



Reishi plus s vitamínem C

Vážené poradkyně a vážení poradci.

Dovoďte mi, abych Vás v tomto pokračování poradny seznámil s dámou, přicházející na scénu potravinových doplňků firmy LR. A není to jen tak ledajaká dáma, patří k těm nejvýše postaveným – je to císařovna čínských léčivých rostlin a hub. Její jméno v čínštině zní **Ling Zhi**, což znamená „bylina duchovní síly“ (jedná se ale o houbu, takže český překlad není přesný) a v japonštině **Reishi**. Moderní názvosloví ji označuje jako **Ganoderma lucidum** a v českém jazyce **Lesklokorka lesklá**. Je to nejedlá dřevokazná houba, která se v Číně a Japonsku používá déle než 4000 let v tradiční bylinné medicíně (nejstarší známá houba s léčivými účinky). Západní kultura se s ní seznámila zhruba před třiceti lety. Nejstarší a nejznámější čínský medicínský text Shen Nung Ben Cao Jing, pojednávající o 365 různých tradičních léčivých prostředcích (byl sepsán praotcem tradiční čínské medicíny Shen Nungem před 2000 lety za vlády dynastie Han), ji staví na první místo dokonce i před ženšen. Je tomu tak zejména díky efektu, s jakým působí na mnohá



onemocnění, a také pro její schopnost navodit a udržet rovnováhu v těle, která je podle tradiční čínské medicíny nejdůležitější pro zachování zdraví. To vše reishi umí bez závažných vedlejších účinků.

Tím, že roste na kmenech některých druhů listnatých stromů jen za specifických podmínek, byla velmi vzácná, běžným lidem nedostupná, mohli ji užívat jen císaři a movití šlechtici. Až poté, co byla v druhé polovině dvacátého století japonskými vědci a farmáři vyvinuta dokonalá metoda kultivování reishi v umělých skleníkových podmínkách, se stala tato houba dostupná i široké veřejnosti.

Přestože je popsáno více než 2000 druhů reishi, léčivé účinky byly hlouběji studovány pouze u šesti druhů – červené (rudé), černé, modré, bílé, žluté a fialové reishi. Z této šestice mají nejvýraznější zdraví prospěšné účinky černá a červená reishi. Černá reishi se prodává v čínských bylinkářstvích a je také označovaná jako „divoká“ (v přírodě rostoucí). Pro své nižší léčivé účinky je o něco míň ceněna než červená. Dnes už je známo, že je to způsobeno nižším obsahem zdraví prospěš-

ných polysacharidů. U červené reishi je tento obsah nejvyšší, a proto je tak potentní.

Je dokázáno, že vzhled a barva (tudíž i kvalita) souvisí s podmínkami, v jakých reishi roste. Proto japonská vláda implementovala přísná pravidla pro pěstování této houby a to se projevilo vysokou kvalitou v Japonsku pěstované červené reishi.

Široké spektrum zdravotních účinků bylo nedávno shrnuto v článku britské organizace pro výzkum rakoviny **Cancer Research UK**, který nese titul „Léčivé houby: jejich terapeutické vlastnosti a užití v současné medicíně se speciálním důrazem na léčbu rakoviny“.



Uvádím tabulku farmakologických efektů extraktu z reishi:

- analgetický (proti bolesti)
- antialergický
- antiinflamatorní (protizánětlivý)
- antibakteriální, proti stafylokokům, streptokokům a bacilu pneumonie (původce zápalu plic)
- antioxidantní
- antitumorový (protinádorový)
- antivirový (indukce produkce interferonů)
- antihypertenzivní (snižuje vysoký krevní tlak)
- posiluje proliferaci (rozmnožování) buněk kostní dřeně (jsou důležité pro krvetvorbu)
- zlepšuje srdeční stahy – podporou metabolismu srdeční svaloviny (myokardu) a zlepšením průtoku krve věnčitými tepnami srdce
- snižuje hladinu cholesterolu
- posílení celkové imunity
- aktivace imunitních buněk NK (tzv. přirození zabíječi, kteří umí ničit nádorové buňky)
- zlepšuje adrenokortikální funkci (produkci steroidních a pohlavních hormonů v nadledvinách)
- navozuje regeneraci bronchiálního epitelu (výstelka dýchacích cest)

Všechny tyto efekty byly prokázány vědeckými pracemi v Asii i Spojených státech. Samozřejmě se pátralo, jaké biologické substance reishi obsahuje a které z nich jsou zodpovědné za výše zmíněné farmakologické účinky. Výzkumem byly identifikovány tyto dvě hlavní skupiny: ve vodě rozpustné polysacharidy, hlavně tzv. **betaglukany a heterobetaglukany** (protinádorové a imunomodulující účinky) a steroidním hormonům podobné

substance, tzv. triterpeny, nazývané také **ganoderické kyseliny** (anti-alergické – blokují uvolnění histaminu, zlepšují využití kyslíku v tkáních, snižují krevní tlak a cholesterol, adaptogen). Dalšími substancemi jsou proteiny (Ling Zhi-8 protein, který imunomoduluje), aminokyseliny, vitamíny, minerály a stopové prvky (např. Germanium – zlepšuje oxidaci tkání). Opět se také potvrdilo, že vyseparováním jediné ingredience se ztrácí zázračný léčivý účinek (stejně jako u Aloe gelu). Celek je víc než pouhý součet jednotlivých součástí!

Vysvětleme si některé vlastnosti polysacharidů (složitých cukrů) – glukánů. Jsou tvořeny dlouhými řetězci glukózy, které jsou také bohatě členěny do stran kratšími řetězci. Jelikož základní stavební jednotkou je glukóza pospojovaná tzv. beta vazbou, nazývají se beta-glukany. Aloe Vera Gel obsahuje také biologicky aktivní polysacharidy, ale jejich stavebními jednotkami je směs jak glukózy, tak i monosacharidu manózy, proto se nazývají beta glukomannany. Imunitní buňky, zvláště ty, které spouštějí imunitní reakce (makrofágy a antigenprezentující buňky) mají na svém povrchu receptory, na které se betaglukany vážou a tím je aktivují. Spustí se tím celá kaskáda imunitních jevů jak nespecifické tak i specifické imunity (ničení patogenů, nádorových buněk, odstranění mrtvé tkáně atd.). Pro jejich schopnost eliminovat volné radikály a snižovat cholesterol je americký Úřad pro potraviny a léky schválil jako prevenci koronárních onemocnění. Jako podklady pro toto schválení byly použity výsledky vědeckých pracovišť z Harvardské

univerzity, Kalifornské univerzity a mnoha dalších prestižních center.

Podívejme se teď na podstatné aplikace reishi při ochraně našeho zdraví. Reishi je velmi účinný **adaptogen**, což znamená, že její každodenní konzumací se naše tělo lépe adaptuje na stresové faktory. Stresorem nazýváme teplotu, trauma (zranění), nedostatek spánku, expozice toxických látek, radiace, infekce nebo psychologický stres.



Při **postižení kardiovaskulárního systému**, zvláště u stavů spojených s ischemií srdeční svaloviny (infarkt myokardu, angina pectoris) zlepšuje konzumace reishi cirkulaci krve, protože zabraňuje shlukování krevních destiček a tvorbě trombů. Také zvyšuje elasticitu červených krvinek a ty jsou pak schopny snáze se protahovat nejjemnějšími kapilárami. Jak bylo uvedeno výše, snižuje tzv. „špatný“ cholesterol (správně snižuje hladinu LDL) a zvyšuje „prospěšný“ HDL. Normalizuje krevní tlak, což má velký dopad na snadnou činnost srdeční pumpy, která tak není zbytečně přetěžována a nedochází k jejímu selhání. Jelikož podobně postižených pacientů najdeme v seniorské věkové kategorii velmi mnoho, můžete informováním o reishi prospět velké části populace.

Reishi plus s vitamínem C

U **poruch jaterních funkcí** (např. narušení schopnosti zbavovat tělo odpadních látek metabolismu, lékových metabolitů a jedovatých látek) dochází k nahromadění toxických látek a snižuje se schopnost jaterní syntézy bílkovin a jiných pro tělo důležitých látek. Výzkum ukázal, že reishi má hepatoprotektivní (játra ochraňující) schopnosti. Dojde k revitalizaci (znovuoživení) a rejuvenizaci (znovuomlazení) jaterních buněk. Zvláště při žloutenkách, mononukleóze, nebo i při pravidelné konzumaci nadměrného množství alkoholu může tato houba játrům významně pomoci.

V **zaživacím traktu** podporuje pravidelný pohyb střev a zmírňuje tak zácpu a průjem. Snižuje překyselení žaludku a brání tím vzniku vředů a také významně stabilizuje hladinu cukru u diabetiků.

U **dýchacích obtížích** reishi prospívá těm, kteří trpí astmatem, chronickou bronchitidou a běžnými alergiemi. Dá se použít jako antitusikum k potlačení chronického kašle i jako expectorans k snazšímu odchodu hlenů z dýchací trubice. Zvyšuje regeneraci výstelky dýchací trubice a bronchů, což je zvláště důležité pro kuřáky cigaret a pacienty s chronickou bronchitidou.

V **urologické oblasti** pozitivně ovlivňuje činnost ledvin. Při potížích s prostatou reishi v kombinaci s Aloe Vera významně snižuje hladinu PSA – prostatického specifického antigenu.

Extrakt z reishi zlepšuje paměť, uvolňuje napětí a zlepšuje kon-

centraci. Její potence je zvláště pozoruhodná u **neurodegenerativních onemocnění** pacientů ve vyšším věku – Alzheimerova choroba a další formy demence.

V oblasti **onkologie** bylo zvláště v Asii provedeno mnoho klinických studií, které prokázaly schopnost reishi aktivovat imunitní systém a to se pozitivně odrazilo v celkové době přežití. Tato schopnost je ještě výraznější při současné konzumaci vitamínů C a E (LR produkt BiOxan tyto vitamíny obsahuje).

Dále je tu obrovská oblast infekčních onemocnění. Protože reishi aktivuje imunitní systém, je jasné, že v kombinaci s antibiotiky či antivirovými se organizmus snadněji vyrovná s nákazou a doba terapie i celkový výsledek se zlepší. Zvláště pacienti se žloutenkami virového původu (hepatitida A, B, C), HIV infekcí, boreliózou a jinými, pod těžkým klinickým obrazem probíhajícími onemocněními, mohou dosáhnout daleko lepších léčebných výsledků.

Seznam onemocnění, která reishi ovlivňuje, je podstatně delší a nemá význam se zmiňovat úplně o všech (toto je článek a ne kniha). Pozornému a zkušenému poradci určitě neunikla nápadná shoda s účinky a aplikací Aloe Vera. Určitě se vynoří spousta otázek, například: Co je lepší, Aloe Gel či reishi? Pro které diagnózy je vhodnější gel z Aloe a pro které reishi? Vzhledem k faktu, že máme malou vlastní zkušenost s reishi, dovoluji si tuto diskusi odsunout do blízké budoucnosti. V každém případě je zdra-

votní stav klienta pozitivně ovlivňován už při pravidelné konzumaci jednoho z těchto dvou „záračných“ prostředků. Dejte zákazníkům vybrat, pro někoho může být výhodou snadnější transport kapslí s reishi, další zase bude chtít zlepšit resorpci vitamínových a minerálních doplňků a zapíjet je Aloe gelem (u syntetického vitamínu C je to zlepšení až o 80 procent). Rozhodně nejlepší řešení je kombinace obou dvou produktů, neboť každý působí na organismus přece jen trochu jinak. Upřímně řečeno – my nejsme dostatečně informováni, abychom znali přesně jak který působí, proto nechme naše těla, ať si sama rozhodnou, co je za daných podmínek pro ně nejprospěšnější. Chce-li někdo tento přístup maximalizovat, ať si přidá k těmto dvěma „císařovněm léčivých rostlin a hub“ koncentrát z ovoce a zeleniny VitaAktiv a nabídne tak svým buňkám širokospektrální směs botanických faktorů a antioxidantů. Tím dovolíte navodit v těle rovnováhu ve smyslu tradiční čínské medicíny a udržíte si optimální zdraví i ve vysokém věku.



MUDr. Petr Formánek

infolinka Aloe Vera: +420 777 117 006
možno volat: (Po – Pá
od 14.00 – 19.00 hod.)

**REISHI PLUS
S VITAMÍNEM C
Obj. č. 80330**

