



Reishi

IL FUNGO DELLA LUNGA VITA

È uno dei rimedi principali della **micoterapia**. Funziona a diversi livelli, come cura ma anche come prevenzione

Il Reishi (*Ganoderma lucidum*) è un fungo che cresce nei boschi di Cina e Giappone, attaccato al tronco degli alberi di quercia e castagno. È anche uno dei rimedi principali della micoterapia, la scienza che studia e utilizza le proprietà biologiche dei funghi per migliorare la salute dell'uomo. Esattamente come fa la fitoterapia con le piante. Ma il Reishi (che significa "fungo per la longevità") non ha solo interessanti proprietà curative. Può infatti essere "usato" anche quando si sta bene, per mantenere l'organismo in salute, preservando il benessere di organi e tessuti.

LE DOSI

Il Reishi, come tutti i funghi curativi, si trova in commercio in varie forme: compresse, capsule, polvere. ***** Gli studi hanno dimostrato che affinché il rimedio funzioni, occorre prenderne almeno due grammi al giorno. Anche dosaggi inferiori apportano dei benefici, ma in misura minore.

TANTI BENEFICI

Il Reishi contiene più di 400 sostanze biologiche molto utili per la salute fisica e mentale. ***** Di questi, circa 200 potenziano le funzioni immunitarie. Gli altri garantiscono effetti curativi eccellenti e rari in natura, che agiscono su tutto il resto dell'organismo.

Ha quattro "poteri"

I benefici del Reishi si possono suddividere in più funzioni.

Fortifica le difese immunitarie È immunostimolante, antivirale, antibatterico, antinfiammatorio, antiossidante, antistaminico, antiallergico. Perciò, è utile in caso di influenza, malattie delle vie aeree, cistiti, allergie, malattie autoimmuni o infiammatorie.

Aiuta la digestione Favorisce la salute di stomaco e intestino, e aiuta a digerire e dimagrire. È indicato per i disturbi dell'apparato digerente, le alterazioni del metabolismo, il sovrappeso.

Disintossica e depura Depura fegato, reni e pelle. Disintossica da radicali liberi, metalli, sigarette ed effetti collaterali da chemioterapia.

Dà energia È benefico per il sistema nervoso, la muscolatura, il cuore, gli ormoni, le ossa. Aumenta la vitalità, rasserenizza la mente, riequilibra la carenza di ormoni femminili, preserva le ossa.

PER 3-6 MESI

L'ideale è prendere il Reishi per qualche mese, così da alleviare i sintomi presenti e risolvere i problemi alla base, riportando l'equilibrio. Poi, per mantenere i risultati raggiunti, si può dimezzare il dosaggio, sempre sotto il controllo dell'esperto.

***** Chi non vuole prenderlo a lungo, può fare dei cicli di tre mesi, per esempio nei periodi di maggiore stress (come nei cambi di stagione).

***** È indicato a tutte le età e soprattutto per le persone più deboli, come bambini e anziani. Il Reishi non ha effetti collaterali.

Servizio di Silvia Finazzi.

Con la consulenza del dottor Walter Ardigò, psichiatra e psicoterapeuta, agopuntore, omeopata, esperto in micoterapia e medicine naturali a Corte Franca (Bs).

da leggere

Con molti temi e storie personali

Per conoscere tutti i benefici del Reishi si può leggere "14 poteri del Reishi e della micoterapia"

di Walter Ardigò, Edizioni Medicina e salute.



→ PER UN MESE DI CURA SI POSSONO

SPENDERE DA 30 A 45 EURO A SECONDA DEI CASI

Vivermi

e bello

NUOVO

DIETA
reset
MENO 3 KG IN
7 GIORNI CON
GLI SMOOTHIES

VENDERE CASA

10 regole per
riuscirci subito!

Reumatismi

TANTE CURE
DOLCI PER I DOLORI
DA FREDDO

CURARSI ALL'ESTERO

Adesso è più facile,
ma conviene?

Serate di festa

SCHIENA, BRACCIA
E DÉCOLLETÉ
IN PRIMO PIANO

**Come prepararsi
alle piste da sci**

Emanuela Folliero

I SUOI SEGRETI
DI BELLEZZA

NOVITÀ DAGLI STATI UNITI

calvizie *addio*

la tecnica che crea nuovi capelli

