит и тиф лечился. И при страшных поносах тоже помогало. Мне после войны было 25 лет (я с 1920 года), всех детей так лечила, лекарств тогда никаких аптечных не было. Откуда знаю – мамка моя так всегда делала, она еще грибами пьянство лечила – много к ней баб за этими грибами бегало. Почитай, даже из города приезжали, из Петербурга. Мы всегда хорошо жили, даже в войну, потому что мама всегда очень много грибов насушивала – для лечения. А когда голодно стало – все это в еду пошло, да еще и лечила она, считай, все Колпино...

Анна Тимофеевна Трубицына, пенсионер, СПб.».

Сморчки – грибные подснежники

Зацвел багульник, выбросил розовые звездочки. А это первая примета – начался грибной сезон. До подосиновиков и боровиков еще, конечно, далековато, но фунготерапевт их особо и не жалует, а вот первоцветы грибного царства для понимающего человека – на вес золота за их удивительные целебные свойства.

Вот, например, алеврия оранжевая – яркие брызги алого цвета под прошлогодними листьями. Чашечки алеврии многие видели, собирая ветреницу, но мало кто знает, что это за гриб. А гриб удивительный – лечит болезни почек, снимает воспаления, помогает при артритах. Я с удовольствием в эти выходные набрала целую корзинку алеврии – зимой пригодится в настойках и отварах.

Чесночники (их часто принимают за поганки) на тонких нитяных ножках уже проклюнулись и тянутся к теплоте солнышку. Тоже целебны – губят патогенную флору в кишечнике. Нужно вылечить полипы – за помощью к чесночникам (они даже пахнут чесночком).

Но больше всего я люблю строчки и сморчки, ценю эти грибы за их характер. Еще снег под елками лежит кое-где, а они уже тянут свои влажные морщинистые мордашки к солнцу. Как щенята к молочку. И в отличие от других независимых и гордых грибов эти обладают «ручным» характером, тянутся к человеку, и их очень просто развести даже на грядках в огороде. Кстати, целебности им тоже не занимать.

В древних летописях упоминается, что соком сморчков лечили болезни глаз, например, Ярославу Мудрому так вылечили катаракту. В новгородских берестяных грамотах ученых-археологов заинтересовали свитки, найденные под церковкой Святого Пантелеймона, – на этих грамотах был спущен «план» для монастыря по сбору... лекарственных грибов, чаги и сморчков. Эти грамоты были названы «грибными», в них приводятся рецепты, как и при каких заболеваниях следует применять лекарственные грибы. Эти замечательные сморчки, «грибные первоцветы», использовались для лечения зрения. Ими лечили близорукость, возрастную дальнозоркость и катаракты...

Действительно, для русичей это была насущная необходимость – очки еще не были изобретены, а зрение и в древние времена подводило. Например, настоятель мужского монастыря не только сам регулярно принимал настойку на сморчках, но и монахам, и послушникам настоятельно это рекомендовал.

В наше время сморчки попали на лабораторный стол, и оказалось, что древние знания на основе опыта абсолютно верны. В них нашли вещества, не только укрепляющие глазные мышцы, но и вещество, которое напрямую работает с хрусталиком глаза – не дает ему мутнеть.

Ведь, как известно, хрусталик глаза с возрастом начинает мутнеть, это рано или поздно происходит с каждым. Идет процесс или интенсивно, или вяло, но, как говорит статистика, у каждого третьего после 40–50 лет развивается катаракта. Микрохирургия глаза с этой проблемой справляется операционным путем – меняют хрусталик глаза на искусственный, но надо ли это, когда можно обойтись простыми средствами?

Первые опыты со сморчками в офтальмологии были начаты в Чехословакии в 50-х годах, наши медики тоже подключились к разработке нового перспективного и абсолютно натурального лекарства, но лазерные технологии развивались такими темпами, что Минздрав посчитал, будто это полностью снимет проблему. Сейчас время показало, что, увы, «очкариков» становится все больше, и микрохирургам работы хватает для устранения уже серьезных поражений глаз. А профилактика близорукости включает в себя только гимнастику для глаз да советы активно лакомиться черникой.

Сейчас уже создан и прошел апробацию в Казахстане, в Джамбульской офтальмологической клинике, препарат на основе сморчков. За два года уже можно говорить об эффективности этого препарата: у 60% пациентов зрение улучшается на 20–30%, риск катаракты уменьшается на 80%, и были даже случаи, когда светлел хрусталик!

Единственные недостатки нового препарата – довольно долгое применение (не менее полугода-года) и нежелательность в это время приема антибиотиков тетрациклинового ряда.

Я не даю рецепта применения водочной настойки сморчков, так как самолечение в этом случае может быть малоэффективным – сморчки можно легко спутать (их несколько видов, а применяется только один вид), к тому же за них легко можно принять условно ядовитые строчки.

Биодобавка же так и называется «Сморчки» и разработана как вытяжка активно действующего вещества – одного из полисахаридов, который условно назван FD4, расфасованного в капсулы – 60 капсул в упаковке; одной упаковки достаточно для месячного профилактического приема.

Рекомендации применения препарата «Сморчки»

Профилактика взрослым и детям с 7 лет – по 2 капсулы 1 раз в день до еды. Курс – не менее месяца.

Лечение возрастной дальнозоркости – 2 капсулы вечером до еды или перед сном. Курс – не менее 6 месяцев.

Лечение близорукости, профилактика катаракты и глаукомы – по 2 капсулы утром и вечером до еды, курс не менее 4 месяцев.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Без очков – это победа!

«Работаю на компьютере, чувствую, что зрение упало, хотя всегда было отличное – 1. Пошла к окулисту. Действительно, правый глаз -0,8, левый -0,7.

Выписали очки, но это еще хуже, я их то забываю, то теряю. Всю жизнь без них обходилась, очень непривычно. После двух месяцев приема капсул

сморчков стала обходиться без очков при чтении. Проверилась – правый -0,9, левый -0,8.

Может, и вообще восстановится?

Ильенкова Полина, СПб.».

Просто анекдот!

«Принимала сморчки месяца четыре и даже как-то рассердилась: что принимаю, что нет – в иголку так и не могу нитку вдеть. А тут как-то подруга вечером зашла и сразу с порога: „Ты что делаешь? Никак, газету читаешь? В сумерках?“ Я ей: „Так в очках же!“ А очков-то на носу и нет, в спальне на тумбочке лежат. Смеялись после этого долго. Я-то ведь газету только в очках раньше читать могла.

Девак В. А., Кировск».

И тапок рассмотрела

«У меня катаракта на правом глазу, им только расплывчатые очертания вижу. А после приема сморчков смогла даже свой тапок под диваном увидеть, когда его искала.

Леонович Т., Брянск».

А без линз удобнее

«У девочки-десятиклассницы стало падать зрение после конъюнктивита. Пьем сморчки, и хорошо помогает, линзы уже не хочет носить.

Щукина Л., Курск».

Без лапы обойдемся

«У нас, чтобы операции по поводу катаракты дожидаться, надо на лапу долларов 200 дать, а откуда такие деньги у пенсионера? Принимаю по капсуле сморчков уже месяца три, очень надеюсь, что катаракта уйдет – уже лучше видеть вроде бы стал...

Самойлов П. Л., пенсионер, ветеран, Порховский р-н».

А еще хорош сморчок как **средство, очищающее кровь и лимфу**, его применяют при аутоиммунных заболеваниях, заболеваниях крови, лимфогранулематозе, лимфаденитах.

Существует и уникальный рецепт приготовления сморчков, этот рецепт применяли для поддержания сил туберкулезных (чахоточных) больных. Полезен он был также после тяжелой болезни, при заболеваниях крови. Да и само по себе блюдо удивительно вкусно и питательно. Рецепт этот подлинный, из старой книги русского писателя С. Н. Терпигорева: «Вы берете простой, самый обыкновенный глиняный горшок. Вымываете его, потом нагреваете его так, чтобы он был не очень горячий, а так, теплый. Сморчки тоже тщательно отбираете, вымываете их, смотрите, нет ли у них каких козявок и вообще какой-нибудь дряни в ноздрях, вычищаете все это оттуда, если это там есть... Потом, когда осмотрели и вычистили все, еще раз осторожно выполаскиваете сморчок в чистой воде и кладете его на салфетку. Оставшаяся в нем вода вытекает, для этого вы сморчки время от времени на салфетке поворачиваете с одного бока на другой. Когда таким образом вы приготовили их нужное количество, вы вспоминаете,

что вам необходим сыр пармезан. Тогда вы оставляете сморчки просыхать на тарелке, а сами натираете, посредством терки, пармезан, приблизительно на 10 фунтов сморчков три фунта пармезана (на 1 кг сморчков – 300 г сыра, лучше российского. – *И. Ф.*). Когда и это у вас готово, вы чисто-начисто вымываете руки и берете сморчок – в левую, а кусок сливочного масла – в правую руку и начинаете его натирать маслом, причем ноздри его сплошь наполняете им, так что к концу операции сморчок представляет собой как бы один сплошной кусок сливочного масла, из которого кое-где выглядывают его бока. Приготовив таким образом один сморчок, вы поступаете так со всеми ими. Когда они все готовы, вы берете несколько корок обыкновенной французской булки (пшеничный белый батон, но только не выпекаемый по турецкой технологии – эти не годятся. – *И. Ф.*) и натираете их долькой чеснока. На 10 фунтов сморчков надо израсходовать от одной до двух головок чеснока (на 1 кг сморчков – головка чеснока). Когда наконец и это вы сделаете, вы намазываете дно и бока горшка сливочным же маслом и слегка посыпаете их толчеными сухарями. Затем уж вы начинаете укладывать в него один сморчок за другим, причем наблюдаете, чтобы между ними оставалось некоторое небольшое пространство, так как они должны будут разбухнуть. Проложили один слой – засыпайте его тотчас пармезаном и немного перцем, в это же время кладите осторожно и одну или две корочки булки, натертой чесноком. Проложивши так один слой, вы точно так же прокладываете и второй слой, и третий, и десятый – укладываете все сморчки до самого верха. Можно добавить сверху сметаны. А затем вы все это засыпаете, как можно гуще. Разумеется, пармезаном, толчеными сухарями и наконец обмазываете тестом. В этом виде поднимаете горшок и помещаете его в духовую печь. И все. Там он должен стоять не менее трех часов, и чем больше, тем лучше. Но в разумных пределах, конечно же. Вот и все...»

Огородный гриб – сморчок

Ну и, наконец, как приручить этот чудесный гриб. Это, кстати, сделать несложно, у себя на даче я это проделала без хлопот. В одной из старых газет вычитала удивительно простой рецепт выращивания сморчков: «Нужно в лесу набрать сморчков, которые обычно появляются в апреле или мае. Шляпки разрезают на небольшие кусочки и помещают на сутки в кастрюлю или ведро с холодной водой, взятой из родника или колодца. Через сутки содержимое кастрюли следует вылить под яблоней и обильно посыпать золой. Вот и вся процедура посева грибов.

И смею вас уверить, что весной будущего года на вашей грибной плантации обязательно появятся восхитительные синеватые конусообразные шапки сморчков. Но, снимая урожай грибов, старайтесь не повредить еще слабую завязавшуюся грибницу. И не забывайте о ней, когда будете рыхлить и удобрять почву».

Что удивительно (или не удивительно?), но весной я действительно получила первые шесть небольших, но очень нежных сморчков. А теперь они растут у меня практически на всем участке. Да еще умудряются заселить и помойку между участками – очень уж им там нравится. Да и грибники туда зачастили. Кстати, очень любят сморчки кострища (просто тянутся к человеку!).

В Европе искусственное разведение сморчков тоже ведь началось с курьеза – сотрудники одной фирмы осенью вывезли на машинах за город несколько тонн макулатуры и устроили замечательный костер с пикником. А весной, вероятно из ностальгических чувств, опять решили повторить тот же пикничок с костерком на том же месте. И были буквально ошеломлены! На месте кострищ выросло невероятное количество сморчков. Они люди были неглупые, и кто-то запатентовал свое открытие. И сейчас сморчки выращиваются искусственно.

Дождевик – всем грибам гриб

Уже в самом начале лета после теплых дождей появляются эти белоснежные ватные комочки на прогретой почве у тропинок. Интерес, как правило, не вызывают – кто-то пройдет равнодушно мимо, кое-кто пнет ногой. Да и по названиям этого гриба явно уважения не чувствуется, его называют и «цыганской пудрой», и «чертовой табакеркой», и «дедушкиным табаком», и «лешачьим яйцом». А зря. Грибок по своим и питательным, и целебным свойствам фору даже боровику даст.

Во-первых, усваивается организмом без особого труда.

Во-вторых, известны и целебные свойства дождевика. В Бельгии в XVIII веке ослабленным или чахоточным больным советовали не куриный бульон, как обычно, а бульон из дождевиков.

У молодых дождевиков есть прекрасная способность останавливать кровь и дезинфицировать рану. Если на даче при порезе под рукой нет йода, сорвите шарик дождевика, разломите его на две половинки, приложите к ране – и кровь остановится, и нагноения не произойдет, ранка затянется быстро и без осложнений.

В зрелом состоянии, когда гриб похож на неопрятную пепельницу, антисептические свойства он не теряет. Его споры (то есть содержимое мешочка) прикладывали к гнойным и тромбофлебитным язвам, и раны заживали быстрее.

Использовали настойки дождевика при заболеваниях крови и лимфы. Но самое интересное свойство дождевика – умение выводить токсины из организма. Об этом расскажем подробнее.

У грибов есть одна уникальная особенность, не очень приятная для грибников, – способность впитывать в себя тяжелые металлы, радиоактивные вещества, ядовитые летучие соединения. Действительно, если неподалеку расположен химический комбинат, то грибы в лесочке будут иметь весь спектр тех элементов, которые выпускает завод.

Эта особенность грибов оказалась для экологических служб крайне полезной. Грибы сейчас используют... для чистки почвы. Например, десять боровичков, выросших на радиоактивной земле, вычищают метр такой грязной площади. Но самым эффективным «чистильщиком» признан дождевик. Ему по силе очистки просто нет равных.

Медики тоже заинтересовались этой особенностью грибов и провели исследования. Оказалось, что в организме грибной порошок ведет себя точно так же: клетки гриба засасывают в себя, словно пылесос, атомы тяжелых металлов и радионуклидов.

Провели контрольные испытания: две группы мышей посадили на диету с повышенной дозой свинца, второй группе через неделю стали давать препарат на основе дождевика, первая группа была на обычной диете. На следующий же день в экскрементах второй группы был обнаружен свинец, следы которого находили еще 3 дня. В первой группе в экскрементах свинец не обнаружился, то есть он остался в организме.

Эту особенность дождевиков попробовали при выведении из организма фтор- и хлорсоединений – и тоже с успехом.

А это означает, что профилактический прием препаратов дождевика обезопасит работающих на химических предприятиях от профзаболеваний типа саркоидоза, фтороза и т. д.

Думаю, излишне говорить о зонах повышенной радиации в крупных городах, о зонах естественной радиации (например, в Мурманске и Северодвинске), о загрязненных зонах после Чернобыльской аварии – об этом говорят эндокринные заболевания: практически у всех на этих территориях самое распространенное заболевание – диффузный токсический зоб. И не потому, что хронически не хватает йода в питании, а потому, что накопление радионуклидов в организме переориентирует щитовидную железу – она ее заставляет забыть, как нужно усваивать йод.

У дождевика выводить радионуклиды получается замечательно – намного лучше, чем у трав (например, у можжевельника), именно из-за особенностей структурированной клетки

гриба – разница осмотического давления заставляет клетку всасывать радионуклиды, как пылесосом, и такая клетка, словно набитая морковкой авоська, благополучно выводится с экскрементами.

Ну и наконец, самое простое использование дождевика – выведение токсинов после перенесенных гельминтозов (то есть глистов), гепатитов, заболеваний почек, дисбактериозов, именно тогда, когда страдают кожа и волосы.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Из истории болезней

«Хорошо помню 15-летнего мальчика, которого привела мама, – у него не было живого места на лице и спине, все было покрыто угрями, чирьями, оспинами от заживших прыщей. Диагноз ставили дисбактериоз, лечили лакто- и бифидобактериями. Успеха не было, потому что эти культуры не могут прижиться на патогенной флоре, это то же самое, что пытаться засеивать пшеницей густо заросшее сорняками поле, не уничтожив их предварительно. Дождевик в этом случае помог очень хорошо, кожа очистилась, но это было не так быстро – полгода на это ушло.

Виден результат работы дождевика в косметических целях – он действительно делает кожу эластичной и упругой, причем даже цвет кожи меняется – он становится матовым, то есть здоровым. Очищаются белки глаз – становятся голубоватыми, как в детстве. А все из-за того, что дождевик, как пылесос, „вычищает пыль из обивки и ковров“.

Еще помню случай 30-летней женщины, когда она пришла к нам на консультацию, я подумала, что ей хорошо за 40 – вялая серая кожа, тусклые редкие волосы, слезящиеся глаза с желтыми белками. Жаловалась на все – на истощение, усталость, боли везде, нарушение сна, стула и т. д. Врачи ставили диагноз вегетососудистая дистония. Ни у кого не возникло даже мысли послать ее к паразитологу. У нее была очень тяжелая хроническая стадия описторхоза. На это указывал и анализ крови, и анализ слюны (делается только в нашем Центре) это показал. Было проведено лечение билтрицидом, препаратом „Лисички“ и „Трутовик“, а затем реабилитационный курс препаратом „Дождевик“. Когда через 4 месяца она пришла к нам опять, я смогла вспомнить ее только по фамилии и очень удивилась. Вид – цветущий, кожа с румянцем, глаза с блеском – и выглядит даже моложе своих лет.

Вот такой это удивительный гриб-дождевик.

Ваймер Татьяна Николаевна, врач Центра фунготерапии».

Как «дедушкин табак» помог

«Хочу рассказать, как выручил нас гриб-дождевик. Его еще пороховиком и „дедушкиным табаком“ называют. Сухой и созревший, он темно-болотного цвета, а если надорвать пленку, как будто дымится. Вот этой пылью при нанесении на больные места он и лечит, подсушивает ожоги и ссадины.

В 1990 году моей младшей внучке только-только исполнился годик. Как-то мы за ней недоглядели, и она сильно обожглась о горячую дверцу духовки.

Вызвали „скорую“, обработали рану, на перевязки надо ездить в больницу, а это 10 км от нас. Холод, мороз, автобус ходит плохо. Пришла бабка-соседка, она и поделилась „средством“ – завернутый в бумажку созревший гриб-дождевик. Припудрили 2–3 раза – и все зажило: ни нагноений, ни рубцов.

Теперь мой муж, как идет за грибами, если найдет спелых дождевиков, всегда приносит их про запас.

Хранится сухой гриб долго и неприхотливо. Пригодился он и мне самой. Как-то сорвалась с железной лестницы, содрала до крови кожу на животе, повисла на руках. Руки ничего, а вот живот загноился. Тогда стала присыпать рану порошком из дождевика на ночь, закреплю пластырем и так на всю ночь. 2–3 присыпки и надо было, чтобы гнойная рана зажила.

Мотылева И. И., Челябинск».

Дождевиковый порошок

«Хочу вам рассказать о грибном средстве, которое очень помогает моему мужу при псориазе. У него появилась первая бляшка в районе пупа – сначала розовато-белое пятно, которое разрасталось и шло трещинами. И все это начинало мокнуть. Гормональная мазь сначала помогала, а потом я посмотрела, что становится еще хуже. Бляшки пошли за ушами. Врачи советовали ехать на Мертвое море (интересно, как это можно при наших пенсиях?). А подсказала соседка – услышала по телевизору рецепт: „Собрать порошок от перезревших дождевиков и присыпать ими мокнущие бляшки. Порошок хранить в стеклянной банке в сухом теплом месте обязательно в закрытой банке“. Действительно, помогло. С тех пор на даче всегда собираю этот порошок.

Мамбетова Неля Аслановна, Уфа».

Секреты ровесниц Пушкина

«У меня есть подшивка „Нивы“ за 1883 год, и там я нашел удивительные рецепты, написанные еще с ятями. Называется газетная заметка: „Как наши бабушки красоту наводили“. Это получается, их бабушки, которые жили в 1810–1820 годах! Так вот, молодые красавицы, которые хотели блистать белоснежными зубами, отбеливали их дождевиками! Разламывали молоденький гриб и активно втирали в эмаль зубов. Говорят, помогало. Но это еще не все. Порошок сухих молодых дождевиков добавляли в воду с яблочным уксусом и пили этот коктейль, чтобы придать белизну склерам глаз и бледность ланитам (щекам). А коричневую пудру зрелых дождевиков тоже использовали с изобретательностью – я понимаю, как тени. Наносили их на внешние уголки глаз, чтобы придать „загадочность взору“, и на скулы, чтобы подчеркнуть свежесть и матовость кожи. Вот такая натуральная косметика прелестниц, которую они использовали для привлечения уса-тых гусаров...

Емелькин Артем, СПб.».

И детишек приучать к природе

«Спасибо вам за такую замечательную газету. Я очень люблю природу. Как вышла на пенсию – переехала постоянно на дачу под Приозерск, хожу по лесам, собираю травки – потом их ищу по описанию и выясняю целебные свойства. А сейчас так и с грибами поступаю. Очень интересно и познавательно. Вот и с внучкой десятилетней сейчас на полянку выйдем, я ей и говорю: вот это подорожник, чтобы кровь останавливать, но удобнее всего – вот этим грибочком дождевиком. А вот этот грибок (лисичка) от глистов, а мокруха – от всех хворей. Слушает с большим удовольствием и запоминает. И уже никогда походя не сорвет траву, не растопчет гриб.

Анна Александровна Степанова, Приозерск».

Грибочки дают спокойные ночи...

«Приходится часто ездить в командировки. И меня волнует всегда работа кишечника – метеоризм. Во сне же это происходит произвольно... Перед соседями по купе просто неудобно. А сейчас делаю очень просто – принимаю дождевик. И абсолютно спокойна за свой кишечник.

Кстати, упомяну еще об одном своем секрете – если добавить к дождевику еще и веселку, то будет удивительный мочегонный эффект. За ночь выходит литра три мочи – и это абсолютно спокойно, без всякой сухости во рту и т. д. Я иногда этим пользуюсь, чтобы согнать лишний вес.

Елена И., СПб.».

Чуть не стал «Медным всадником»

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

Аркадий П. А., СПб.».

Чага – русский гриб

С латинского – *Inonotus obliquus* – гриб переводится как «волоконная спина». Именно так миколог увидел этот древесный гриб. А вообще названий у него много – и русских, и иностранных. Славяне называют чагу черный березовый гриб, березовый гриб, европейцы – лавровый полипор, чага пылец, кривой шиллеровский гриб, японцы – кофукисаруно-кошикаке.

Обитает чага на всем протяжении России и славянских стран, в Северной Америке.

Традиция лечения многих опухолевых заболеваний описывается в многочисленных русских легендах и преданиях. В XVII–XIX веках в Олонце на северо-западе России были очень сильные знахари, которые лечили любые формы рака, и специальным указом Петра I была им

оказана помощь «в производстве знатных снадобий, коими пользовались не токмо местный люд, но и инородцы и иноверцы». Чагу отправляли через Архангельск в Западную Европу тысячами пудов. Как утверждает американский фунготерапевт Кеннет Джонс, чага пользовалась огромным уважением среди лекарей всех мастей, ею пользовали от всех болезней. Но даже в наши времена готового препарата из чаги нет нигде, кроме России.

Очень интересны наблюдения немецкого лекаря XVIII века, который оставил следующую запись о своем путешествии в Западную Сибирь: «В Западной Сибири ханты традиционно готовят чагу и используют отвар для лечения туберкулеза, при боли в желудке, при заболеваниях желудка и как внутренний чистящий агент. В форме „супа“ женщины применяют этот фанг для мытья наружных половых органов после или во время менструаций, для мытья новорожденных, для „ритуальных омовений“ и для мытья рук, ног и всего тела. Для приготовления такого „супа“ чагу обжигают до красного цвета, потом кладут в горячую воду и размешивают, пока он не разломается, а вода не станет черной».

Химический состав чаги таков: инотодиол, оксигенный тритерпенс, траметенолиновая кислота, танины, стероиды, компоненты, похожие на алкалоид-орамин с другими триметил-силлил-эфирами тритерпенов ланостеролового типа, специфичный ланостерол, а также ароматичные ванилиновая и гидроксibenзоловая кислоты.

Исследования чаги развернулись в начале 50-х, и сразу же в нескольких странах. Доклиника на животных сразу же показала противоопухолевую активность веществ чаги, но только в виде водного напара. То есть чагу нужно *напаривать* – выдерживать в кипятке достаточно долгое время, но не кипятить. Спиртовые настойки оказались малоэффективны, так как в них инотодиол сохранился всего в нескольких процентах.

Высокую противоопухолевую активность показали свечи с веществом чаги для введения через прямую кишку.

В Польше в начале 60-х проводилось исследование, в котором принимало участие 48 пациентов, имеющие третью и четвертую степень злокачественных опухолей молочной железы. Выяснилось, что свечи чаги с введением в анус – самая активная форма. У 10 пациентов уменьшился размер опухоли, боли стали меньше, кровотечения – реже и не также интенсивные. Улучшились сон и аппетит, пациенты почувствовали себя лучше (Пиасковский, 1957). В ходе другого клинического исследования пациенты с раком легких получали аэрозоль, а пациентки с неоперабельным раком половых органов – экстракт чаги в виде свечей и спринцеваний. И тоже были зафиксированы явные улучшения (Хартвелл, 1971).

Применение чаги очень широко:

- 1) для восстановления работы кишечника при дисбактериозах, запорах, колитах, метеоризме – в виде напара и свечей;
- 2) при онкологии любых форм, крови и лимфы – напар, свечи;
- 3) доброкачественные опухоли – напар, свечи;
- 4) при лечении эрозивного гастрита, язв ЖКТ – напар;
- 5) при заболеваниях легких – напар, свечи;
- 6) при кожных заболеваниях – напар, свечи, орошение больных мест.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Чага от простуды

«Совсем недавно я узнал, что чагой можно лечить верхние дыхательные пути. Об этом моем открытии стоит рассказать подробнее.

Как-то проснувшись утром, я почувствовал общее недомогание. Нос заложило, в горле першит. Несколько раз громко чихнув, я понял, что, видимо, возвращаясь с работы в переполненном автобусе, подхватил инфекцию.

Измерил температуру. Нормальная. А состояние какое-то неприятное: в висках стучит, желёзка под ухом набухла.

За полчаса до ухода на работу я по просьбе жены принялся натирать на мелкой терке березовый гриб. В нашей семье заведено пить напиток из чаги вместо чая. Напиток кончился, и надо было заварить свежий.

К концу дня прошел насморк и в горле перестало першить. Почувствовал себя вполне здоровым. Быстро вылечился на этот раз, обрадовался я. Неужели мне помогла пыль, которой я надышался, пока тер чагу на терке? Надо будет обязательно проверить. Удобного случая ждать пришлось недолго – спустя два дня простудилась жена. „А ну-ка, потри чагу на терке“, – посоветовал я. Хлюпая носом и покашливая, она принялась за дело. К утру простуды как не бывало.

С тех пор все в моей семье лечатся таким образом. Простуда полностью проходит через несколько часов.

Чистовский О.».

Настой чаги от полипов желудка

«Мой дед долгое время страдал от гастрита, а потом в больнице у него обнаружили два полипа. Удалять их не решились – гипертония да недавно перенесенный микроинсульт делали операцию проблемной. Поэтому дедушка стал принимать водный настой чаги. Принимал долго – по стакану в день обязательно. Через два года полипы уже не определялись, и здоровье резко улучшилось. Обострений гастрита тоже не стало.

Я пила настой чаги, когда у меня обнаружили эрозивный гастрит, и мне это средство тоже помогло.

Андреева Р., СПб.».

Целебная шульта

«Березовую чагу сибиряки называют шультой. И самой целебной считается чага с особого вида берез, растущих на Алтае, – так называемых „железных“.

Корейцы ценят чагу с железной березы выше, чем женьшень. Но и с обыкновенной березы чага тоже целебна. Даже есть пословица: шульты не попьешь, голова трусак трусаком, то есть как пустой туесок грибной.

Особенно ценят чагу лесозаготовщики и геологи на Байкальском хребте – чай из чаги придает сил и бодрость. Обыкновенный чай только пот гонит при дальних переходах, а шульта – силу и бодрость дает.

Иванов П. Д., Омск».

Тоскую по... чаге

«В Израиле мне больше всего не хватает грибов. Очень я тосковал первое время. Сейчас, правда, попривык, но все равно иногда снятся грибные поляны, а на них боровики и подосиновики.

Вашу газету мне привезли в подарок – сразу 12 номеров за прошлый год, все, что смогли найти у вас в редакции. Для меня это был самый лучший подарок с Родины. Последний номер был о чаге – и снова напоминание о молодости.

Я тогда был инженером, проводил испытания бензопил, часто бывал на делянках, там меня и приучили к напитку из березовой чаги. До сих пор помню его вкус и состояние тепла и бодрости после него в любую, даже самую промозглую погоду. Потом я уже сам научился вырубать топором эти целебные наросты. А в Израиле и берез-то нет...

Невех Лев Борисович, Хайфа».

Нужно чагу пить, чтобы сахар удалить

«Что нужно делать, если вдруг вы впервые измерили сахар в крови и увидели цифры – 12–13? Нужно пить чагу и худеть. Именно это я и сделал. Я приехал к своему однокласснику. Он врач. Вот он посмотрел внимательно на мои постоянные „пробежки попить водички“ и сам прибором измерил мне сахар. Я полковник в отставке, медкомиссии у меня остались далеко в прошлом. Лет десять никаких врачебных контролей. И вот такая ситуация. Врач в поликлинике по месту жительства предложила несколько лекарств, а потом прийти за рецептом на „инсулинчик“ – все равно к этому рано или поздно придете... Обнадежила, надо сказать. Теща меня створками фасоли вздумала поить. Но я твердо решил лечиться только грибами. В Центре фунготерапии. Потому что я стопроцентно доверяю И. А. Филипповой и ее методам. Стопроцентно. Она вылечила моего родного брата – он на 10 лет меня старше, – талантливого архитектора, его вся Пермь знает. Так вот в свое время – через небольшие промежутки времени три (!) операции на черепном мозге – обширная глиома. Ее уберут, облучат – а она снова в рост идет. После третьей операции сказали, что все – больше ничего сделать не могут. А у него уже через три месяца после операции лицо перекосило, речь нарушена, ногу тянет. В общем, добились они консультации у самой Филипповой. Получили назначение – грибы в комплексе (веселка, чага, трутовик и т. д.) и регулярно приезжали на последующие назначения и консультации. В общем, прошло 7 лет. Брат жив (хотя давали полгода жизни), мало того – здоров. И ходит, и говорит нормально, мало того – работает. Инвалидность сняли.

Поэтому у меня и мыслей других не было – только лекарственными грибами! Позвонил в Петербург, у фунготерапевта проконсультировался (сказали, что по такому пустяку дергать И. А. Филиппову незачем, – и то правда). И стал пить чагу и снимать вес (я весил 115 кг).

Чагу пил по 1,5–2,0 литра в удовольствие – пить при повышенном сахаре хочется всегда, а у чаги мне тогда даже вкус нравился. Ну и на диету сел – овощи, грибы, гречка, рис. Похудел на 20 кг за 7 месяцев, все это время пил

чагу. Каждый день вместо чая и кофе. Сахар снизился очень быстро. Сейчас у меня абсолютная норма – 5,6.

Тонтлер А. З., Пермь».

Самый здоровый народ – лесорубы

«У меня парень как раз в армию собрался, в военкомате комиссию проходил. Там и обнаружили, что у него сахар высокий. Направили в больницу, полечили. Таблетки выписали, ампулы с лекарством, чтобы колоть. Строго-настрога сказали диету держать, а то без ног останется (уже и тогда какой-то непорядок нашли). Парень больше переживал, что в армию не пошел, – что ему в нашем поселке делать? До Львова 200 км. А работы нет. Диеты его тоже не заставишь держаться – пришел домой да и съел банку вишневого варенья с молоком, или возьмет да перетрет желтки яичные с сахаром. Отговорка одна – я забыл, да я есть хотел. 18 лет – ребенок еще. В общем, еще раз попал в больницу. А потом его кум с собой в Россию на лесозаготовки взял. Парень оттуда через год приехал – его не узнать: здоровьем пышет, румянец во всю щеку, сахар в норме, ноги не болят. А кум только смеется – я его быстро оздоровлю. Одним питанием да работой. Питание у них было самое простое – сэкономили, чтобы денег побольше домой привезти (каждый дом строил – так на стройку). Вермишель, картошка, дичь (если повезет маленько поохотиться), сахар моему парню не давали – тебе нельзя. А вместо чаю заваривали чагу. Сын рассказывал, что он сам каждый вечер заваривал по 2 ведра на бригаду, да покрепче заваривал. И еще грибы ели – и жарили, и сырыми (молодые боровики и рыжики). Мы же западенцы, в грибах хорошо разбираемся – эти грибы в молодом возрасте с хлебом съесть – одно удовольствие. В общем, уже седьмой год пошел – сын работает на лесозаготовках, женился, здоров. Диабета – нет.

Сорочан Татьяна Гавриловна, Верховка».

А слабо пить чагу по 2 литра?

«Я всем рассказываю о том, как я похудела на 15 кг за 2 месяца – все воодушевляются, но никто больше недели не выдерживает заваривания чаги. А жаль – кроме похудения, я еще от грибка на ногах избавилась (это точно только благодаря целебным грибам).

А. А., Москва».

Излечение? Да!

«В 1862 г. в Санкт-Петербурге врач А. Фурхт описал случай излечения больного раком нижней губы, причем в раковый процесс уже была вовлечена подчелюстная железа. При этом густой отвар гриба применяли внутрь и в виде компресса 3 раза в день в течение нескольких месяцев. Лечение закончилось полным исчезновением раковой опухоли и раковой язвы.

Алексеев А., Москва».

Боль снимает мухомор, а не чага

«В 1857–1858 гг. Ф. И. Иноземцев испытывал это народное средство на больных, находившихся в клинике Московского медицинского института. Он отмечал улучшение общего состояния, но так и не получил желаемого результата – чага не снимала болевые синдромы при последних стадиях.

Варениук Р., Псков».

Трутовик лиственничный – грибная панацея

Это *уникальный* гриб. Потому что известен с древних времен именно как лекарство.

Древние называли его *Agaricus albus*, то есть белый, очищающий, хининный или лиственный агарик. Принято считать, что слово «агарик» происходит от «Агария», район на юго-западе России, или «Агарус» – древний город на берегу Дона, в котором расцвела древняя грибная культура лечения (получается, что не фунготерапия, а агарикотерапия!). Диоскорид, самый известный травник древности, использовал название «агарикон» в своей оказавшей огромное влияние даже на современную натуральную медицину «Материя Медика» для описания гриба, который сейчас называется *Fomitopsis officinalis*, то есть губка лиственничная. Возможно, это произошло потому, что эти грибы получали именно из Агарии.

Древние греки и римляне верили абсолютно в его универсальные свойства. Агарик был очень дорог и очень популярен.

Примером может послужить рецепт Митридата, содержащий основным компонентом агарик, который в этом снадобье предохранял человека от уже принятого яда. Легенда гласит, что царь Митридат все время принимал данное средство, чтобы обезопасить себя от отравления. Позже, проиграв важнейшую битву, он впал в депрессию и попытался отравиться, выпив страшный яд. Но тот не подействовал! Агарик и здесь сработал великолепно.

Этот же гриб (агарик или трутовик лиственничный) занимает важное место в Фармакологическом справочнике 1618 года.

Плиний изучал агарик и оставил описание его основных целебных свойств. Агарик использовался:

- 1) в сухом порошке или разведенном в вине при укусах ядовитых пауков и скорпионов;
- 2) в рецепте Митридата как абсорбент при отравлении сильнодействующими растительными ядами;
- 3) при болезнях желудка (гастрит, эрозивный гастрит);
- 4) при астме, заболеваниях легких и бронхов – заваренный в горячем молоке ослицы или белой коровы;
- 5) при заболеваниях почек (хроническом пиелонефрите), растворенный в горячем настое смородинового листа с медом;
- 6) при болях в спинном хребте (остеохондроз), мышечных болях – растворенный в горячем молоке с медом;
- 7) при запорах и проблемах с метеоризмом – в порошке и растворенный в горячей воде с щепоткой кардамона;
- 8) при болезнях селезенки – в порошке и растворенный в вине;
- 9) для растворения камней в желчном пузыре и почках – растворенный в сухом натуральном вине или же в отваре хвоща с медом;
- 10) для лечения туберкулеза – растворенный в вине;

11) при эпилепсии, неврозах, неврастении, истерических удушьях, запущенной вегетососудистой дистонии (панический страх, страх смерти);

12) снимает желтуху при разлитии желчи, отеки и водянку.

Диоскорид утверждал, что трутовик лиственничный – лучшее средство для *восстановления сил* (синдром хронической усталости, неврастении, депрессии), *борьбы со старостью*. Лучшее употребление – растворенное в горячей воде с медом или же в виноградном вине. Обычная норма – 2–3 г в день.

Трутовик лиственничный (агарик) был царем всех лекарственных снадобий 1600 лет! И только по мере развития фитотерапии и при постепенной утере связей с Московией агарик использовался все меньше и меньше. А вот через двести лет в XVIII – начале XIX века былая слава агарика вновь заблестала – его стали тысячами пудов опять вывозить на Запад.

Лечение и профилактика чахотки, восстановление сил, желание отодвинуть старость опять сделали самым популярным так называемый «Вартбургский эликсир».

Вартбургская тинктура

Фенхель (сладкий укроп), толченный – 4,6 г

Горечавка, толченая – 2,3 г

Тмин – 2,3 г

Ревень, толченный – 9,1 г

Дудник (дягель), толченный – 9,1 г

Девясил, толченный – 4,6 г

Шафран – 4,6 г

Алоэ, измельченный – 2,3 г

Агарик, порошок – 2,3 г Черный перец, толченный – 5 г Корица, толченая – 9 г

Указания: смешать травы (сухие), смолоть их в порошок в блендере или кофемолке, добавить 100 мл водки так, чтобы она находилась на уровне выше травяной массы на сантиметр. Перемешивать полученную микстуру каждый день в течение 2 недель, потом отжать через полотно. Можно также пропустить жидкость через марлю, чтобы задержать осадок, если он появился. Обычная доза – 4-16 мл, то есть от 20 капель до 2 ложек, 2–3 раза в день, лучше перед едой.

Этот эликсир приведен в Британском фармацевтическом кодексе 1934 года как самый популярный и эффективный.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Трутовик и еще раз трутовик!

«До 30 лет мне моя фигура нравилась – блондинистая, в меру полненькая, мечта любого мужчины. А вот к 40 – уже смотрю – и там висит, и здесь складками пошло. Муж намекать стал: дескать, пора бы к мечте вернуться. А я уже не могу на диетах сидеть: стоит не поесть, голова начинает болеть. Особенно вечером – нужно шоколадку съесть, чтобы самочувствие

было в норме. Конечно же пыталась все: сидела на кремлевской диете (не для меня), чай пила – все равно аппетит зверский. Давно слышала про целебные грибы, но нигде не встречала их. И тут вдруг – ваша газета.

Сразу скажу: нам, толстушкам, это просто спасение. Во-первых, от трутовика сразу виден эффект – аппетит у меня стал не таким зверским, на шоколад после трутовика не тянет. Во-вторых, наладился стул, а в-третьих, действительно идет похудение. Полегоньку, но постоянно.

Симонова Елена, Псков».

От редакции. Речь идет не об обычных трутовиках, которые повсеместно растут в средней полосе на деревьях, а о трутовике лиственничном (губке лиственничной), который произрастает только в Горном Алтае. Поэтому искать его в наших широтах и тем более делать настойки – напрасные хлопоты. Экстракт трутовика сейчас производят фирмы, специализирующиеся на выпусках грибной продукции.

Алтайские толстушки сидят... на трутовиках

«Знаете, как у нас в селе женщины вес сгоняли после родов? Трутовиками. Есть такой древесный гриб, похожий на большие лепешки серо-желтого цвета, который растет на лиственницах. Его собирают поздней осенью или ранней весной, топором разрубая на мелкие кусочки, обязательно размалывают в порошок и настаивают на самогонке, или же запаривают в воде. Вкус отвратительный, горький со смолистым привкусом, но жир разгоняет лучше некуда. Моя мамка пятерых родила, каждый раз поправлялась во время беременности на 20–30 кг, и после родов колобком была, сама рассказывала, а посидит на трутовике – и все в норме.

Я когда вторым ребенком ходила, тоже на 15 кг поправилась, пока кормила, ничего не делала, потом в деревню наказала трутовиков мне нарубить – пила с полгода, в норму приходила. Сейчас смотрю, я стройнее многих своих однолеток, которые мучают себя шейпингами, да саунами, да таблетками.

А ведь работа у меня сидячая.

Главное поначалу не бояться, потому что нести начинает, всю грязь пока из организма не вычистит, стул бывает несколько раз в день. Потом все приходит в норму, и не замечаешь, как начинаешь худеть, вроде все по-прежнему. Только вдруг платье становится широко.

Шашкова Лилия Николаевна».

А я трутовиком печень лечу

«Раньше, как только печень „тянуть“ начинала, я но-шпу принимала, а потом мне посоветовали капсулы трутовика пить. И действительно, и боль уходит, и легче становится. Недавно пропила курс месячный из шиитаке и трутовика, сделала анализ: билирубин в норму пришел.

Мошненко П. П., Архангельск».

Набerezовик – сводный брат подберезовика (березовая губка)

Все правильно, именно наберезовик, гриб, который растет *на* березе. Подберезовик растет под березой, а этот березовый гриб – на березе. Но это вовсе не чага, хотя народ эти трутовики запутали окончательно. Это – березовая губка, трутовик, который так же растет на березах, как и чага. Его еще называют березовым лепехом. И наберезовиком его называют в шутку – микологи тоже шутить умеют.

И получается, что все три гриба – сводные у матери-березы – чага, березовый лепех и подберезовик.

Но самыми серьезными целебными свойствами обладают, конечно, березовые трутовики, причем березовый лепех забыт совершенно напрасно. У славян он ценился очень высоко. И существует масса рецептов с этим загадочным трутовиком, даже специальный березовый квас.

Называется в микологии он запутанно... Пиптопорус березовый, березовый трутовик, *Piptoporus betulinus*.

Есть и другое название – более известное по-латински – *Boletus betulinus* («бетула» значит «береза», следовательно, в переводе – «гриб березовый»).

Но, вероятно, чтобы не усугублять путаницу, решили назвать его более изысканно – пиптопорусом.

Биохимический анализ сделан совсем недавно – во второй половине прошлого века. Зато попали сразу в десятку, нашли ценную тумулозовую кислоту, а еще фунгистерол, эргостерол и группу тритерпенов (тритерпеноидные и полипореновые кислоты), то есть сразу было доказано, что не напрасно березовым лепехом лечили все грибковые поражения кожи.

Применение в народной медицине

Использовали как общеукрепляющее средство, как антисептик. Экстракт березовой губки обладает противомикробным, противоопухолевым и противовоспалительным действием. Щелочной экстракт из плодовых тел – противовирусной активностью (Бондарцева, 1998).

В Смоленской губернии до сих пор помнят старинные рецепты и применяют водочную настойку березовой губки для лечения кожного рака и запущенных форм онкологии молочной железы.

Теплый водный настой березовой губки пьют во время эпидемий гриппа с молодым липовым медом.

В Белоруссии водным настоем березовой губки снимают высокий сахар в крови, постоянно пьют как чай при диабете.

Березовая губка оказывает хорошее ранозаживляющее действие – густой настой этого гриба применяют при микроклизмах через анус при эрозивных колитах, пьют по полстакана в день при язвах ЖКТ.

Настой березовой губки подавляет влагалищный папиллома-вирус при спринцевании у женщин и желудочный вирус «хеликобактерпилори», предполагается, что березовая губка способна подавлять и вирус герпеса.

Рецепт лечения псориаза

Свежую березовую губку отбивали молотком, резали на кусочки, заливали медовой бражкой (такую брагу повсеместно варили в деревнях) и томили в печи в глиняном горшке. Затем растирали пестиком в густую кашу и добавляли обычный деготь.

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

Томленное молоко на березовой губке

Свежую березовую губку (если плодовые тела небольшие, то без разрезания) укладывали на одну треть глиняной кринки, заливали молоком и ставили в печь томиться на 3–4 часа до появления на молоке кремовой пенки.

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

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

Березовый квас – русский напиток здоровья

Чагу и березовый лепех кусочками (200 г) залить горячим медом (стакан меда развести стаканом воды и довести до кипения), настоять в теплом месте 2 дня. Затем профильтровать через сито и марлю и развести в 3 литрах березового сока, добавить сухие дикие груши (можно яблоки или изюм). Накрыть материей и поставить на 3 дня бродить. Затем перелить в стеклянные бутылки или банки под крышку и убрать в холодное место. Хранится не более 4 месяцев. Вкус отменный. Здоровье несомненное.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Матушка береза-целительница

«Русская береза – один из главных символов России. Все дерево целебное: почки, листья, кора (береста), чага, деготь, уголь... И даже сразу два трутовика березовых – чага и березовый лепех. Вот несколько рецептов применения березового трутовика.

Столовую ложку измельченного гриба залить 1,5 стакана горячей воды, кипятить 20 минут, настаивать 4 часа, процедить. Принимать по 1–2 столовых ложки 3–4 раза в день при запорах и дисбактериозе.

Кусочек свежего или размоченного трутовика березового жевать при проблемах с зубами.

100 г сухого трутовика настоять 5–6 часов в 5 литрах горячей воды. Греть ноги при простуде и сильном кашле.

Небольшие высушенные грибы дают хороший эффект при обработке ими кожи ступней. В отличие от пемзы гриб не только снимает ороговевшую кожу, но и заживляет трещины.

Несколько кусочков сухого трутовика, добавленного в мангал при приготовлении шашлыка, придадут ему неповторимый тонкий аромат.

Вяземский Владимир».

Березовый лепех – для камина

«Набираем березовые трутовики для... камина. Они не горят, а скорее тлеют, но наполняют дом приятным березовым смолистым духом. И что удивительно – очищают воздух. Я это знал давно. Лесник один научил – как только в деревнях хворобы начинаются, тут же начинают лепехи в печки бросать, чтобы инфекцию на корню убить.

Вот и я уже который год в самый гриппозный сезон топлю камин березовыми трутовиками – и не боюсь.

Ильин Б., Москва».

Березовые ванны

«Я спасаюсь от болей в ступнях – наверное, подагра. Потому что боль такая, как ноющий зуб. Особенно осенью и весной. Наполняю большую кастрюлю березовыми древесными грибами, заливаю водой и на маленьком огне томлю часов шесть, по мере необходимости подливая воду. А потом в тазик выливаю содержимое кастрюли и парю ноги, до остывания жидкости. И в теплые носки. Помогает сразу и надолго.

Заюрова И., Тосно».

Березовая пемза

«Всегда принесу домой два-три трутовика. Зимой после ванны очень хорошо использовать их как пемзу. А если время есть – можно кашлицу из трутовика сделать: парить ее долго надо в яблочном уксусе, потом через мясорубку прокручивать и к мозолям пластырем прикреплять. И мозоли хорошо отслаиваются и уходят, и косточка болезненная лечится.

Иваненко Т., Пермь».

Некоторые рецепты псковского монаха-целителя XIX века Феофила

Если вам доведется проезжать по Киевской трассе из Петербурга, вы непременно зададитесь вопросом: что за название такое – «Феофилова пустынь»? Пустынь (иногда «пустошка») – это место, которое выбирают для себя, для проживания верующие люди, стремящиеся укрепиться в своей вере, подвергнуть себя лишениям в физическом плане и духовно окрепнуть. Обычно уходят в пустынь монахи. Феофил 30 лет молился и наблюдал природу. И только после этих лет, полных осмысления и наблюдений, он дал обет святому Пантелеймону облегчать человеческие страдания: дух угнетенный Божьим словом и молитвой, а страдающую плоть – природными лекарствами.

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

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

Лечебные рецепты от эндометриоза, фиброза матки

Сидячие ванночки

Клубок весенней ведьминой метлы растолочь (размолоть), размолоть свежий березовый лепех – залить 2 литрами воды, довести до кипения и томить на медленном огне 2–3 часа.

В большой и емкий пластмассовый тазик вылить содержимое кастрюли и разбавить прохладной водой (или березовым настоем от запаренного березового веника), сесть, чтобы поясница была в воде. Сидеть до остывания настоя – 15–20 минут.

Настой для спринцевания

Клубок ведьминой метлы размалывается в ступке (если весной и летом, то с листьями), размалывается в мелкую крошку один среднего размера березовый лепех, заливаются молоком (2 литра) и кипятятся на медленном огне – лучше всего томиться в печи часа три.

Затем отфильтровывается. Топленое молоко сливается в глиняную кринку.

Для спринцевания используется теплое молоко, 300 мл. Ввести спринцовкой, сжать мышцы влагалища и задерживать порцию молока до минуты.

Этот же состав используется для микроклизм анально при полипах толстой кишки, геморрое, язвах и эрозиях кишечника.

От рака печени и поджелудочной железы

Взять равными частями измельченные (порубленные, искрошенные):

чагу березовую – 10 г, лепех березовый – 10 г, березовую ведьмину метлу – 10 г.

Залить кипятком в термосе (0,5 литра) и настаивать ночь. Отфильтровать. Эту порцию распределить равными долями на 3 дня. Пить по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

Дополнительно принимать сок свежей веселки (гриба) в молочной сыворотке. Кислое молоко (кефир), 1 литр, довести до кипения, проварить 2–3 минуты, откинуть творог на сито, полученную молочную сыворотку охладить.

Свежую веселку в стадии яйца измельчить, помять деревянным пестиком, добавить ложку меда. Это – порция на 3 дня.

Принимать по 100 мл сыворотки в день с разведенной в ней смесью веселки перед сном. Вкус неприятный. Если есть отвращение, можно разделить порцию на три приема – утром, в обед и вечером.

Вместо свежей веселки можно использовать капсулы с сухим экстрактом веселки – БАД «Веселка».

Убедиться, что это не китайская биомасса мицелия! Нужен именно *натуральный, природный* гриб веселка.

Четыре капсулы веселки всыпать в 100 мл молочной сыворотки и выпить перед сном.

Березовые трутовики (чага, березовый лепех) и ведьмины метлы можно купить в магазинах и аптеках «Грибные аптеки» в виде специального сбора.

При раке молочной железы, матки, яичников

Спринцевания

Клубок ведьминой метлы размалывается в ступке (если весной и летом, то с листьями), размалывается в мелкую крошку один среднего размера березовый лепех, заливается литром воды и кипятится на медленном огне – лучше всего томиться в печи часа три (можно залить кипятком сразу в термос и оставить настаиваться на ночь).

Затем настой фильтруется и сливается в глиняную кринку.

Для спринцевания используется теплый настой, 300 мл. Ввести спринцовкой, сжать мышцы влагалища и задерживать порцию воды до минуты.

Внутри

Лепех березовый – 20 г, березовую ведьмину метлу – 10 г, залить кипятком (0,5 литра) в термосе и настаивать ночь. Отфильтровать. Эту порцию распределить равными долями на 3 дня. Пить по 50 мл 3 раза в день за полчаса до еды.

Дополнительно грибы веселка и дождевик в молочной сыворотке (рецепт приготовления см. выше).

Фулиго гниlostный – яичный омлет на траве

Досадно, что у ученых-микологов не нашлось красивого названия для этого удивительного гриба. Ну что это такое – фулиго гниlostный? Ну почему он гниlostный? Понятно, что в основном селится он на гнилье – древесине, отмершей траве, влажных опилках и хвое, но все же... Как можно яркую цветную пену назвать так примитивно? Мне он напоминает хорошо взбитый гоголь-моголь, так и хочется съесть.

Народные названия этого удивительного гриба тоже не согласны с сухим и скептическим названием микологов.

Хотя каждая нация выражает свое отношение, опять же, по-своему. Исконные грибофобы – американцы и англичане – назвали его в соответствии со своими представлениями. Американцы – «dog vomit slime» – «слизень собачья рвота», англичане – «плевок лося».

А у поляков этот слизевик называется «wykwit piankowy» – «пенистая сыпь».

Более романтичные шотландцы – «scrambled egg slime» – «яичный омлет», а ирландцы-мистики – «troll butter» – «масло тролля».

В преданиях уэльских англичан встречаются названия: «flowers of sulphur» – «сернистый цветок» – или же «flowers of tan» – «цветок на влажной коре».

Немцы называют его «Gelbe Lohblute» – «желтый лесной цветок». А еще называют его «ведьмино масло».

Русские более наблюдательны и более романтичны – они отметили, что наиболее загадочен и целебен гриб, который находится на муравейнике (а может, и верно?), и в мифах сделали его волшебным «муравейным маслом».

Но самое удивительное, что все народы подсознательно знали: это не банальный гриб, не обычное растение, а нечто загадочное и мистическое. Так и оказалось. Этот гриб называют грибо-животным или слизевиком. Он наделен необычными способностями. Например, он умеет *ползть*. И делает это разумно и вполне осознанно. Скрываясь в недрах гнилушек обычного пня или муравейнике, он для размножения (спороношения) вдруг решает выползти на солнышко, – вот тогда мы и видим разноцветие яркого гоголь-моголя. Но, не вынося жарких лучей, он так же уползает в глубь влажных гнилушек, а мы считаем, что он растаял.

Самое поразительное, что это не единая форма, как, например, у боровика, а фулиго – сообщество отдельных особей. Что-то типа муравейника, состоящего из массы особей-муравьев. В минуты опасности или сильной засухи особи-амебы разбегаются в разные стороны, надевают «скафандр» и выживают поодиночке. И ждут сигнала, чтобы соединиться опять в живую массу и поражать своей красотой окружающих.

Скорость, развиваемая слизевиками, невелика: всего 0,1–0,4 мм в минуту. Такое движение трудно уловить взглядом, но повторные фотографии одного и того же слизевика, сделанные с интервалом в несколько часов, показывают, что он не только изменяет свою форму, но и перемещается с места на место, причем весьма целенаправленно. Слизевик реагирует на изменение освещенности, предпочитая на этой стадии жизни затененные места. Он также движется к скоплению пищи и навстречу едва ощутимому току воды. По пути к цели этот удивительный гриб способен даже решать некоторые задачки: преодолевать небольшие препятствия или просачиваться сквозь отверстие размером с игольное ушко, а в условиях эксперимента – находить верный путь в лабиринте.

Целебные свойства «муравейного масла»

В мифах и преданиях славян этот волшебный гриб считается панацеей. Изучен он достаточно мало, поэтому приводить научные данные вряд ли стоит – обнаружены терпентиновые кислоты, составляющие муравьиной кислоты и т. д. Состав пока мало о чем нам говорящий.

А вот личные наблюдения и факты из опыта наших читателей – это интересно.

В Польше этот гриб, вернее, «лесное масло» ценилось невероятно – им лечили раковые язвы. В Познани в XVIII веке жил некий целитель, который вылечивал рак молочной железы на любых стадиях, даже в стадии открытой зияющей зловонной язвы.

Ф. Вигель в заметках о своей светской знакомой княгине Долгорукой-Кожиной рассказывает следующее: «Красавицей была несомненной, но с крайне гадким характером – сварлива и прижимиста. Имея немалое состояние, замуж вышла в позднем возрасте – около пятидесяти лет, – польстившись на поместье взбалмошного соседа, которое он непременно бы промотал, да и на молодость последнего. Поставила условие – отдельные спальни, но супружеские отношения не реже двух раз в неделю. Правда, новоиспеченный муж на большее и не претендовал, ему бы только покрыть долги из приданого престарелой жены.

Женихом еще тридцатилетний повеса знал, что его нареченная пятидесятилетняя невеста неизлечимо больна – запущенный рак груди. Он торопил со свадьбой, опасаясь, что невеста может скончаться в любое время. А невеста, вдруг почувствовавшая вкус жизни, решила излечиться – и отправилась в Познань к целителю. Привезла мазей и снадобий – и вместо скорой кончины обрела выздоровление.

В деревню же уезжала для поиска по лесам дворовыми слугами своего чудодейственного средства, которое ей открыл целитель».

Вигель описывает со слов приятельницы, что это была некая желтая пена, которая бывает на муравейниках. Неутешная вдова прожила еще тридцать лет и скончалась в возрасте хорошо за восемьдесят. Молодой же супруг скончался года через полтора после свадьбы – вероятно, подорвало здоровье крушение надежды на смерть богатой жены.

В России искали «муравейное масло» всегда – разрывали муравейники, сидели неотступно перед муравьиными кучами всю ночь на Ивана Купалу. Такое мистическое отношение не позволило оставить какие-то записи.

А вот на юге, в Астраханской губернии, этим маслом натирали суставы при ревматизме. И очень были довольны.

Самое интересное свидетельство о применении «желтой пены» оказалось в Бурятии – там это самое целебное и эффективное средство при псориазе. Несколько втираний в псориазные бляшки залечивают их полностью.

Это могу подтвердить личным опытом – втирание желтой пенки фулиго буквально за 10 сеансов убрало псориазные бляшки на руке больного псориазом.

То есть можно утверждать определенно, что «муравейное масло», или фулиго, имеет целебные свойства, которые можно смело применять в дерматологии.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Как подарок – прямо к дому

«Этот желтый гриб-слизевик знаю хорошо. Каждое лето ищу его, когда хожу за грибами. Сразу скажу – это нелегкое дело. Иногда по несколько лет его не бывает. А иногда – как нарочно, словно специально на глаза попадается. Лет пять назад начало у меня крутить суставы на руках. Руки распухли – спать не могла. К лету так же распухла коленка. В лес за грибами – ходить сложно. Просила всех знакомых – если вдруг найдут „масло“, – чтобы для меня собрали. И вдруг около своего парника на участке на гнилом пеньке – красавец такой. Ярко-желтый, с ладошку, совсем свеженький. Просто пуховый. Я его в пластиковый контейнер собрала – про запас. И намазала на больные места – так основательно. И ведь – через неделю была как новенькая! За грибами отправилась. Правда, с тех пор я „масло“ больше не встречала. Но и суставы меня больше не тревожили.

Исконенкова Анна, Псков».

Волшебное масло

«Знаю это чудо. Так и называется – муравьиное масло. Мне даже показывали бабку старую, которая этим снадобьем вылечила себя от рака груди. А ведь умирала уже. Это было, когда ей было лет 30 – после войны сразу. А видела я ее, когда ей было за 90. Вот так.

Лепест И., Москва».

Пастух-кладоискатель

«Мужик у нас в деревне под Опочкой был – красавец писанный. Голубоглазый, с черными кудрявыми волосами. Пастухом был, потому что никуда его не брали – все тело струпьями было покрыто. И запах тяжелый. Как сейчас понимаю – это псориаз был. А пастухом пошел, потому что всегда говорил, что ищет снадобье одно лесное, которое его вылечит. Масло какое-то. Которое надо искать в подвалах у муравьев.

Я тогда девчонкой была, потом уехала из деревни в Псков. Приехала лет через 10. Увидела другого пастуха, спрашиваю у бабки: где же красавец? Оказывается, нашел он то, что искал. Полностью вылечился и уехал в город. Приезжал пару раз с женой и детишками – вылеченный полностью.

Садовская А., Петербург».

Колпак кольчатый

«... Похоже, в год, не очень благоприятный для грибов, любителей „тихой охоты“ больше всего может выручить курочка – так в народе любовно называют хороший съедобный гриб, известный в литературе как „колпак кольчатый“. Это название объясняется очень просто: шляпка молодого гриба напоминает

колпак, а на ножке у него есть белое кольцо. Правда, многие другие грибы тоже очень похожи на колпаки разного фасона, выставленные для лучшего обозрения на подставки в виде грибных ножек. Недаром верхняя часть гриба и называется шляпкой. Труднее объяснить, почему народ, меткий на названия, сравнил гриб с домашней птицей. Может быть, его вкус чем-то напоминает курятину. А может, и потому, что обычно этот гриб очень чистый снаружи, к его будто присыпанной перламутровой пудрой шляпке почти не пристает лесной сор. Вот и ассоциация с аккуратной курочкой – у хорошего хозяина ей негде испачкаться.

Далеко не все, даже опытные грибники, знают о высоких кулинарных достоинствах этого гриба. Например, известный белорусский писатель-натуралист и знаток грибов Дмитрий Беспалый в своей книге „С полным лукошком“ лишь упоминает о существовании такого съедобного гриба. Многие же вообще считают его подозрительным. Для этого тоже есть определенные основания: в какой-то степени колпак напоминает смертельно ядовитую бледную поганку, в первую очередь своим кольцом на ножке.

Именно поэтому знакомиться с этим грибом лучше всего с помощью опытного человека, который не первый раз собирает колпаки и знает их хорошо.

Специалисты обращают внимание на своеобразную расцветку верха шляпки колпака кольчатого. Он обязательно желтоватого, светло-коричневого цвета и как будто слегка покрыт жемчужной пылью, отчего имеет своеобразный сияющий оттенок. Поверхность у молодого гриба зачастую бывает морщинистой. Отличает его от других пластинчатых грибов и от той же бледной поганки глинистый, коричневатый цвет пластинок, более светлый у молодых грибочков и насыщенный у старых. Если же покажется, что пластинки скорее серые, чем светло-коричневые, то лучше такой гриб не брать вообще, пока не научишься узнавать колпак в любой обстановке.

Чаще всего курочки встречаются в старых сосновых борах по мшистым местам. Там они растут большими компаниями, хотя всегда на некотором удалении друг от друга. Раз или два я наталкивался даже на небольшой полукруг, образованный выстроившимися светло-желтыми грибами, – часть известного „ведьмина кольца“. Чаще всего, особенно в глубине леса, курочки достигают небольшого размера, с возрастом шляпки становятся плоскими, диаметром не больше крупного яблока. Зато порой их бывает необычно много. Надо признать: вкус своеобразный, отличный от обычного грибного ассорти. Но вареные, соленные или маринованные, на мой взгляд, они несколько мягковаты и потому проигрывают в сравнении с теми грибами, которые традиционно используются для таких способов консервирования...»

Александр Пискунов. «О грибах Белоруссии»

Целебные свойства курочек-колпачков тоже малоизвестны в России. А вот в Белоруссии этот гриб ценят за его целебные свойства. Широко известен рецепт для компрессов при лимфаденитах – сухие грибы смешивать с медом и нутряным салом и прикладывать к опухшим железам.

В Чехословакии отваром этих грибов лечили почки и выводили камни из почек, в Польше рассолом из них снимали похмельный синдром и принимали при опуханиях конечностей. В научной медицине о целебности этих грибов сведений нет.

Навозник серый

Гриб известный, но мало любимый в деревнях России. Мало любим он по простой причине – вызывает отравление (небольшое, но неприятное), если его совмещать со спиртным. Поэтому в средней полосе России его называют *тещиным грибом*. Есть у него и другие названия – *копринус* (*Coprinus atramentarius*), *чернильный гриб*, *благушка*, *печурка*, *сажок*.

Происхождение древнее – из крестьян

Родовое название этих грибов – копринус – происходит от греческого слова «копрос» (сopros), что значит «навоз». Отсюда второе очень распространенное название этого рода – навозники. Грибы, поселяющиеся на навозе, называют копрофилами. К этой экологической группе грибов относятся и многие копринусы. Всего род включает около двухсот видов. Они являются космополитами и распространены почти по всему земному шару. Виды этого рода селятся на навозе травоядных животных, хорошо удобренной почве, на разрушающихся пнях и других растительных остатках. Поэтому они часто встречаются в садах, огородах, на мусорных кучах, около животноводческих ферм, на лугах, где пасется скот. Эти грибы поселяются и в городах (они в изобилии бывают в парках, на газонах скверов). Встречаются они и в лесу, особенно на опушках, куда заходит при пастьбе скот. Более мелкие виды (например, *Coprinus dissimilatus*) обильно покрывают полуразложившиеся пни.

Среди грибов они – эфемеры. Растут и созревают так быстро, что соперничать с ними в этом не может ни один гриб. Жизнь мелких видов чрезвычайно коротка. Замеченные вечером, прожив всего лишь одну ночь, они к утру исчезают. Развитие более крупных видов, например навозника белого (*Coprinus comatus*), протекает немного дольше. Но и у него уже через 48 часов после образования плодового тела шляпка чернеет и расплывается в черную жидкую массу, содержащую многочисленные споры. Это явление называется автолизом.

Грибные чернила

Эта сажисто-черная масса расплывшейся шляпки некоторых видов (в частности, *Coprinus comatus* и *Coprinus atramentarius*) – основной источник так называемых копринусовых чернил, состоящих из суспензии спор гриба в воде, гуммиарабика и некоторых других веществ. Они используются для ретуши в фотографии и в особых случаях для письма и рисования. Подлинность написанного такими чернилами текста или рисунка всегда можно установить по наличию в них спор гриба, что имеет значение для устранения подделок в особо важных документах. Поэтому навозников еще называют чернильными грибами или печурками (черный, как из печки).

Целебные свойства

Целебные свойства серого навозника были известны с глубокой древности – им лечили пьянство. После его употребления в пищу в течение довольно длительного времени употребление спиртных напитков вызывает временное отравление, симптомы которого вскоре проходят. Действующее вещество серого навозника, тетраэтил-тиурамиддисульфид, окисляет вводимый в организм спирт. Это вещество получено синтетическим путем и применяется под названием «антабус».

В Венгрии серый копринус применяли при ожогах – прикладывали кусочки свежего гриба и забинтовывали. Считалось, что это снимает отек и боль, предотвращает воспаление и не дает появляться уродливым рубцам.

В Чехословакии сажистую массу уже «истекающего» гриба прикладывали к раковым и тромбофлебитным язвам для подсушивания и заживления.

В Китае порошком молодого гриба лечат язвы желудка – смешивают с медом и травами и принимают на ночь в период обострений.

В Индии и Шри-Ланке известен рецепт применения серого навозника при легочных заболеваниях. Порошок копринуса смешивают с кориандром и другими пряностями, заливают горячей водой и настаивают на водяной бане, пьют в теплом виде при чахотке, воспалениях и бронхите для отхождения мокроты.

Лекарство

Разработана и внедрена в производство российская БАД «Копринус» для профилактики алкоголизма.

Действительно, в нескольких видах навозниковых грибов есть вещество – коприн. Оно и создает такую реакцию: соединяется с этиловым спиртом и вызывает рвоту и тошноту. И идет закрепление рефлекса: отвращение к любому спиртному.

Питерские ученые-микологи разработали препарат из гриба навозника – копринуса коматуса, – который действует очень мягко (нет явно выраженной рвоты и покраснения лица), но свою основную функцию – подспудно вырабатывать отвращение к спиртному – он выполняет прекрасно.

Основное условие – порошок из двух капсул подсыпать в еду утром (пьющий человек в течение дня всегда найдет сам рюмку спиртного) и делать это на протяжении трех месяцев, как минимум. Уже к концу второго месяца потребление спиртного должно снизиться вдвое из-за нежелания организма провоцировать себя.

Препарат «Копринус» абсолютно безопасен, не вызывает отравления и аллергических реакций, проверен на радиоконтроль. Прошел доклинические испытания – 60% мышей, приученных к этиловому спирту, в конце курса перешли на нормальное питание – стали есть обычное зерно, а не вымоченное в спирте.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Гриб от пьянства

«Удивительные лекарственные грибы видел я в действии, когда служил в Брянской области. У нас в части тогда офицер был – умный, красивый, летчик – от Бога. Но – запойный. Только очередную звездочку присвоят – отметит, устроит пьяный скандал – тут же звание долой. Жена с ним мучилась, хотела бросать. А потом нашла бабу, которая лечила грибами и травами. Баба показала ей грибок, который надо высушить и в еду подсыпать, чтобы напрочь было отвращение к спиртному.

Она подсыпала ему в еду, тут же рюмочку налила, потом вторую. Часа через два сама перепугалась – он покраснел весь, стало его рвать, вычистило от души. На второй день то же самое проделала с тем же результатом. Поверите, через полгода он на бутылку смотреть не мог.

Наши жены тогда все леса обшарили в поисках этих грибов. Мы тогда все чуть не стали трезвенниками, все через это прошли. Мужики остерегались, только в гаражах стали выпивать и закусывать только магазинной колбасой.

Но гриб действительно лечит пьянство. Оказывается, в пятидесятые годы было и лекарство от пьянства, полученное из него, и действовало оно безотказно. Тем более что отравиться до смерти от этого гриба даже при всем желании не получится.

А гриб этот называется – чернильный гриб, или навозник. Каждый видел этот грибок, который любит расти на навозных кучах...

Полковник в отставке Филинов А. П.».

Раздумья обеспокоенной тещи

«Я расскажу, как я зятя навозниками лечила – от пьянства отучала. Дочка у меня замуж вышла пять лет назад, парень хороший, менеджером в большом магазине работает. Претензий у меня к нему не было, но дочка говорит – стал после работы приходить под мухой. И в субботу всегда бутылку коньяка покупает. Надо, говорит, что-то делать – но не подшивать же? Вот и решили – народными средствами. Я мимо вашей грибной аптеки постоянно на рынок Владимирский хожу, часто захожу – газеты покупаю. В этот раз попросила мне специально из архива подобрать о навознике (копринусе). Я так подумала, зачем покупать готовый препарат „Копринус“, когда лето на дворе – эти самые копринусы расти везде должны. На них сначала попробовать, а потом и деньги тратить, если толк будет.

Человек я сугубо городской, ну понятное дело, подберезовик от мухомора отличить смогу, а вот остальные грибы – вряд ли. Но за дело взялась со всей решительностью – взяла фотографии всех трех видов и отправилась на дачу в Вырицу.

Сразу скажу – найти навозники в Вырице – дело крайне сложное. Навоза давно ни у кого нет, в лесу они не растут. Около ж/д станции нашла пенек, а на нем рассеянные навозники. Целая кучка на самом пне и рядом! Обирала их часа два, полпакета нарвала, а пришла домой и задумалась – сначала отварить, потом – жарить? После отваривания осталось их со столовую ложку, после жарения – непонятный плевок коричневатой жижи. Зятю это даже в еду не подложишь – сразу заподозрит тещу в отравлении. А ведь в рецепте как сказано: „... теща ставит на стол жареные ароматные грибочки-навозники, а потом наливает рюмочку...“ Решила я искать другие навозники. Серый вроде видела, но он столь неприглядный и так напоминает поганку, что я их и рвать не стала. Тем более их всего штуки три у забора росли. А вот белый копринус посимпатичнее будет – действительно, как эскимо на палочке. И нарвала я их не в Вырице, а на газоне около дома на проспекте Энгельса в Питере. Практически рядом со своим домом. И тут ждала меня неприятность – жарить эти навозники оказалось крайне сложным делом. Во-первых, они такие лохматые – что делать с этими бахромками? Я решила их убрать – очистила основательно. Во-вторых, ножки надо использовать или нет? И в-третьих, сразу жарить или отваривать?

Я грибы почистила вечером, на ночь положила в холодильник. Утром они были фиолетово-коричневые с черными разводами. При жарке масло сразу сделалось черным, как деготь. Дочка, которая пришла за жареными грибами для мужа, на это задумчиво посмотрела и сказала: „А может, ну его? Пусть пьет?“ В общем, решила я потом так – куплю капсулы копринуса в грибной аптеке и подарю дочке на Новый год. А о результате напишу обязательно.

Сорокина А. Л., СПб.».

Любитель городских навозников

«С навозником у меня связано множество детских воспоминаний. Классе во втором, осенью, я как-то неожиданно для себя стал большим энтузиастом „городских грибов“, проводя целые дни в поисках навозников и шампиньонов. Я знал все дворы в своем микрорайоне, у меня было немало добровольных помощников. Надо мной, конечно, смеялись, но почему-то охотно помогали.

Дома мои наклонности нашли полную поддержку. Как ни странно, в плане грибов мне полностью доверяли уже тогда, и каждую осень несколько лет подряд на нашем столе появлялись навозники и, реже, шампиньоны. Навозники, тушеные в сметане, а сверху сыр – забыть это невозможно. Как начал их собирать и почему перестал – решительно не помню, а вот навозники в сметане – не забываются.

И. Лебединский».

Залог успеха – в правильной сушке

«Знаю, как трудно семье с пьющим хозяином. И денег на лечение нет – и без лечения никак. Но есть один секрет – есть такой гриб, которым можно вылечить пьянство. Это – *гриб копринус (навозник серый)*.

Брать надо гриб молодой и нераспустившийся (сорванные навозники очень быстро превращаются в кашу, поэтому свежесобранные грибы нужно приготовить как можно скорее).

Пьющего человека нужно накормить этими грибами (жареными или тушеными) до или после употребления алкоголя. Не бойтесь – вреда большого не будет. Дело в том, что вещества, содержащиеся в этих грибах, несовместимы с алкоголем. Если эти грибы поест трезвый человек, он просто насытится. А если при этом употребить спиртное, то возникнут симптомы отравления (рвота, понос).

Через несколько часов все эти симптомы исчезают, но при повторном употреблении спиртного (даже на следующий день) картина повторяется. После нескольких таких заходов у пьяницы появляется отвращение к самому виду водки, ему становится плохо даже при упоминании о ней.

Кстати, копринусы можно высушить и использовать порошок. Сушат грибы на сковородке (сушить как обычные грибы их невозможно – они превращаются в чернильного цвета кашу). Делается это так. Свежесобранные грибы надо как можно скорее положить в большую неглубокую сковородку и жарить на слабом огне, постоянно помешивая, до полного испарения воды. Потом подсушить и полученную массу размолоть кофемолкой в порошок.

А. Пониделко, Краснодарский край».

Навозниковый антисептик?

«У рассеянных навозников точно есть какой-нибудь антибиотик, который воспаление снимает. Я это на себе испытала. Приехали мы в Опочку (проездом были), сами мы из Москвы. Ночи светлые, северные. Я уговорила

мужа погулять в небольшом парке около гостиницы. Шли, удивлялись – первый час ночи, а можно грибы собирать. Вон на пеньке – крохотные навозники, как шапочки эльфов, – все видно, бери ножницы и собирай эти грибочки. Я не удержалась, набрала их в бумажный пакетик из-под картошки фри. На всякий случай. А перед гостиницей несчастье произошло со мной – каблуком за поребрик зацепилась и рухнула на крыльцо. Ссадила колено и локоть, причем так хорошо проехала по грязной заплыванной земле перед крыльцом, что грязь просто вцементировалась в рану. Промыла с мылом ссадины в душе, а йода-то нет, чтобы обработать. Легла спать, а под утро от боли проснулась – колено раздулось, огнем горит... Я перепугалась – столбняк может быть... А муж еще порадовал – воскресенье, ни одна аптека в городке не работает. Я вспомнила, что грибы – это скорая лесная помощь при вот таких случаях. Раздавила вилкой собранные копринусы, приложила к колену, носовым платком закрыла, колготками эту повязку закрепила. Боль ушла через полчаса. Проснулась я после обеда – муж специально не будил. Боли не было, опухоль спала, рана хоть и кровила потихоньку, но не гноилась. Я поменяла повязку. А на следующий день нашли мы аптеку, купили йод и зеленку, я обработала рану. Но нужды уже великой не было – все было в порядке. Обошлись навозниками.

Николаева Елена, Москва».

Пить или не пить?

«Этим летом насобирала навозников – больших серых, – засушила, в банку сыпала порошок. Это я для отца: пьет, матери жизни не дает. Но решила сначала на себе проверить – отца-то жалко. Стала себе подсыпать грибной порошок на завтрак, то в яичницу, то в салат. Ем я мало, алкоголь – только если в компании, разве что пиво люблю. Ела грибы с удовольствием, вкусная с ними яичница получается. А потом вдруг поняла, что пиво мне больше не нравится. Купила бутылочку с чипсами – вечер скоротать у телевизора. А пиво ну не нравится, и все. А потом у подруги точно такая же реакция на вино: ну не хочу, и все!!! Так что стала я СОВСЕМ непьющей.

Галина Ураева, Москва».

Вопросы и ответы по копринусу

То, что копринусы (навозники) – это грибы от пьянства, знают уже все. А вот как ими пользоваться и пользоваться вообще – не знают. Расскажите об этом подробнее. Потому что в Интернете сведения самые разные: от восхищения до страха – а вдруг отравимся? Вопросы задаем фунготерапевту Ирине Александровне Филипповой.

Итак, как самим приготовить зелье из копринуса от пьянства?

И. Ф. А нужно ли? Желание сэкономить? Иногда такая экономия дорого обходится. Люди сейчас грибов не знают – ушла культура грибоведения из нашей жизни. Я могу пересчитать по пальцам тех грибников, которые действительно любят и знают грибы. Вижу это по «новым грибникам» – собирают только белые грибы, волнушки и сыроежки презрительно давят

каблуком... разве это грибки? То же самое и с навозниками: белый лохматый путают с шампиньонами и потом в Инете пишут отзывы, что у белого навозника нет никаких свойств и нет никакого коприна – он, дескать, на себе это проверил. Не было реакции после спиртного. Мерцающие – путают с чесночниками и даже галлюциногенами, серый умудряются перепутать с рядовками (к счастью, все они съедобны). Да собирать умудряются не где-нибудь, а на городских газонах (представляете, какие удобрения используют для цветов и газонной травы? А выхлопные газы?).

В общем, говорю всегда: знаешь – лечись. А не знаешь – нечего у меня рецепты спрашивать... Мы сделали БАД «Копринус», уверены в его эффективности и экологической чистоте. А еще в том, что *никогда* не навредит. Хотите – пользуйтесь, а нет – экономьте на своем здоровье.

Правда ли, что идет сильная рвота и понос?

Да, если жарить на неочищенном растительном масле и именно серые навозники (в них намного больше коприна). Рвота и понос тогда бывает дня три. Но летального исхода не бывает.

На длительное время это растягивается из-за убеждения самого потерпевшего, что любой понос лечится водкой. Вот он и добавляет рюмку за рюмкой, а коприн в навознике на это еще больше реагирует.

А на капсулы такая же реакция?

Нет, такой реакции нет. Там очень маленькая природная доза натурального коприна, который, окисляясь, вызывает только небольшую тошноту. И... изменение вкуса. Пиво приобретает (якобы) неприятный плесневый привкус, вино кажется ядовито-прокисшим, а водка начинает казаться «паленой» – появляются сомнения в ее качестве. Это происходит не сразу – не раньше чем недели через две, через три. Но происходит. А потом все уже зависит от желания самого пьяницы. Иногда изменение вкуса его не останавливает (да хоть денатурат да чтоб по мозгам ударило...). Но в большинстве случаев идет резкое сокращение количества выпитого, а следовательно, снижается и склонность к запоям.

А такие случаи часто бывают?

Достаточно, если БАД «Копринус» у нас очень ходовой товар. Вот летом произошла недопоставка баночек (не во что было фасовать), так народ в Грибных аптеках даже записываться в очередь на получение стал...

А примеры...

Пришла мама студента, которая очень волновалась из-за его пристрастия к пиву – каждый день пара-тройка бутылок. Через четыре месяца приема капсул к пиву молодой человек охладел. Пьет, только когда идет с компанией в сауну – и то через силу. А что удивительнее всего – стал убежденным вегетарианцем. Говорит, что вдруг почувствовал гнилостный вкус мяса, а овощи и фрукты, наоборот, стали вкусны невероятно. Вот такая переориентация.

Или вот случай.

Дама очень волновалась, что муж в самолете до прилета на курорт всегда затоваривался спиртным из магазина дьюти-фри и набирался до нестояния, приходилось на себе его в отель тащить. Стала за пару недель до поездки на курорт подкармливать его капсулами копринуса. Результат превзошел себя – после первой рюмки началась тошнота, которая и продолжалась весь рейс (без рвоты и поноса). Но в памяти закрепилось – сейчас всем говорит: «В самолете пить не могу теперь. Стало укачивать – тошнит. Какое уж тут спиртное...»

Или опять же пример.

Девушка пристрастилась к красному вину. После работы всегда первым делом в кафе – пару бокалов и домой.

Мама взялась за лечение – через полгода все стало хорошо. Пьет только газированную питьевую воду, потому что вино и фруктовые соки у нее вызывают ассоциацию с... гниющими водорослями (!). Почему? Не знаю, но вот такая ассоциация. Мама, правда, волнуется, что и на фруктовые соки тоже возникла реакция, но, думаю, волнение напрасно – витамины она прекрасно получает в свежих фруктах и овощах.

Фиолетовые рядовки

«Да нешто я буду собирать эти фиолетовые поганки? Али грибов у нас уже не осталось порядочных, коли всяких мазуриков в туюс тащить надобно? Это пусть крымские нетопыри грибные собирают, им всякий гриб, хоть сыроега, хоть сплюсень (лисичка), хоть „коровий хлеб“, порядочным кажется... А мы привычку имеем только к благородным грибам... А у них и грибы-то „корнями“ именуются – „синь-корень“, „бел-корень“... Тьфу!...» (А. Иванов. «Грибное царство»).

Рядовки как съедобные грибы на Руси особой популярностью не пользовались – в еду шли боровики, в засолку – рыжики и грузди. А рядовку даже сушить проблемно. Тем более отпугивал всех фиолетово-синеватый цвет.

А вот лекарственные вещества рядовки (*Lepista nuda*) знали хорошо – давно было замечено, что и дикие кабаны подрывают пласт земли с растущей на нем группой рядовок, да и домашние свиньи никогда не обойдут вкусный и полезный гриб своим вниманием. Если урожай рядовок был большим, то их сушили и добавляли в корм домашним животным зимой. Если мало, то скармливали сразу же – в теплом пойле.

В XVIII-XIX веках уже знали о сахароснижающих свойствах леписты и использовали ее в лечении сахарного диабета. «А ежели сладость в моче имела, то вельми важно врачевалась она губами синими клюшницы моей Акулины...» – писал Апухтин своему другу, и долгое время литературоведы удивлялись этим «синим губам клюшницы», никак их не связывая с грибами. Но губы – это славянское название грибов. А синие грибы – рядовка фиолетовая. Для разгадки просто не хватало взгляда миколога на этот текст.

Похожие свойства и у рядовки лиловоногой – синего корня, очень популярного гриба на юге России. Но вот история у нее более удивительная. Если в средней полосе рядовка фиолетовая – не очень известный гриб, к тому же малоплодоносный, то в Ставропольском и Краснодарском краях любимое занятие – тихая охота на «синий корень». Собирают много – десятками килограммов. «Синеножка» родится хорошо на благодатной южной земле – водит «ведьмины круги» (очень часто растет кольцами). Но южан это не пугало никогда. Наоборот, считалось, что скот, который дочиста выедал такие «ведьмины круги», не хворает, растет и жиреет как на дрожжах. Вот только может потеряться в любую минуту – «леший захороводит», поэтому пастухи смотрели в оба. А человеку отведать таких грибочков из «ведьмины круга» сулит везение в любых азартных играх, легкий заработок всегда и везде и исполнение денежных желаний.

Домашний скот выводили специально на пастбища в сезон массового появления «синеножки», поэтому и прозвали этот гриб еще и «коровьим хлебом». Коровы перед долгой зимой поедали их с большой охотой – и витаминами запасались, и подлечивались – грибной антибиотик уничтожал любые болезнетворные микробы и вирусы.

Коренное казачество к грибному питанию относилось достаточно скептически, поэтому гриб «синий корень» долгое время был только «коровьим хлебом». Но понемногу грибная культура северных россиян прижилась и в южных полустепях, где не только стали собирать рядовку для отваривания и жарения, но и возникла традиция консервирования грибов. «Синеножку» стали мариновать в легком укусном маринаде.

И хотя так она теряет большинство из своих лечебных свойств, но полезность все равно высока – состав микроэлементов практически не изменяется. А рядовка богата и железом, и йодом, и калием, и фосфором.

Достаточно давно используют в этих местах «синий корень» и для лечения «сладкой болезни». В этом случае используют сухой порошок для добавления в еду. Дозы от одной до двух чайных ложек в день в течение 2–3 месяцев.

Лечебные свойства

Обе рядовки – рекордсмены по калию и фосфору. Это гриб для сердечников, у которых калия резко не хватает. В грибах представлены и все витамины, причем фолиевой кислоты (витамин B₉) в них рекордное количество тоже. Фолиевая кислота же необходима для роста и развития кровеносной и иммунной систем.

Гриб имеет ярко выраженную противоопухолевую активность. Обладает гипогликемическим действием, понижая уровень глюкозы в крови.

Плодовые тела содержат антибиотик полиацетиленовой природы. Устойчив против бактерий, как грамположительных, так и грамотрицательных.

В Китае используются, чтобы регулировать метаболизм сахара и поддерживать нервную систему.

Токсичность

У рядовок фиолетовой и лиловоногой выражена способность активно накапливать тяжелые металлы из окружающей среды. Были исследованы 60 видов съедобных грибов, собранных в загрязненной местности. Выяснилось, что они содержат второе по величине количество ртути после *Calocybe gambosa*. В другом исследовании те же самые ученые собрали 11 видов на расстоянии не более 6 километров от сталеплавильного завода в Богемии (Чехословакия). Рядовки продемонстрировали экстенсивное аккумулятивное свинца, меди и ртути. Эти грибы имели более высокую концентрацию данных металлов, чем грибы в какой-либо другой части Богемии, эта концентрация намного превысила допустимый уровень. Например, в рядовках было обнаружено больше 100 мг свинца в 1 кг сушеных грибов, в то время как безопасный уровень составляет не больше 5 мг/кг.

Королева грибного царства – веселка

Грибы – самые удивительные создания природы, а среди них самое необычное и самое целебное явление – веселка обыкновенная (*Phallus impudicus*), гриб, о котором мало кто слышал, и еще меньше тех, кто его видел.

И если признанным королем грибов по целебным свойствам считается самый знаменитый гриб в мире – шиитакэ, то веселка по праву – королевой.

Действительно, это гриб удивительный, вроде легендарного цветка папоротника, который ищут в определенный день (на Ивана Купалу) и в определенный час, чтобы найти с его помощью клад. И веселку ищут примерно в это же время, тоже в определенные часы и тоже ради клада – только целебного.

Молодой гриб представляет собой яйцевидное белое тело (в народе его называют «чертово яйцо»), и его очень трудно обнаружить. Любит этот гриб скорее все-таки хвойные леса, хотя его можно встретить и где угодно. Что удивительно, так это капризность и непредсказуемость этого гриба. Он никогда не растет на одном и том же месте. Мой знакомый грибник, который уже не один десяток лет бороздит невеликие леса на «тихой охоте», о веселке может только одно сказать: действительно «чертово яйцо», или, как еще называют его в этих местах, «дьяволов глаз». «Я знаю все самые потаенные места, где обычно растут из года в год или боровики, или подосиновики. Каждую осень иду туда с уверенностью, что наберу ведро даже в самый засушливый год. И никогда не ошибался. Грибница только разрастается. А с веселкой всегда какая-нибудь чертовщина. Однажды набрел на полянку, где их росло штук двадцать. Специально соорудил шалаш, вернулся на ночевку, чтобы не пропустить самую целебную фазу „цветения“. Штук пять оставил, не сорвал, на это место навалил самой плодородной земли с мхом, чтобы подкормить споры, заставить их укорениться. На следующий год каждый день бегал на „свою грядку“. Все напрасно. Больше ни одна веселка там не появлялась. А гриб как будто взялся дразнить меня – вдруг „чертово яйцо“ я увидел у собственного дома, и не где-нибудь, а у порога бани. И так вот всегда – то густо, то пусто».

Обычно веселка не бывает очень крупной, редко когда дорастает до размера гусиного яйца. Вначале гриб очень похож на обыкновенный дождевик, но не такой крепкий, а имеет своеобразную студенистую мякоть. По своему строению он напоминает перезревшую сливу или комочек нерастекшегося желе. Дорастая до определенного размера за достаточно большой срок для обыкновенного гриба – примерно за неделю, дальше гриб начинает показывать чудеса. Из него проклевывается небольшая почка, которая быстро трансформируется в плодовую ножку, и эта ножка начинает неукротимо стремиться вверх, как живое существо. Ножка со шляпкой вырастает из яйца очень быстро, иногда за 15 минут. Этот гриб – рекордсмен среди грибов по скорости роста. Результаты потрясающие: 5 мм в минуту! Плодовое тело достигает 3 см длины, имеет длинную толстую, внутри пустую хрупкую ножку и шляпку, покрытую бурозеленой слизью. Слизь шляпки содержит споры и издает отвратительный запах, привлекающий мух, разносящих эти споры. Так этот гриб простоит несколько часов, после чего от него останется лишь мокрое место в самом прямом смысле.

Веселка растет и в Западной Европе, а так как интерес к целебным грибам сейчас невероятно высок за границей (фунготерапию – науку о целебных грибах – считают эрой новых открытий), то и веселка попала на лабораторный стол. И стала сенсацией!

В настоящее время это *единственный* гриб в мире, который показал поистине колоссальную противоопухолевую активность – ***уже на 10-й день вещества веселки останавливают рост и размножение раковых клеток!***

Оказалось, что ее способность выводить холестерин и понижать давление в 2 раза выше, чем у шиитак! Но и это еще не все. Грибные фитонциды веселки тоже оказались активнее – они убивают вирусы герпеса, гриппа, гепатита и даже СПИДа.

Лечит веселка и злокачественные опухоли (причем любые), рассасывает доброкачественные, понижает давление, лечит язвы ЖКТ, врачует почки. Наружная водочная настойка веселки залечивает трофические язвы, пролежни, укусы, раны, кожный рак.

Веселка обыкновенная – это универсальное грибное лекарство, которое используется практически при любых заболеваниях (противопоказаний не имеет):

- 1) при любых видах рака;
- 2) при доброкачественных опухолях;

3) снижает давление при гипертонии, улучшает сердечную деятельность, имеет серьезный лечебный эффект при запущенных формах вегето-сосудистой дистонии;

4) рекомендуется при бесплодии, нарушенной мужской потенции, как средство, стимулирующее половое влечение (афродизиаки);

5) при любых воспалительных заболеваниях, так как веселка показала серьезную антимикробную способность;

6) при кожных заболеваниях;

7) для заживления язв ЖКТ.

В настоящее время выпускаются капсулы «Веселка» – 60 капсул в упаковке, маслорастворимые капсулы «Веселка» – 60 капсул в упаковке. Планируется выпуск водорастворимого препарата в саше, как и водорастворимый «Шиитаке» с активными фракциями полисахаридов и меланинов.

Крем «Веселка» для наружного использования. Свечи «Веселка» для анального применения.

Планируется выпуск спиртовой настойки «Веселка» для наружного использования.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Ох и развеселила нас веселка

«Мне 42 года, детям – старшей – 21, а младшей дочке – 15. То есть комплект детей по нашему российскому образцу налицо – двое. Старшая уже определилась – служит с мужем-офицером под Москвой, а младшая дочка тоже не живет дома – учится на полном пансионе в музыкальном училище для особо одаренных детей. Видим их не часто, живем с мужем вдвоем, вот собачку недавно завели – надо же заботиться о ком-то, привыкли постоянно быть в тонусе. Муж у меня даже обронил фразу, что надо было бы вовремя и третьего ребенка завести. Но – куда уж теперь, мне – 42, ему – 48. И физиологически поздно, да и в теории смешно об этом думать. Вон Пугачева сколько раз пыталась в таком возрасте родить, а все напрасно. Против возраста ничего не сделаешь. К тому же у меня начались проблемы по-женски, то там прихватит, то сям, то цистит вылез, то воспаление придатков. Слышала об уникальных массажах ягодиц от застойных явлений таза и хронических воспалений, сходила – проделала курс. Довольна невероятно – массаж действительно уникальный – сначала массируют ягодицы по определенным точкам, а потом ставят обыкновенные стеклянные банки туда же. Причем по пятнам от банок врач мне рассказала, какие процессы у меня происходят: острые или хронические. И дополнительно рекомендовала попринимать гриб веселку. Лечение это было самое приятное, все быстро нормализовалось. Веселку я в общей сложности пропила месяца два. Самочувствие стало не просто хорошим, а прекрасным – легкость во всем теле, нигде не болит, не тянет. Летала по дому, порхала по даче, похорошела, глаза заблестели, даже кожа как будто подтянулась и помолодела. Муж у меня все смеялся – ты как ягодка наливаешься, правду говорят, что к 45 женщины опять сок нагуливают. А потом вдруг стало мне плохо – тошнота по утрам ни с того ни с сего. А когда рвота до утра прилечь не дала, помчалась я к врачу в поликлинику. Мысль одна – рак. Тем более по материнской линии все у нас от рака желудка умирали. Дали мне направление на рентген, на анализы, врач этак печально головой

качает. Все – думаю, у нее тоже нет другого варианта. А рентген делать боюсь... И тут мне в голову мысль пришла – пойду посоветуюсь с массажисткой, у них же как раз рак грибами и лечат, может, что хорошего скажет. Она меня выслушала, отвела к фунготерапевту, та тоже задала несколько вопросов, особенно про веселку, которую я принимала незадолго до этого. А потом так неожиданно и говорит: прямо сейчас купите тест-полоску на беременность, давайте посмотрим. Я аж засмеялась – мне же 42 года, и последние 15 лет я не беременела ни разу, хотя предохранялись чисто народными методами. Тут же в туалете все проделала – и глазам своим не поверила: 2 четкие красные полоски! Беременна! Для верности еще одну полоску извела – то же самое! Врач смеется: „Не рак точно, а вот беременность – вне сомнений, веселка имеет такое побочное действие – лечит бесплодие. Иногда очень неожиданно для пациентов – сколько у нас таких случаев уже, не вы первая. Вот только вряд ли это очень успокаивает – беременность в таком возрасте. Для кого-то это удар“.

Я тоже не знала, как реагировать, к гинекологу вместе с мужем пошли. Она все подтвердила, а потом вместе с карточкой мне молча протянула листок – направление на аборт: „Родить-то вы сможете, да зачем – дети-то уже есть, да еще взрослые...“

Вышла я, мужу показываю листок, а он его – на мелкие кусочки и в урну. „Мы, говорит, пока внуков дождемся, уже своего малыша на ноги поставим“. И точка. А через три месяца – новое событие. УЗИ показало, что у меня двойня! Два мальчика. Но это уже было только в радость. Муж ходит в эйфории – у меня будут сразу два сына, фамилия не умрет – значит, жизнь прожита не зря. А я радуюсь его радости. И сейчас лежу на сохранении – подстраховываюсь. И очень благодарна судьбе и грибу веселке. А назовем малышей Василий и Елисей, очень похоже на название – веселку. Муж так решил.

Полонская Анна, СПб.».

«Уймись, бешен-а-а-й!»

«А у нас очень интересная история случилась. У нас – это в Одессе, городе анекдотов. К нам в „Грибную аптеку“ стал часто заходить один дедушка – хорошо лет за 70. Постоит, посмотрит, газету полистает, поулыбается – и уходит... Мы его уже хорошо стали узнавать – полгода такая история. А потом к нашему врачу-фунготерапевту пришла бабуля, как оказалось, супруга нашего знакомого старичка. И застенчиво так начинает спрашивать – не вредна ли в их годы интимная жизнь, не обессиливает ли она организмы. „Да нет, конечно, – удивилась врач, – это великая редкость, что у мужчины в возрасте 74 лет есть желание и стойкая эрекция. Только на пользу...“ Старушка облегченно вздохнула: „Ну тогда хорошо. А то я беспокоюсь, с 60 лет у него и мыслей таких не возникало, спали в разных комнатах. А тут дочка его вздумала лечить грибом веселкой от аденомы простаты. И такая прыть у него от этого произошла – недавно журнал у него с голыми девицами в гараже нашла, фильмы какие-то эротические смотрит (раньше только плевался от этого). Да и одному ему теперь не спится, так и норовит рядом прилечь... Теперь главное, чтобы на сторону не побежал – была у него такая тенденция по молодости...“

Алфеева Т.П., Одесса»

Когда глаза разгораются...

«Дело было 2–3 года назад. Прочитал я в газете о грибе веселка, что у него уникальные противоопухолевые свойства, а кроме того, он лечит заболевания костей – подагру, ревматизм и т. д. На фотографии веселка была уже зрелая – как и положено, столбик со шляпкой. Я и не знал, что это ее зрелая стадия, а ранняя – яйцо типа утиного, такое же серовато-кремовое. С женой поехали в гости к ее брату в Белоруссию. Я ему рассказал про этот диковинный гриб, а меня к этому времени простатит одолевал, и врачи уже подозревали аденому простаты. Дескать, если есть он в природе, хорошо бы его для лечения достать. В субботу поехали они с женой на рынок и привозят оттуда штук шесть таких „яиц“ веселки – у них частенько старушки продают это диво дивное. Сделали настойку. Брат и говорит: „Отлей и мне. Если такая целебная, и я от чего-нибудь полечусь...“ Я исправно пил настойку по полрюмки в день, простатит мой затух, аденомы не подтвердилось. Брат как-то все намеками в письмах писал, что мы очень удивимся летом, и все веселку добрым словом поминал... А летом мы поняли, что к чему – приехали в гости, а его жена беременна уже на 6-м месяце. Ей – 42 года, а брату – 52. И детей не было – поздно сошлись. Это они так думали. А брат мне и рассказывает, что лет уже 10 ему никакой интим не нужен был, со скрипом – раз в два месяца, чтобы жена не ругалась. А после веселки, говорит, „глаз загорелся“. На молодых девок стал засматриваться, да и старых не обидел бы... Жена аж помолодела на радостях от такого интереса. Вот и вылился этот интерес в большую радость – у них ведь и мысли о собственном ребенке не было... А оказывается, веселка не только „глаз зажигает“...

Емельянов П., Колпино».

Чтобы жены не скучали

«Я работаю в большом косметологическом центре в Москве. Услуги очень дорогие – например, неделя косметических масок, пилингов и т. д., которые предназначены, чтобы придать свежесть мужскому лицу и убрать морщины, стоят больше двух тысяч долларов. Однако бизнесмены за ценой не стоят, чтобы выглядеть молодо и престижно. Кто только у нас не побывал – весь цвет богемы – артисты, художники, модельеры, а сейчас больше чиновники высокого ранга. А так как врач-диетолог, то приходится с клиентами общаться по разным вопросам. В частности, очень многих беспокоит потенция. Конечно, старых жен побоку, как только дела в гору пошли – и давай на модельках жениться. А там уж приходится соответствовать – это только первые медовые месяцы все бывает отлично. Потом наступает такая же рутина, и вот здесь наступает черед „виагры“ – планку-то надо держать, поддерживать имидж железного мужчины. А виагра – дело небезопасное. Да и хлопот масса. Всем хочется найти растительный аналог такого афродизиака. И я всем советую... гриб веселку. Поначалу хоть и знала о ее свойствах поднимать мужскую силу, но стеснялась советовать: вдруг не сработает? А тут пришел ко мне такой же страдалец – директор одного из московских театров – в 63 года женился на 23-летней актрисульке, вот и заботится о своем мужском начале. А как там эту виагру назначать – гипертония, тахикардия, ожирение,

простатит – сплошные противопоказания. А он настаивает, вот я ему и рекомендовала веселку. Через полгода зашел ко мне довольный – гипертония нормализовалась, простатит ушел, а главное – жена беременна. Уже анализы подтвердили. Довольный. Вот с того времени я и советую всем, что самый лучший натуральный растительный афродизиак – это гриб веселка!

Куртик П. Д., Москва».

Борюсь с геморроем грибами

«Геморрой у меня выскочил после родов. Очень мучительно. Тем более у меня работа сидячая. Как только обостряется – ни о чем думать не могу, так жжет и печет. Проктолог у нас лишнего слова не скажет – только на бумажке напишет: свечи противовоспалительные. А они мне уже давно не помогают и жжение не снимают. Читаю все рецепты в газетах, много на себе пробовала – скажу только, что все это, видно, журналистами придумано. Готовила прополисную мазь, уйму времени потратила – получилось черт-те что, да еще и обострение получила – второй узел вылез.

Ваш метод из газеты взяла, потому что легкий и не надо ничего самой готовить. Надо всего кусочек льда и готовый крем „Веселка“.

И очень помогает – просто невероятно как помогает!

Как только узел вылез и начинает жечь, эту боль легко снять кусочком льда. На несколько секунд (5-10 – больше не выдержать) приложить к узлу лед, и так несколько раз. Боль уходит мгновенно, а сам он съезживается. Затем промазать кремом. И так каждый вечер. Через три дня узла уже нет. И он после такого лечения опять возникает очень нескоро – у меня спокойный период уже больше полугода.

Михеева Нина, Москва».

Что за чудеса творят грибы!

«Меня очень беспокоила киста на правом яичнике, она хоть и не росла, но все-таки неприятно – и боли тянущие, и постоянные уговоры сделать операцию. Я на операцию плановую записалась, а так как оставалось еще три месяца до этого, решила попринимать грибы – веселку, мейтаке, дождевик. Не утерпела, через два месяца побежала УЗИ делать. А там сюрприз – кисты нет! Я не поверила – в другую поликлинику на УЗИ еще раз сходила. То же самое – кисты нет. Я так радовалась, что не надо на операцию!

Золотенкова Ольга, Петербург».

«Веселковым» соком по полипам!

«Диагноз полипы в носу у меня уже давний – лет пять. Начиналось все обычно – насморки постоянные, постоянно закапывал нафтизины, галазолины и т. д.

Вот и дозакапывался. Сделал одну операцию, вырезали эту дрянь, через три месяца они выросли еще больше. Дышу с трудом, только ртом. Под Винницей у нас дед есть, травник. Поехал к нему. Он вынес самодельные свечи с соком веселки (гриб наш местный – много его в Западной Украине растет,

очень целебный). Эти свечи он как-то сам делает с каким-то жиром, их надо в холодильнике держать. Месяца два я в нос закладывал по четвертинке такой свечи – и все. Полипы меня не беспокоят, сбежали...

Очепорук Константин, Киев».

Не захотела быть лягушкой-царевной

«У меня на теле несколько жировиков, но один – очень неудобный, прямо между грудями. Небольшой, но все равно видно – непонятная горошина. Декольте уже не наденешь. Вырезать хирург не советовал, сказал, что вся покроюсь жировиками, как лягушка, то есть жаба бородавчатая.

Он сам же и посоветовал мне крем из веселки. И точно – жировик стал на глазах мельчать. Через месяц даже следа не осталось – на ощупь кожа эластичная и гладкая. А два остальных жировика я тоже мазала, но нерегулярно – забывала. Но вроде тоже уменьшились. Сейчас и ими вплотную займусь.

Ляхова Г., Петербург».

Белый груздь – лесное «сало»

Говорить о белом грузде, что он «удивительный», вряд ли возможно. Что такого удивительного в обычной белой шляпке с молочным соком? Форма – вряд ли... Существуют грибы, от которых приходишь в совершенный восторг, поражаясь, какую красоту может создать природа, – например, диктиофора с кружевным белоснежным покрывалом или редкое безобразие – всевозможные лопастики, похожие на старые коряги. А белый груздь и на глаза-то редко попадает, как и его собратья черные грузди, – он житель хвойной подстилки, из которой и носа высунуть не хочет. И редко когда выставит на обозрение мясистый белый бочок, в основном приходится его «вылавливать» по неровностям «хвойного одеяла». Как только опытный глаз грибника увидит чуть заметную горочку, значит, поиски увенчались успехом – там прячется целая семья груздей. А рядом – дело опыта – всегда еще 15–20 штук белых мясистых абorigенов – главное, чтобы корзинки хватило.

Искать белые грузди – дело трудоемкое, под силу только профессионалу-грибнику. Да и расти этот груздь стал крайне редко, иногда за все лето удастся найти 2–3 экземпляра, да и то источенных червями. Но дилетанты-грибники не знают, что такое *белый груздь*. Они его постоянно путают. Кто-то утверждает, что «белых груздей было столько, что их никто и не собирает – деревенские жители их якобы не жалуют», кто-то пишет, что «белый груздь в засолке очень невкусен – горек и жесток».

Так вот, белый груздь – это грибная классика. Есть три «венценосных гриба» в грибном царстве – это *боровик*, *рыжик* и *белый груздь*.

Мякоть белого груздя, как написал кто-то из русских гурманов XIX века, напоминает драгоценную осетрину с ее фарфоровыми прожилками нежнейшего прозрачного рыбьего жира. У осетрины – рыбий жир, а у белого груздя – грибной жир. Как иначе назвать прозрачную, истекающую тягучими каплями каемку шляпки груздя? Слизью, как у веселки? Или липкой кожей, как у масленка? Нет и нет – только благородным грибным жиром... В засолке эта каемка становится еще более прозрачной и просто даже одним своим видом вызывает аппетит. Чистить белый груздь – тоже наслаждение: его грибная плоть как будто тает под руками, и жаль лишний раз пройти ножом по благородной шляпке.

Кстати, внимание: обращаться с этими царскими грибами надо тоже с большим уважением – нельзя замачивать рыжики и белые грузди на трое суток! Это *неправильная* ошибка!

Непоправимая – потому что эти деликатесные грибы от подобного обращения теряют аромат и вкус. Замочить их можно часа на три, и то только для того, чтобы отмыть въевшийся песок и частички земли. А потом в *холодную* засолку!

Путают белый груздь, конечно, со скрипицами – сухими твердыми белыми грибами, как две капли воды похожими на белые грузди. Но стоит взять их в руки, как тут же понимаешь – обознался! Это – самозванец!

Микологи тоже не могут прийти к согласию – в этом груздевом семействе кто-то еще выделяет осиновый белый груздь (хотя это та же самая скрипица, которая растет в симбиозе с осинами, как и подосиновик), кто-то выделяет еще белый подгруздок. В общем – путаница. Со съедобностью – тоже. Уважаемые авторы совсем запутались, скрипице они дали условную съедобность, а вот осиновый груздь, по их мнению, оказывается несъедобен.

Но зато с целебностью споров между фунготерапевтами нет – целебны без сомнения!

В млечном соке нашлись и **противоопухолевые вещества** (самая лучшая профилактика – холодная засолка белых груздей), и **антибиотики** (любую ранку в лесу можно помазать млечным соком, и никакие инфекции не страшны – подавляет даже палочку столбняка и ботулизма!). Великолепное у груздя и **фунгицидное действие**, то есть он подавляет низшие грибки, те самые, которые вызывают и ногтевой грибок, и кожный грибок.

А еще к целебным свойствам можно отнести и удивительную **способность груздя стопроцентно усваиваться организмом**. В XIX веке врачи-диетологи специально назначали анемичным дамам как можно больше откусывать груздей соленых в блюдах постных... И существовала специальная **диета для чахоточных больных из груздей** – как сейчас ясно, грузди **подавляли палочку Коха и поднимали иммунную систему**. В Пскове занимался лечением туберкулеза в начале XIX века «дохтур Филимонов», и лечил он именно белыми груздями, боровиками и другими млечниками. Пользовалось его услугами в основном купеческое сословие, так, аристократы доверяли только заграничным докторам и целебным минеральным «водам». И зря. По свидетельствам многих вылечившихся, Филимонов вытаскивал самых тяжелых больных. Жаль, что рецептов своих так и не оставил.

В косметологии белые грузди использовались **при лечении кожных заболеваний – грибковых поражений, сыпи, угревой сыпи, мелких гнойничков**.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Скорая грибная помощь

«Целый день пробегал по лесу в поисках пернатой дичи. И зря. Только вспугнул стайку вальдшнепов да промазал по огромному селезню, который в панике помчался по заросшей ряской протоке. Ну и ладно.

Зато набрал целое ведро роскошных молодых белых груздей, а перед этим не удержался – поднял несколько скрипиц – не выбрасывать же! С этой добычей и отправился домой, вернее, в охотничий домик, который снимаем с женой каждой осенью, чтобы всласть побродить по осеннему лесу – она в поисках грибов и ягод, я – за дичью. Сбросил сапоги, с наслаждением принял душ – какое облегчение для усталых замученных стоп! И пристроил ноги перед камином, греться... И тут пошло-поехало! Грибок. У меня он хронический, а обостряется, когда долго в резиновой обуви проводишь. Ну вот и опять – трещины, пузырьки между пальцами – зуд неимоверный! Я и чесал, и подпрыгивал, и водой мочил – все равно зуд! Дома в квартире я в таких случаях тут же выжигал место зуда йодом – наносил слой за слоем, пока кожа не

пропитывалась и не становилась коричневой. Сначала проходил зуд, а потом, как на удаве, сползала кожа и грибок отступал. А здесь йода нет! И аптека в 40 км. Жена чистила рядом грибы и наблюдала за моими мучениями, потом сказала: давай попробуем соком млечным прижечь, она где-то читала, что это молочко все бактерии подавляет. Взяли *скрипицу* – там сок горче, сначала я кусочком гриба места расчесов как следует промазал. Защипало ужасно – но помогло! Меньше стал зуд. Затем кусочек ткани жена пропитала соком, и я эти полоски между пальцев пристроил и пошел спать. Заснуть смог без проблем, кожа горела, но ужасного зуда не было. А утром и зуда не стало. Через три дня таких процедур грибок утихомирился. А жена стала *молочком груздей* сводить папилломы под мышкой – и тоже успешно. Засохли и отвалились.

Грибник и охотник Петр Семенович Карташов».

Бабка Мурыська – грибная спасительница

«В войну в нашей деревне была такая целительница бабка Мурыська. Жила она одна в большой избе на краю деревни, и у нее в палисаднике всегда росли самые красивые цветы. Остальные деревенские цветы не жаловали, им бы под окном репы побольше посадить или винную ягоду, а она георгины выращивала, и золотые шары, и еще какие-то у нее были красивые цветы. А на подоконниках и герань была, и столетник, и фуксия. Мурыськой прозвали ее дети – на самом деле она полькой была по имени Мария, Марыся. А мы ее как кошку называли – Мурыськой. Она не обижалась, добрая была. Она был молодой женой поляка-приказчика в помещичьей усадьбе, он ее перед революцией из Кракова привез. Самого его революционные солдаты сразу к стенке поставили за сокрытие барских сокровищ, а жена в это время рожала – видно, побрезговали пристрелить.

Она так и осталась в деревне. К ней, когда она в поместье жила, всегда деревенский народ за лечением приходил – она и перевязывала, и роды принимала. Так и повелось – вместо фельдшера была. Даже в колхоз силком ее не записали, а попросили медпунктом заведовать. В войну в этом медпункте уже ничего не было – ни зеленки, ни йода, ни бинтов. А она все лечила – травами и грибами. Хорошо их знала. Моя бабка рассказывала, что многих спасала – на гнойные раны накладывала повязки с порошком из черных груздей, раны заживали. Поила при тифе отваром чаги, дизентерию лечила настойкой мухомора и трутовиком. А пятилетнюю дочку бабки (мою тетку) спасла от отита. Та от крика надрывалась, из ушей гной тек. А Мурыська ей уши чагой промывала и мазь туда закладывала из смеси млечников – горькушек, волнушек, черных груздей, порошок из которых смешивала с нутряным свиным салом. Вылечила девочку. И слух хуже не стал. А еще бабка рассказывала, скольких она вот этими грибами баб-рожениц вытаскивала из горячки. Отпаивала отваром сухих груздей.

Умерла она сразу после войны – похоронка пришла на сына через неделю после победы, когда она уже ждала его возвращения. Сердце разорвалось от горя.

Букенина Анна Петровна, Брянская обл.».

Золушка из военного городка

«До войны это было. Году в 34-м – мне тогда как раз в школу надо было идти в третий класс. И была у меня тетка, а ей было уже лет 26. Бабушка ее обижала, все „перестаркой“ называла, дескать, засиделась на нашей шее в девках. Кругом женихов море (мы жили рядом с военным аэродромом Шаталово), летчики уже всех девок по деревням подобрали, а наша Груша и здесь сплеховала – даже плохонького окрутить не может.

А тетка моя молодая и действительно никого не могла окрутить – стеснительная была, да и хоть лицо и миловидное было, а все в прыщах. Да и глаза – вроде большие, зеленые, а реснички чахлые, с рыжиной. На танцы в Клуб летчиков вроде весело собирается, а оттуда приходит – плачет. Опять все танцы стенку подпирала, никто не пригласил. Вот как-то и пошли мы с ней к одной старушке знахарке аж за 15 км в деревню. Я-то налегке, а Груша с корзинкой с яйцами свеженькими да шматком сала – за услуги рассчитаться. Ноги все сбили, пока добрались, а обратно даже не дошли – под кустиком продремали до рассвета, потом домой пошли. Но такая трудная дорога дала свои результаты – бабка не поскупилась на совет, что делать Груше – как прыщи вывести и как ресницы сделать длинными и пушистыми. А делали эти лекарства мы с Грушей сами, правда, напрочь я забыла, какие грибы она рвала – я-то из муравейников яйца доставала. В общем, скажу, а там сами разберетесь, какие грибы – яйца муравьиные она давила вместе с грибами, которые как раз в это время около муравейников растут, добавляла сало свиное нутряное и мазала веки, а лицо протирала водочной настойкой из белых груздей. И ведь похорошела – лицо смуглое у нее было, а без прыщей просто бархатным стало. А ресницы цвет не поменяли – но из рыжих стали золотыми с отливом и аж до лба касались. Я это хорошо помню, потому что Грушу год не видела – меня тогда в санаторий туберкулезный отправляли. А вернулась – теткой залюбовалась. Замуж она вышла уже лет тридцати, за зеленого офицера лет ее на 7 моложе. Так его ее изумрудные глаза да золотые ресницы в плен взяли. И хорошо прожили целый год – как раз до войны. Потом он был сбит в первом же бою, в первые месяцы войны, а Грушу угнали немцы в Германию, там она и сгинула. Вот такая грустная история. Этот рецепт мне не пригодился – я красавица с детства была, ни единого прыщика, ресницы как опахала. А вот прочитала вашу газету и вспомнила такую историю.

Мария Ивановна Стеблева, Москва».

Витилиго – жду результата

«У меня пятна витилиго появились недавно – на руках. Не смертельно, но некрасиво. Все же мне не 60 лет, чтобы на это не обращать внимания, а 40, и самому неприятно таким пятнистым, как олень, ходить. В Интернете все форумы облазил, нашел только информацию про ряску. Делал все по рецепту и очень долго – полгода. Абсолютно без всяких изменений, о чем и написал на том же форуме – туфта это все, выдумки. Там же одна девушка подсказала и другой рецепт – грибами попробовать. От витилиго помогает якобы сок рыжиков или слизь белого груздя. А у нас под Порховом как раз белые грузди водятся, рыжиков намного меньше. Мне тесть и место показал,

где всегда можно их найти даже в самый не грибной год. В прошлом году я только попробовал – слизью (а она жирная, как грибное сало) намазал руки. Пощипало немного, даже чуть кожа покраснела. Смыл быстренько. А потом смотрю – а края белого пятна вроде чуть цвет изменили. Неделю я в прошлом году мазался – улучшение есть, пятна меньше стали. А в этом году основательно попробую – благо груздей много, лето дождливое, на грибы урожайное. О результате зимой сообщу. О любом. Нужно же людям знать, ерунда это или нет, типа ряски.

Сергеев А., Порхов».

Грузди от почечных камешков

«Моя бабушка всегда солила белые грузди. И делала это просто – сначала замачивала их в холодной воде на сутки (не больше!) и клала без варки под гнет. Из специй добавляла только листья хрена и смородины. И всегда говорила, что это самое лучшее средство от камней в почках. Есть их надо было или с маслом растительным, или со сметаной. И чтобы песок пошел – съедать каждый день по блюду с горкой (ох и вкусно это!) вечером. И так три дня. А потом наблюдать, сколько песка вышло. Сейчас бабушка давно их не солит – нет больше груздей под Волосово. Недавно к ней приехала, а она охает – камни покоя не дают. Я специально за груздями ездила под Псков – нашла с десяток. Теперь и сама посмотрю, как они действуют.

Анисимова Т., Колпино».

Кружевные красавицы – волнушки

Если бы существовал приз на самый обаятельный гриб, волнушки бы заняли первое место. Насыщенный розовато-оранжевый цвет с трогательной бахромкой по краям – что может быть милее? А рисунок по шляпке – спиральные окружности, которые так и притягивают внимательный взгляд грибника? Нет, что ни говорите, собирать волнушки – это ни с чем не сравнимое удовольствие. Оно нескончаемое – подламываешь хрупкий корешок розовой крепышки, а взгляд уже прикован к следующей, протягиваешь за ней руку и отмечаешь боковым зрением еще и еще подросшие розовые мохнатые пуговицы. А корзинка наполняется и наполняется. Хотя волнушек никогда много не бывает – их можно пересчитать за вечер хоть несколько корзин. И все это с удовольствием – к нежнейшей шероховатой шляпке грязь не пристает и травинки не приклеиваются, остается только ножом провести, чтобы срезать бахромку и еще раз полюбоваться обильным млечным соком. А млечным соком волнушек нужно не только любоваться, им нужно лечиться. Я это узнала давно, на собственном опыте.

Уколола палец рыбьей костью вяленого леща, палец загноился, а потом раздулся – рожа. Месяц не давал покоя – антибиотики не помогли, примочки с мазями тоже. А работать надо, и домашние дела никто за меня не переделает. Вот муж привез 3 ведра волнушек – можешь не можешь, а надо чистить и засолить.

Времена были тяжелые – начало 90-х, питание надо было запасть впрок. Сижу чищу, бинт сняла – мешает только. Больно, чуть не плачу. Думаю, завтра надо опять антибиотики принимать – ведь распухнет, опять гной пойдет. К ночи пересчитала – сил не было даже как следует молочко с рук смыть, только водой ополоснула. А утром проснулась – чудеса. Палец не болел, не стрелял, не дергал. Опухоль сошла.

И тогда я стала делать компрессы с волнушками. И чудо – рожа прошла за неделю! И ноготь чуть деформировался, но остался. С тех пор я знаю, чем лечить рожу. И всем советую

– млечный грибной сок любых млечников поможет всегда. А на зиму рекомендую засушить млечники (не более чем при 50 градусах) и держать на всякий случай. Вдруг пригодится для приготовления настойки или мази.

Волнушки целебны все. Да их и существует всего два вида: *Lactarius torminosus* – волнушка розовая и *Lactarius pubescens* – волнушка белая.

Лучше, чем описал волнушки писатель Солоухин, наверное, и не скажешь. А его «грибной одой» просто зачитываешься:

«Волнушки появляются летом, в июле (хотя настоящая их пора в августе и сентябре), когда трава в лесу сочна и зелена. И вот среди зеленой травы, в окружении голубовато-белых берез вдруг начинают попадаться ярко-розовые грибы с нежной опушкой по краям. Отчего ее зовут „волнушка“, кажется понятным. По ярко-розовому полю ее расходятся более бледные круги, как волны по воде от брошенного камня.

Впрочем, можно считать, что по бледно-розовому фону расходятся темно-розовые волны. Но почему ее называют еще и „волжанка“, я не знаю. Как бы то ни было, оба названия мне представляются красивыми и в этом смысле соответствующими виду гриба. Действительно, мало найдешь грибов, которые так же украшали бы наши леса.

Удовольствие от собирания волнушек не только в их красоте, но и в обилии, однако не в таком, чтобы пропадал интерес. Волнушки растут группами, стаями, причем где есть старые, там обязательно попадаются и молоденькие, этикие розовые аккуратные пятячки.

Волнушка – гриб крепкий, не то что иная сыроежка, которая так и крошится по краям. Правда, с возрастом края волнушки совсем разгибаются и даже поднимаются вверх, как бы раскрыляются, и тогда волнушка становится более хрупкой. Тогда она выцветает, ее полосы (волны) делаются едва заметными, густая опушка редет, становится клочковатой, и весь этот гриб делается похож на розоватый груздь. Бледно-розовые пластинки местами желтеют. В грибе чувствуется некоторая сухость по сравнению с налитой, ядреной крепостью с молодости. На разрезе волнушка выделяет обильный белый сок, который ужасно как едок. Если дотронуться языком, то, пожалуй, будет не лучше, как если бы вы окунули кончик языка в крепкий перец. Поэтому волнушки сначала нужно держать в холодной воде, чтобы вся горечь из них ушла. Затем их обыкновенно солят, хотя можно и мариновать. И в том и в другом случае волнушка, к большому сожалению, теряет свою удивительную расцветку. Она становится просто серой. Я уверен, что, если бы волнушка и на столе умела выглядеть так же, как в березовом лесу, она украшала бы всякий стол и только за одно это ценилась бы, вероятно, больше других грибов, тем более что по вкусу и, так сказать, на зубу волнушка уступает только рыжику, но ничем не хуже груздя.

Существует разновидность волнушки – волнушка белая. Этот гриб, в отличие от настоящей волнушки, абсолютно невзрачен. Его поверхность грязноватого цвета, хотя в массе он дает ощущение некоторой розоватости. Кроме расцветки, этот гриб ничем не отличается от своей ближайшей родственницы, разве еще тем, что он более тонок, слаб и хрупок. Растет он тоже в березовых или смешанных с березой лесах. Однако предпочитает почему-то молодые леса, в то время как розовая волнушка водится и в молодых и старых».

Прекрасное описание. Но все-таки поспорю с грибным классиком – вымачивать волнушку не надо. Ее достаточно замочить в холодной воде на 3 часа и затем отваривать – тогда она становится более хрустящей. А если замачивать как грузди – по трое суток, – красивый и хрусткий грибок растекается в кляксу. Ни вида, ни цвета, ни вкуса.

Вкусны все-таки не маринованные, а именно соленые волнушки. И самое главное, что нужно запомнить, – грибы не просто солят, их квасят, как капусту и огурцы, то есть дают первое время грибам «перебродить», поэтому сверх меры соли класть не следует. И тогда грибы будут вкусны по-русски, а не на польский или чешский манер.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Сгинь, исчезни, бородавка

«У нас в деревне млечным соком от груздей и волнушек бородавки сводили и псориаз лечили. Бородавки-то я сама себе сводила – мамка утром корзинку вручает и наказ – без полной „солонушек“ домой не являться. Вот мы с полной ответственностью сначала грузди собираем, а потом уже дурака начинаем валять – в догонялки да прятки играть. Вот пока грузди рвешь, сразу вспоминаешь, где очередная бородавка появилась. Ее надо молоком груздя и волнушки помазать и слово сказать: „Вот тебе груздя отравка – сгинь, исчезни, бородавка“. И действительно, бородавки исчезали.

А у моего дядки был псориаз, его в армию не брали, он очень переживал. Тем более у него пятна были под волосами и на лице – девки его за это „лишайным“ дразнили – он в городе с 10 лет жил, рисовал замечательно, его туда и отдали в специальную художественную школу с пансионом (в пятидесятые годы в Минске она как раз открылась). А в 18 лет приехал в родную деревню – псориаз замучил, стеснялся он его очень. Вот бабушка и моя мама его стали лечить – травы какие-то давали пить (вроде бессмертник и лопух), а из грибов – мазали каждый день млечным соком – весь грибной сезон, а зимой – из сухого порошка рыжиков, груздей и волнушек делали настойку, пил он эту настойку и смазывал этой же настойкой пятна. А еще была мазь из веселки. Грибы эти я ему собирала, поэтому знаю. Улучшение было сразу же. Это и я заметила. Раньше тяжело около него стоять было – пахли очень эти пятна, словно прогорклым бараньим салом несло, особенно когда они мокнуть начинали. А потом и сами бляшки исчезли – только розоватые пятна остались. И это было долго – загорит, а загар неровный, словно пятнистый. Но это уже было не страшно. Женился он на городской девушке года через три, уехал в Гродно, стал художником известным, даже выставки за границей были. А псориаза больше не было.

Кученок Елена, Брест».

Луговые опята – коровьи доктора

Это именно о них, безобидных и бессловесных луговых тружениках, говорят высокомерно: «Поганки». А какие же они поганки, если являются родными братьями благородным опятам. Только их старшие братья забрались повыше – на пеньки, а эти довольствуются коровьими пастбищами.

Под Брянском эти скромные грибки вообще именуются незатейливо – «коровий корм». Действительно, вместе с травой коровы с огромным удовольствием поедают эти маленькие грибки. Да и козы ими не брезгают, и овцы, и собаки не прочь подкрепиться нежными грибами.

А для грибников эти луговые опята – гриб бросовый, четвертого разряда. Единственное их достоинство, что начинают расти во второй половине мая, когда еще нет благородных грибов.

Но есть и продвинутые грибники, которые утверждают, что луговые опята по вкусу намного превосходят и подберезовики, и подосиновики. И предпочитают из всех грибных супов именно суп из луговых опят. Знаменитый писатель Солоухин вообще утверждает, что ароматнее и нежнее вкуса, чем у этих луговых грибов, нет ни у кого из других представителей грибного царства. «Правда, – пишет он, – есть некоторое неудобство. На грибную охоту за этими опятами надо ходить... с ножницами. А если нападешь на „грибные волны“ или „грибные хороводы“ опят, то настолько впадаешь в грибной азарт, то и нарежешь вместе с грибами и травы с полевой кашкой-клевером. Вот потом и сердает жена, отбирая мой грибной улов...»

К луговым опятам многие относятся с предубеждением и еще по одной причине – уж очень они любят расти или кольцами (так и называют – «ведьмины кольца»), или эллипсами, или же волнами. Вот и думают: а можно ли есть такие «заколдованные» грибки?

Но к ведьмам, а также к нечистой силе луговые опятки не имеют никакого отношения. Их грибница устроена таким образом, что гифы находятся почти на поверхности, и она обычно бывает истоптана скотом, поэтому они наращивают новые гифы «лучеобразным» образом – по окружности, эллипсу, просто полосами. И в этом нет ничего удивительного.

А вот самое удивительное в этих грибах – их целебность. Они вырабатывают естественные антибиотики, вещества, которые подавляют кишечную палочку, золотистый стафилококк и другие болезнетворные микробы.

Поэтому знающие травники при кишечных расстройствах всегда пользовали сухим порошком из опят или же отваром из грибов, настоянным на водяной бане. Порошок из луговых опят делается очень просто – там не нужно их специально сушить. Достаточно разложить рядками на солнышке, и на следующий день уже готовы прекрасные сушеные шляпки. Бери и пользуйся.

Так как опята подавляют золотистый стафилококк, то вполне объяснимо, почему их так любят коровы и любой скот, пасущийся на выгоне. А может быть, природой так специально придумано – лекарство для коров?

В народной русской медицине, кстати, существуют рецепты для промывания глаз при конъюнктивитах именно отваром опят, а также полоскания при ангине, примочек при любых гнойных ранах.

В общем, хоть и маленький грибок, а выполняет большую и нужную работу.

Настоящий луговой *доктор*.

Из архива газеты «Грибная аптека»

Гуцульская грибная косметика

«Карпаты – самые красивые горы в мире, карпатские грибы – самые здоровые грибы в мире, а гуцулки обладают самой нежной и самой бархатной кожей уже только потому, что живут в самой здоровой местности и используют самые здоровые грибы. Моя мама всегда меня учила, что кожа должна быть на ощупь как шелк, а на вид – как молоко. Правда, я теперь молочно-белой коже

предпочитаю кожу загорелую, с оттенком шляпки белого гриба. Но насчет шелковости кожи – уверена. Так вот, современная косметика – это хорошо (хотя это сплошь синтетика и что же от нее хорошего?), но есть рецепт, который гуцулки всегда используют – умываться на ночь обратом (остаточной сывороткой после отжима творога) и в бане наносить на кожу тела и лица следующий состав – мед с раздавленными в кашу опятами. С этой смесью на теле надо посидеть в парилке или сауне до того времени, когда мед станет каплями вместе с потом стекать вниз, тогда вымыться прохладной водой и кожу лица протереть кубиком льда.

Голесенко А., Житомир».

Парик не понадобился

«В апреле у меня стали выпадать волосы. Резко, клоками и непонятно почему. Даже расчесываться боялась – полная расческа волос, а уж мыть голову и подавно – вся ванна была усыпана выпавшими волосинками. До этого в мои 45 лет от парикмахерш всегда получала комплименты „ну надо же, какие густые волосы, хоть прореживай...“. А тут за месяц на голове осталась ровно половина, да и та не намерена задержаться. Помчалась к врачу, та разводит руками – корни в порядке, но ослаблены. Сезонное обострение, плюс щитовидка не в порядке. Выписала гормоны, пью, а волосы как падали, так и падают. В салоне красоты посоветовали какую-то импортную сыворотку для втирания волос, но продают только коробками, а коробка стоит 9 тысяч рублей! Это больше половины моей зарплаты. Не решилась сразу, решила подумать, может, на эти деньги лучше парик уже присматривать.

А тут и лето подоспело. Дочка попросила с внуком на даче в Луге июнь посидеть. Я у приятельницы беру стопку женских журналов для ленивого чтения на даче, и она мне всовывает стопку газет „Грибная аптека“: „Читай и используй на практике, там у вас в Луге море грибов, хоть здоровьем займешься...“ Я сразу начала с газет – уж очень фотографии грибов хороши. Пролистала и вдруг попадаю на рецепт маски для волос от выпадения их и укрепления корней. Там нужно было взбить желтки с шампиньоновым соком. Желтков у меня хоть отбавляй – рядом соседка кур держит, а вот с шампиньонами проблема – в сельском магазине их не найти.

И вот утром пошли мы с внуком Кешенькой на речку через лужок, я смотрю, а в траве маленькие грибки прячутся – и их много, просто россыпь. Тоненькие ножки, кремовые шляпки. Набрала горсть, соседке несу для опознания. Она обрадовалась: „Рядовки пошли, надо на жаренку набрать, очень вкусные грибочки...“ Потом я вычитала, что в Луге рядовками называют луговые опята, те именно грибки, которые мы увидели. Я и решила их использовать. Набрала свеженьких целый пакет, прокрутила через соковыжималку. Получилось такое полужидкое пюре. И каждый вечер стала в голову втирать такую смесь: 6 желтков и 3 столовые ложки грибного пюре. Уже после первой маски перестала болеть и жечь кожа головы, после серии из пяти-шести процедур расчесываться стала без проблем – уже не было полной расчески волос. А через две недели все пришло в норму и мало того, я заметила, что начала расти молодая поросль. Так что, думаю, пока мне рано тратить деньги на парик.

Иваненкова Тамара, Петербург».

Не упустите земляничный сезон!

«Это именно то время, когда я делаю серьезную профилактику для моего когда-то очень больного желудка. Пять лет назад у меня после сильного стресса (развода с мужем) стал болеть желудок. Ничего есть не могла, исхудала на нет. Врачи обнаружили обширные эрозии на слизистой, и уже одна из эрозий в стадии перерождения в язву, то есть уже потихоньку начинала кровоточить. Да к тому нашли какой-то гелиобактер – вирус, который вызывает язву. Пила антибиотики, все, что прописывали. Стало чуть лучше, но потом обострения, обострения. А мне сил надо, чтобы работать – двоих детей содержать. Научили меня этому рецепту в Белоруссии, где я была три года назад в санатории, – сам врач и показал, и рассказал, как правильно делать.

Как только пойдет земляника, тут же начинают расти на лугах опять луговые. В них, в этих грибах, есть вещество, которое подавляет любые вирусы и залечивает слизистые оболочки от язв и эрозий, а земляничный сок снимает отек раздраженной слизистой.

Нужно набрать стакан земляники и добавить растертую в пюре столовую ложку опять луговых. Земляника очень сладкая, поэтому не надо добавлять ни сахара, ни меда. Я иногда добавляю молоко или сливки. Но и это лучше не делать. Только в чистом виде: растертый в пюре стакан спелой земляники и столовая ложка пюре опять луговых. Есть это надо сразу – пока свежее и целебное. Эрозии у меня залечились за 10 дней. А теперь каждый год я делаю профилактику для желудка. Ни разу за это время обострений не было.

Окамова Аня, Новгород».

Грибное масло от болезни глаз

«У меня свекр лечился своим грибным методом, и очень успешно. А в этом году у мужа такая необходимость назрела – вот поедем под Витебск к его родителям за лечением. Дело в том, что года три назад у свекра воспалились глаза, вернее, веки – красные, отечные. Прокапал все, что назначали, – все равно то же самое. Врачи и соскобы на инфекцию брали – ничего не нашли. А работать с такими глазами (он директор фабрики) просто неудобно, все интересуются, дескать, у вас какое-то горе, что такие глаза как после обильных слез. В глазной клинике сказали, что это аллергическое заболевание, и на этом успокоились. Ведь аллергия не лечится.

Вылечила его мать одной сотрудницы из бухгалтерии – она ему мазь из грибов сморчков сделала. Все прошло очень быстро. А мы сейчас едем с мужем (у которого такое же заболевание началось), чтобы собирать опять луговые. Та же женщина сказала, что действие у сморчков и опять примерно одинаковое – и бактерии убивают, и стафилококки, и глаза лечат.

Надо нарезать и подавить граммов триста опять луговых, наложить их в полулитровую банку и залить растительным маслом (оливковым, льняным или обыкновенным подсолнечным) и настоять пять дней. А потом обмакивать в это масло марлечку и накладывать на веки. И так делать каждый вечер. Говорит, что недели в две-три глаза, вернее, веки очистятся и краснота сойдет.

Заверюха И., Москва».

Послесловие

Перечитала книгу – и с сожалением смотрю на оставшиеся толстые стопки писем. Представляете, сколько их пришло в редакцию газеты «Грибная аптека» за 15 лет? Вот это хотелось бы поместить: где Анна Петровна Самойлова из Бийска рассказывает о чудесном грибе *саркосома* шаровидная, как она соком, собирающимся в самом теле гриба, вылечила тромбофлебитную язву на голени. Или вот это – рассказ егеря Иванченко из Пскова о свойствах редкого гриба *звездовика*.

Или вот собственный опыт в письме Андреева Игоря, как он решил испытать целебные свойства *мутинуса* собачьего и сделал компресс на раковую опухоль молочной железы своей собаки. И ведь опухоль прошла!

Но... размер книги не позволяет. И, даже закончив объемную грибную энциклопедию «Лекарственные грибы», я понимаю, что столько еще не вошло, столько еще хочется рассказать, столько написать!

И столько еще предстоит сделать... Потому что подстегивают звонки и письма. Благодарные письма и письма-мольбы о помощи.

Вот вчера, например, звонок из Перми: «Дочери сорок лет – рак молочной железы. Операция, химиотерапия – все как водится. И все равно итог плачевный – гемоглобин катастрофически падает, метастазы уже практически везде, боль снимается только промедолом (наркотиком). Врачи только скорбно качают головами. Это было полгода назад. А сейчас – фантастика! – в наркотике нужды нет (боли есть, но слабые), метастазы с печени ушли, гемоглобин поднялся почти до нормы».

И все это – на грибах. На целебных грибах. На моих препаратах. Ну разве не радость, разве не стимул – изучать и писать о целебности грибной аптеки?

Или письмо благодарности о том, как свечи из гриба веселки помогли при хроническом цистите. Вроде и не страшная болезнь, но как же она портит жизнь...

А таких писем и звонков великое множество.

А вот письмо от монаха из Оптиной пустыни: «Вы делаете великое и нужное дело. Вы объясняете народу, что искать спасение от хворей нужно прежде всего у Природы. Господь дал нам эту аптеку. Ту аптеку, которая не приносит вреда, которая лечит и тело, и душу. А Ваш опыт – он бесценен. Впереди всех нас ждут трудные времена, и человек все равно будет *выживать* в природе – вот для них Вы и должны постараться, оставить знания о целебных грибах».

Поэтому это первая книга. А во вторую книгу войдут другие грибы, которые мы знаем и используем в еду, и те, которые не замечаем или замечаем и удивляемся. Это целебные грибы – саркосома, олений трюфель, чеснокник, мухоморы, печеночницы, лаковицы и т. д.

Мы, славяне, грибы любим и грибам верим. И будем по крупницам восстанавливать древнее *знание* о целебности грибов.

Центр фунготерапии Ирины Филипповой

О Центре фунготерапии

Центр фунготерапии был создан в 2000 году в Санкт-Петербурге под руководством врача-фунготерапевта, натуропата Филипповой Ирины Александровны.

Толчком к созданию Центра фунготерапии и его развитию стали собственный опыт, наработки по применению целебных грибов, знания целителей и фунготерапевтов разных стран мира.

Деятельность Центра фунготерапии заключается в полном цикле создания и реализации натуральной продукции на основе целебных грибов: научные исследования свойств базидальных отечественных и японских грибов, разработка препаратов (БАДов, бальзамов, тоников, косметики), разработка методик и программ по профилактике и коррекции здоровья, современная эксклюзивная технология производства с сохранением всех активных веществ сырья, розничная и оптовая реализация.

Компания, имея свою научно-производственную базу, является ведущим производителем грибных препаратов в Российской Федерации.

Грибная продукция идет на экспорт в 12 стран мира.

Центр фунготерапии Ирины Филипповой имеет сеть арендованных и собственных аптек под брендом «Грибная аптека» в России и за рубежом.

В 2005 году начал свою работу Московский филиал Центра фунготерапии, работают квалифицированные врачи-фунготерапевты. Открыты несколько Грибных аптек, в которых можно получить индивидуальные рекомендации специалистов и приобрести грибные препараты. Репутация Центра фунготерапии Ирины Филипповой построена на качественной уникальной продукции, доказавшей свою эффективность, что позволяет компании динамично и успешно развиваться.

Производство

Препараты производятся в дочерних предприятиях ООО «Шиитак» и НПО «Биолюкс» по современной технологии с сохранением всех биологически активных веществ сырья и по методике, исключающей разрушение полисахаридов и фитонцидов.

Особенность изготовления – в щадящем холодном способе обработки, что особенно важно, так как при тепловой обработке (уже при 40°C) активные вещества в грибах разрушаются.

Особое внимание уделяется чистоте грибов, сырье проходит жесткий контроль на качество, так как грибы накапливают много тяжелых металлов, поэтому каждая партия грибов проходит несколько анализов перед изготовлением препаратов. Собственные разработки и производство позволяют на всех этапах контролировать качество продукции.

Научные исследования

В Центре фунготерапии Ирины Филипповой в Санкт-Петербурге ведутся работы по исследованию российских грибов, разрабатываются натуральные грибные препараты (БАДы) из тех лекарственных грибов, которые уже доказали опытным путем свои целебные свойства.

Продукция

Вся продукция на основе целебных грибов – БАДы, лосьоны, бальзамы, косметика – является эксклюзивной разработкой компании. В ассортименте более 40 наименований. Большая часть продукции выпускается в капсулированном виде, также есть водорастворимые формы, порошки для настаивания, твердые бальзамы (свечи), препараты для наружного применения.

Результаты исследований доказывают эффективность препаратов, что позволяет решать любые задачи комплексного оздоровления, осуществляя при этом индивидуальный подход.

Применение грибных препаратов – это звено в сложившемся подходе к терапии тех или иных заболеваний, это дополнение к современным методам лечения.

БАД – это удобный, доступный, эффективный путь к коррекции здоровья. Целебные грибы работают со всеми системами организма и, что особенно важно – сегодня именно грибы заявляют о себе как о наиболее эффективном средстве в лечении и профилактике онкологических заболеваний. Опыты показали, что противоопухолевые свойства грибных полисахаридов не имеют аналога в растительном мире.

Вся продукция сертифицирована, прошла строгий контроль на качество сырья и технологического процесса.

www.fungospb.ru