

# IL FUNGO

## della longevità

### (E NON SOLO)

Il più studiato in assoluto è il Reishi, protagonista di oltre mille ricerche scientifiche. Del resto, contiene **più di 400 sostanze utili** all'organismo, che migliorano la salute fisica e mentale. Conosciamolo più da vicino



#### IL "RE" DELLA MICOTERAPIA

Questo metodo di cura naturale, nato nell'antica Cina, si basa sull'uso dei **funghi medicinali**. Sono prodotti da aziende agricole specializzate e si distinguono da quelli commestibili per le proprietà curative.

✓ Secondo questa disciplina, è possibile agire sia a **livello preventivo**, rafforzando gli organi e le loro funzioni e diminuendo così il rischio di malattie, sia a **livello curativo**, per combattere i sintomi e le cause.

✓ Il **Reishi è ottimo in entrambi i casi** ma, per una cura efficace, può essere necessario abbinarlo ad altri rimedi.

→ IL REISHI NEUTRALIZZA ANCHE I DANNI DEI  
DA SIGARETTE, FARMACI, RAGGI

#### Vanta quattro "poteri"

La medicina tradizionale cinese attribuisce grande importanza allo studio delle funzioni vitali e riconduce la fisiologia dell'organismo a quattro ambiti: immunità, digestione, depurazione e produzione di energia.

✓ Allo stesso modo, tutte le malattie, dato che sono causate dall'alterazione di queste funzioni, possono essere suddivise in quattro macro-gruppi.

✓ Il Reishi è in grado di agire su tutti questi gruppi di malattie e per ciascuno di essi esercita benefici mirati. Ecco perché si parla di quattro poteri del fungo.



#### Rinforza le difese e combatte le allergie

Il Reishi è un ottimo alleato del sistema immunitario, il naturale apparato difensivo dell'organismo. Infatti, svolge alcune funzioni molto importanti, preziose contro diverse malattie.

##### Contro le malattie di stagione

È molto utile nella prevenzione e nella cura delle malattie scatenate da batteri e da virus, perché rafforza le difese immunitarie. Agisce, inoltre, come **antibatterico e antivirale** (contrastando la riproduzione dei virus, compresi quelli più aggressivi).

✓ **Contro le infiammazioni** È un potente antinfiammatorio e garantisce risultati simili a quelli del **cortisone**, senza però produrre i pesanti effetti collaterali tipici di questo farmaco. Quest'azione lo rende utile nella prevenzione e nella cura di diverse malattie infiammatorie.

✓ **Come antistaminico** Contrasta le allergie (caratterizzate da una produzione eccessiva di istamina). Inoltre, **elimina la produzione delle IgE**, gli anticorpi che provocano i sintomi allergici.

#### In quali casi

È utile contro molte malattie, come: **influenza**, problemi delle vie aeree (mal di gola, bronchite e asma), **cistite**, rinite allergica, dermatite, malattie autoimmuni, tiroidite di Hashimoto, malattie infiammatorie croniche, **herpes**, **candida**.

#### DA SAPERE

Per ottenere maggiori risultati, è possibile associare al Reishi altri funghi, come l'Agaricus e lo Shiitake.

#### Protegge l'apparato digerente

Questo rimedio favorisce il lavoro dell'apparato digerente, a tutti i livelli.

✓ **Per la bocca** Protegge la sua salute, perché **rafforza le sue difese** immunitarie.

✓ **Per lo stomaco** Il Reishi lo mantiene in buona salute attraverso tre meccanismi d'azione specifici: lo difende dalle **scariche nervose** psicosomatiche, che bloccano e indeboliscono la digestione; contrasta i **sintomi infiammatori** a carico della mucosa gastrica; agisce come antibatterico e **antivirale**, sconfiggendo l'*Helicobacter pylori* e altri nemici che possono attaccare l'apparato.

✓ **Per l'intestino** Favorisce la **produzione degli enzimi** digestivi, stimolando la digestione; esercita un ottimo effetto antinfiammatorio, rigenera la flora batterica e contrasta la stitichezza.

✓ **Per dimagrire** Aiuta a perdere peso e a tenere lontano i problemi metabolici, perché **smaltisce gli eccessi di grasso** e di colesterolo, contribuendo a ottenere una silhouette ben definita.

#### In quali casi

È molto indicato in presenza di **stomatite**, disturbi dello stomaco (come difficoltà di digestione e gastrite), intolleranze alimentari, **stitichezza**, **emorroidi**, glicemia elevata, diabete, **sovrappeso**, metabolismo alterato.

#### DA SAPERE

Nelle situazioni più ostinate e complesse, in quest'ambito può essere associato a *Maitake* e *Coprinus*.

#### Depura l'organismo

Il Reishi sostiene tutti i principali organi della depurazione: fegato, pelle e reni.

✓ **Per il fegato** Favorisce la rigenerazione delle sue cellule; aumenta le difese immunitarie antivirali in caso di epatiti; **preserva l'integrità** delle sue funzioni; riduce le transaminasi alte (gli enzimi che rivelano lo stato di salute dell'organo). Stimola la produzione della bile, agevolando il lavoro della cistifellea e contrastando sabbia e calcoli biliari.

✓ **Per la pelle** Rappresenta il cosmetico principale delle donne orientali. Innanzitutto, **rimuove impurità**, piccole cicatrici, macchie dell'età e altri segni dell'invecchiamento.

★ In secondo luogo, migliora l'afflusso sanguigno, che **dà nutrimento e ossigeno** alla cute. Agisce nei confronti di specifiche malattie: risolve le infiammazioni, facilita la guarigione delle ferite e rigenera i tessuti.

✓ **Per i reni** La sua azione **antinfiammatoria** simile al cortisone è utilissima anche nelle malattie dei reni, come nefriti, nefrosi e Gsfs (glomerulosclerosi focale segmentale).

#### In quali casi

È utile contro malattie del fegato (**epatiti**, transaminasi alte, calcoli alla cistifellea, sabbia biliare, cirrosi, steatosi epatica), malattie dei reni (come **glomerulosclerosi focale**, nefrosi, nefrite e insufficienza renale cronica segmentale), malattie della pelle (**acne**, cicatrici, allergie, dermatiti, eczema, eritema solare, macchie), **invecchiamento** cutaneo, rughe, effetti da chemioterapia.

#### DA SAPERE

Nei casi più seri, in quest'ambito è utile l'associazione con *Polyporus* e *Auricularia*.

RADICALI LIBERI PRODOTTI

DA SIGARETTE, FARMACI, RAGGI

X, RAGGI UV E RIDUCE GLI EFFETTI COLLATERALI DOVUTI ALLA CHEMIOTERAPIA



## Migliora l'energia

Questo fungo potenzia tutti gli organi e gli apparati coinvolti nella produzione di energia: cuore, sistema nervoso, circolazione, apparato endocrino, sistema sessuale, apparato muscolo-scheletrico.

► **Per il cuore** Il Reishi protegge dalle malattie cardiovascolari: **ottimizza la resa** energetica del cuore, che così ottiene lo stesso rendimento con meno lavoro; mantiene adeguata la pressione sanguigna; facilita lo scorrimento del sangue e contrasta la formazione dei coaguli. Inoltre, ha un effetto **antiossidante**, che protegge il cuore e i vasi sanguigni dai danni causati da radicali liberi e invecchiamento.

► **Per le malattie neurologiche** È in grado di proteggere le cellule nervose e i nervi, di **favorire la circolazione** cerebrale e di eliminare dalle cellule nervose i radicali liberi, elementi dannosi. \* Inoltre, **migliora le funzioni** mentali, come memoria, pensiero, calcolo, ragionamento, e mantiene più giovane e reattivo il cervello, anche nell'età avanzata. \* Grazie a queste azioni, il Reishi fornisce un utile contributo contro il morbo di Parkinson (come prevenzione e trattamento). Per la sua efficace azione antinfiammatoria simile al cortisone, è prezioso anche nella **sclerosi multipla**, caratterizzata da un'inflammatione cronica della guaina mielinica del nervo.

► **Per le funzioni sessuali** Nella donna, promuove la **produzione di estrogeni** e di progesterone, migliorando in questo modo diversi disturbi, compresi vampate e osteoporosi tipici della **menopausa**. **Nell'uomo**, invece, favorisce la produzione

di testosterone, **aiuta la sessualità** e contrasta la ridotta fertilità.

► **Per ossa e muscoli** Il fungo protegge ossa e muscoli, irrobustisce lo scheletro, le cartilagini articolari e il tessuto connettivo che sostiene la pelle e gli organi; **difende le articolazioni** soggette a usura e infiammazioni; esercita un'azione **decontratturante**, antidolorifica e spasmolitica.

## In quali casi

Va bene in tante situazioni: per aiutare i muscoli (in caso di contratture, dolori e **cervicalgia**, per esempio), per prevenire e curare i disturbi cardiaci (come **extrasistoli**, **tachicardia**), per le problematiche femminili (endometriosi, irregolarità mestruali, menopausa, **premenopausa**), per l'osteoporosi, per i ritmi intensi, durante una convalescenza, in caso di ridotta fertilità, in presenza di sclerosi multipla, tremori, morbo di **Parkinson**.

\* Sul versante **psicoemotivo** è utile contro stress, calo della libido, sintomatologia ansioso-depressiva lieve, disturbi del sonno.

## DA SAPERE

I funghi con cui associarlo per maggiori benefici sono: **Cordyceps, Auricularia, Hericium e Agaricus**.

*Servizio di Silvia Finazzi.  
Con la consulenza del dottor Walter Ardigo, esperto in micoterapia, medico, psichiatra, psicoterapeuta, omeopata e agopunture a Corte Franca (Bs).*

Questo rimedio favorisce il benessere anche sul piano psicologico, perché alza il tono dell'umore, aumenta la vitalità, l'iniziativa, la voglia di fare, tiene lontano l'ansia e migliora il sonno.

## Come usarlo

Per ottenere gli effetti sperati, è necessario prendere 2 g al giorno di Reishi. In che modo? Si consiglia di usare le compresse composte al 50% da polvere di fungo e al 50% da estratto concentrato: infatti, sono la forma più equilibrata. Inoltre, sono facilmente assorbibili e pratiche.

✓ Possono essere prese a digiuno, oppure a stomaco pieno, al mattino o alla sera. Non fa differenza: in ogni caso, i miglioramenti compaiono gradualmente.

✓ In genere, servono almeno tre mesi per avere risultati. La cura va continuata, poi, per altri tre mesi almeno, così che il benessere generale possa consolidarsi.

✓ Dopo i primi sei mesi, è importante valutare i benefici raggiunti e decidere insieme con il medico come proseguire.

✓ Per un mese di cura con il Reishi si possono spendere da 30 ai 45 euro a seconda dei casi.



Auricularia

→ IN GIAPPONESE LA PAROLA REISHI SIGNIFICA

"FUNGO DELLA LONGEVITÀ" O "DELL'IMMORTALITÀ"