



**Здоровье — это счастье!**

# **ГРИБЫ- ЦЕЛИТЕЛИ:**

**Тибетский молочный гриб  
Березовый гриб чага  
Чайный гриб**



Здоровье – это счастье

Анна Чуднова

**Грибы-целители. Тибетский  
молочный гриб. Березовый  
гриб чага. Чайный гриб**

«Издательство АСТ»

2010

## **Чуднова А.**

Грибы-целители. Тибетский молочный гриб. Березовый гриб чага. Чайный гриб / А. Чуднова — «Издательство АСТ», 2010 — (Здоровье – это счастье)

В этой книге – чрезвычайно полезная информация, которая улучшит жизнь каждого, кто с ней соприкоснется. Удивительные свойства трех видов грибов, о которых идет речь в этой книге, позволили многим людям обрести здоровье, бодрость духа и хорошее настроение. В книге читатель найдет тщательно выверенную информацию о том, пользоваться целительными свойствами удивительных грибов себе на благо. Вы узнаете, как правильно подготовить гриб, чтобы он лечил, укреплял ваше здоровье, намного продлевал вашу жизнь.

## Содержание

Предисловие для тех, кто хочет быть здоровым	5
Часть 1	6
История признания	6
Что такое чага	7
Полезные свойства чаги	9
Как собирать, сушить и хранить чагу	12
Использование чаги для профилактики и лечения	14
Сердечно-сосудистая система	14
Пищеварительная система	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# **Светлана Митрофанова, Владимир Агафонов, Анна Чуднова**

## **Грибы-целители. Тибетский молочный гриб. Березовый гриб чага. Чайный гриб**

### **Предисловие для тех, кто хочет быть здоровым**

Каждый человек находит свои пути к здоровью. Авторы этой книги – «фанаты» целебных грибов. Трепетно и с любовью они рассказывают удивительные истории об исцелении, продлении молодости, о нормализации работы организма и здоровье, которых можно добиться с помощью... простых, известных большинству из нас грибов – березового гриба чаги, чайного гриба и тибетского молочного гриба.

Многие советы и информация в этой книге научно обоснованы, имеют под собой многовековой опыт использования в народной и традиционной медицине. Вместе с тем, как и при употреблении любых лекарственных средств, при употреблении этих грибов и производных из них продуктов следует придерживаться общих правил просвещенного целительства:

- ✓ не злоупотреблять;
- ✓ не нарушать сроков и условий хранения;
- ✓ не стремиться представлять один продукт «лекарством от всего»;
- ✓ обязательно консультироваться с врачом о возможности и ограничениях в применении полюбившегося вам продукта;
- ✓ в случае серьезных заболеваний использовать рецепты, которые приводятся в этой книге, лишь в комплексе со средствами традиционной медицины, предварительно посоветовавшись с врачом, который подскажет наилучшее сочетание «грибных» и медицинских препаратов.

При соблюдении этих условий вы смело можете заняться «гриболечением» – приводимые в этой книге рецепты достаточно безопасны и хорошо проверены временем.

Березовый гриб чагу мы можем найти в наших лесах. Чайный и тибетский молочный грибы передаются из рук в руки, из семьи в семью, из города в город – вы легко сможете обнаружить их, опросив своих знакомых: у кого-нибудь из них обязательно найдется либо тот, либо другой гриб.

Желаем вам крепкого здоровья, хорошего настроения и успехов в использовании замечательных помощников настоящего лекаря – целительных грибов!

# Часть 1

## Березовый гриб чага

### История признания

О чаге и его особых лекарственных свойствах люди знают так давно, что до сих пор остается загадкой – когда и каким народом было впервые открыто это чудодейственное природное средство. Упоминание о нем встречаются и у древних римлян, ввозивших березовый гриб из варварской Европы, и в научных трактатах Авиценны, и в древнерусских летописях и лечебниках.

Так, в летописи XI в. упоминается о чудесном исцелении от опухоли губы великого князя Владимира Мономаха. Этим своим выздоровлением князь обязан не каким-то заморским лекарством, а отвару березового гриба, чаги. Но еще задолго до этого восточные славяне применяли этот гриб для лечения многих болезней, как наружных, так и внутренних. Им лечили больной живот, почки и легкие, растирали суставы и исцеляли в бане болезни кожи, применяли в гинекологии, успешно использовали для избавления от опухолей и пили просто как чай – для общей бодрости тела и духа. Сильное и доступное лекарство, это народное средство не забыто и сейчас, и применяют его практически по всей территории современной России.

Не обошла своим вниманием березовый гриб и официальная медицинская наука. Так еще в пятидесятых годах XIX в. в клинике Московского медицинского института врачом Ф. И. Иноземцевым было проведено первое клиническое испытание этого широко известного народного средства. После этого изучение березового гриба велось в России и в Санкт-Петербурге, и в Москве, и в Пятигорске, и в клиниках других крупных городов, при этом все исследователи сходились на том, что препараты чаги во много раз повышают защитные силы организма человека, регулируют деятельность пищеварительной, нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, в некоторых случаях замедляют развитие опухолей и улучшают общее состояние больных.

А уже в СССР, в 1955 г. после завершения комплексного и разностороннего изучения березового гриба, Фармакологическим комитетом Министерства здравоохранения СССР было принято решение о том, что гриб чага должен стать официальным лекарственным средством. Примерно в то же время даже была предпринята попытка выращивать этот ценный гриб в промышленных масштабах путем искусственного заражения березовых деревьев спорами гриба, но исследователи столкнулись с некоторыми трудностями, и вопрос о сырьевой базе ценного гриба был решен при помощи заготовок его в лесах нашей необъятной родины.

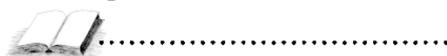
Изучение чудодейственных свойств чаги продолжается и в наше время, так, в частности, исследования украинских ученых показали, что препараты березового гриба во много раз усиливают обменные процессы в тканях головного мозга, увеличивая его активность, а также замедляют в некоторых случаях рост опухолей любой локализации, а также помогают частично нивелировать последствия отрицательного воздействия радиации, исследователи же из Японии доказали, что чага обладает высокими иммуномодулирующими и противовирусными свойствами.

## Что такое чага

Чагой (березовым грибом) называют неплодовую (стерильную) форму трутовика скошенного. Чага представляет собой большие, до 50 см в диаметре, округлые наросты неправильной формы. Они очень плотные на вид и практически такие же твердые, как сам древесный ствол. Учитывая их плотность и размеры, и весят эти березовые грибы внушительно – от 1,5 до 5 кг. Поверхность у чаговых наростов черная, покрытая многочисленными мелкими трещинами. Снять с дерева такой нарост очень и очень не просто – понадобится топор или, в крайнем случае, очень большой и острый нож. Если же снятый с дерева нарост разрезать, то окажется, что у поверхности он сохраняет свою плотную и темную структуру, но чем ближе к стволу, тем его мякоть значительно рыхлее и светлее. Но в основном окраска внутренней части гриба насыщенно бурая, это из-за того, что в ней скопилось множество грибных нитей – гифов. И чем насыщенней цвет, тем больше грибной массы и полезней чага.

Чаще всего чага встречается на березах, оттого и называют его березовым грибом, но может он осваивать и другие лиственные деревья, такие как ольха, клен, рябина, вяз или бук. Сразу стоит заметить, что исключительные целительные способности этого гриба проявляются только в соединении с березой. Чаговые наросты, встречающиеся на деревьях других видов, никакими лекарственными свойствами не обладают.

Растет чага неспешно, чтобы достигнуть средних размеров, грибу требуется лет 10, не меньше, хотя встречаются и экземпляры-долгожители 20 и более лет от роду.



Несмотря на то, что чага, как и остальные трутовики, считается грибом-паразитом, его можно запросто назвать санитаром леса, ведь выбирает этот гриб для своего места жительства только старые, больные или поврежденные деревья и почти никогда не селится на молодых и здоровых. Напомню, что чага является стерильной формой трутовика, а вот плодовые его формы появляются на дереве, оккупированном чагой, далеко не сразу, а точнее только тогда, когда дерево погибнет. Внешне плодовая форма, или как ее еще называют, плодовое тело, совсем не похожа на чагу, она имеет вид плоской лепешки средне-коричневого цвета, диаметром 20–30 см и никакими особыми лекарственными свойствами не обладает.

Несмотря на особый, ни на кого не похожий внешний вид березового гриба, некоторые начинающие собиратели лекарственных растений умудряются путать его с другими трутовиками, казалось бы, совсем на него не по хожи. И даже пытаются ими лечиться. Разумеется, это совершенно недопустимо. Поэтому следует запомнить все отличия чаги от остальных трутовиков, растущих на березе. Дело в том, что на березовых стволах также может встречаться *настоящий трутовик*, а также *ложный трутовик*, которые и принимают иногда за чагу.

Важно знать, что в отличие от чаги, имеющего округлую форму, и бугорчатую, в трещинах поверхность темного, практически черного цвета, ложный трутовик имеет плодовое тело в форме копыта, поверхность его ровная, серовато-бурая, с концентрическими кругами. При этом обычно ложные трутовики в отличие от чаги встречаются на сухих и упавших деревьях, и только изредка – на живых.

Настоящий же трутовик имеет форму сероватого или коричневого полукруга с гладкой поверхностью и крепится к дереву только при помощи центральной части плода и легко, в отличие от настоящего березового гриба, отделяется от ствола.

Поскольку чага обитает везде, где есть березы, то и территория его распространения очень и очень широка – это практически вся лесная и лесостепная зоны северного полушария. Правда, чага не слишком любит высокие температуры, потому и не растет он на березах, обитающих в более южных широтах.

## Полезные свойства чаги

Разносторонними лекарственными свойствами березовый гриб чага обязан своему сложному и необычному химическому составу. Много в чаге содержится полезных веществ и соединений, объединение которых в комплекс и дает этот самый удивительный лечебный эффект, свойственный только березовому грибу.

Чага содержит вещества, которые в комплексе обуславливают ее уникальные терапевтические свойства. При этом исследователи чаги пришли к единодушному выводу, что основным действующим началом чаги является хромогенный полифенолкарбоновый комплекс, обладающий высочайшей биологической активностью и являющийся мощнейшим биогенным стимулятором. Этот комплекс является уникальным, и ни в каких других трутовиках он не обнаружен.

Кстати, именно этот комплекс и отвечает за насыщенно-бурую окраску чаги и любых его препаратов. Поэтому и следует в первую очередь обращать внимание на окраску чаги – не стоит использовать в качестве лекарства слишком светлые его куски – пользы от них будет значительно меньше, чем от темных, ярко окрашенных.

### О полезных элементах березового гриба чаги



В березовом грибе чаге (*Inonotus obliquus*) содержатся:

- 6–8 % полисахаридов;
- до 60 % агарициновой и гуминоподобной чаговых кислот;
- 0,5–1,3 % органических кислот (щавелевая, уксусная, муравьиная, ванилиновая, сиреневая, *n*-оксibenзойная, инонотовая и обликвиновая);
- птерины (производные птеридина), наличием которых обуславливается цитостатическое действие чаги;
- липиды (ди- и триглицериды);
- стерины, в частности – эргостерол;
- лигнин;
- тетрациклические тритерпены – ланостерол и инотодиол, проявляющие антибластическую активность;
- клетчатка;
- флавоноиды;
- зола (12,3 %), богатая марганцем, который является активатором энзимов;
- микроэлементы: медь, барий, цинк, железо, кремний, алюминий, кальций, магний, калий, натрий.

Любые лекарственные средства на основе чаги являются мощнейшими биогенными стимуляторами. Об этом следует помнить и обращаться с чагой с определенной долей осторожности, прежде чем принимать препараты чаги, обязательно следует проконсультироваться с врачом!

Помимо этого необходимо помнить, что под воздействием высоких температур большая часть этих полезных свойств гриба теряется, поэтому если вы используете чагу именно как биогенный стимулятор, то ни в коем случае не варите его и не заваривайте кипящей водой! Помните что 90–95 °С – это максимально допустимая температура для препаратов березового

гриба. Хотя в некоторых случаях чагу следует заливать именно кипятком или даже готовить из него отвар. Это делается тогда, когда требуется полностью извлечь другие полезные вещества, содержащиеся в грибе.

Итак, что же может чага? Удивительно много! Клиническими испытаниями подтверждено, что чага:

- ✓ обладает спазмолитическим, мочегонным, антимикробным действием;
- ✓ нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта и кишечную микрофлору;
- ✓ способствует рубцеванию язв желудка и двенадцатиперстной кишки;
- ✓ регулирует деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- ✓ нормализует артериальное и венозное давление, а также частоту пульса;
- ✓ стимулирует кроветворение;
- ✓ восстанавливает центральную нервную и нейрогуморальную системы организма;
- ✓ улучшает обмен веществ, в том числе активизируют обмен веществ в мозговой ткани;
- ✓ повышает защитные силы организма, сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям;
- ✓ обладает противовоспалительными свойствами при внутреннем и местном применении;
- ✓ при наружном использовании оказывает противовоспалительное, заживляющее и обезболивающее действие;
- ✓ обладает антигрибковыми и антивирусными свойствами;
- ✓ усиливают цитостатическую активность противоопухолевых препаратов;
- ✓ восстанавливает сопротивляемость организма и его защитные механизмы, направленные на борьбу со злокачественными новообразованиями;
- ✓ снижает уровень сахара в крови.



.....

Во время проведения курса лечения препаратами чаги рекомендуются употреблять в пищу:

- овощные и молочные супы,
- овощи и фрукты,
- молоко, кефир, йогурт, творог, брынзу,
- макароны, крупы,
- хлеб с отрубями,
- блюда из яиц,
- компоты, кисели,
- фруктовые и овощные соки,
- минеральную воду,
- чай с фруктовыми и травяными добавками,

Следует по возможности ограничить в своем рационе:

- жиры животного происхождения,
- концентрированные мясные бульоны,
- колбасы и копчености,
- соленья и маринады,
- острые соусы, специи,
- слишком горячие и слишком холодные блюда,
- крепкие чай и кофе.

## **Противопоказания при лечении чагой**

Оговорюсь сразу – для препаратов чаги нет особых противопоказаний. Гриб чага гипоаллергенен, не содержит вредных для человека веществ и не оказывает кумулятивного воздействия, то есть не может накапливаться в организме.

Следует понимать, что при длительном использовании этих грибов у людей с расшатанными нервами может наблюдаться повышенная возбудимость нервной системы. Не рекомендуется использовать чагу и при некоторых кишечных заболеваниях. Замечу, что эти рекомендации относятся не только к чаге, но и к любым другим средствам – не стоит заниматься лечением самостоятельно, лучше вначале проконсультироваться с врачом, особенно при наличии хронических заболеваний.

Итак, вот о чем следует помнить при лечении чагой:

✓ при заболеваниях, сопровождающихся задержкой воды в организме, следует готовить более насыщенный настой чаги, чтобы в организм не попало избыточное количество жидкости;

✓ при длительном использовании препаратов чаги может возникнуть повышенная возбудимость нервной системы, в таких случаях дозу необходимо уменьшить или совсем отказаться от применения препарата;

✓ березовый гриб противопоказан при хроническом колите и дизентерии;

✓ во время проведения курса лечения препаратами на основе чаги запрещено внутривенное введение глюкозы;

✓ одновременное лечение березовым грибом и антибиотиками, особенно пенициллином, не рекомендуется, поскольку эти средства не совместимы друг с другом;

✓ не рекомендуется во время лечения чагой употреблять крепкие алкогольные напитки и злоупотреблять табаком;

✓ также следует помнить, что вероятность возникновения аллергической реакции, хоть малая, но присутствует, что может быть обусловлено проявлением тех или иных индивидуальных особенностей организма пациента;

✓ чтобы лечение чагой оказалось максимально успешным, следует придерживаться определенных диетических предписаний.

## Как собирать, сушить и хранить чагу

Считается, что заготавливать березовый гриб можно круглый год, вне зависимости от сезона. На первый взгляд, это так и есть, ведь чага – гриб долгорастущий и хорошо защищенный от всяческих внешних погодных воздействий. Но вот народный опыт подсказывает, что лучше всего собирать весенний и осенний гриб, дескать, накапливается в нем во время весеннего сокодвижения и осенней подготовки к суровым зимним будням наибольшее количество полезных веществ. По крайней мере, именно в это время принято его собирать среди народных целителей.

Существуют и другие особенности, касающиеся сбора чаги. Так, к примеру, нельзя собирать березовый гриб с сухих деревьев, дело в том, что как только умирает дерево, то и чаговые наросты на нем начинают отмирать, давая место другой форме этого гриба – плодовой. Также не стоит собирать чагу у самой земли – здесь, как правило, встречаются старые, разрушающиеся наросты. Отличить такие непригодные в качестве лекарства наросты просто – они более рыхлые, крошащиеся и черные по всей их толщине. Есть и другие тонкости, которые необходимо учитывать при сборе чаги.

### Правила сбора чаги

- ✓ Чагу можно собирать круглый год, но лучше всего делать это весной, в апреле, или осенью, с сентября по ноябрь.
- ✓ Отправляясь в лес за чагой, необходимо запастись топором или, в крайнем случае, – большим и острым ножом, поскольку наросты отделить от ствола очень и очень непросто.
- ✓ Следует собирать чагу, растущую только на березах, причем считается, что большим количеством полезных веществ обладает гриба чаги, обитающие на деревьях березовой рощи, а меньше полезных веществ в березовом грибе, растущем на отдельном стоящем дереве.
- ✓ Нельзя собирать чагу с сухих, поваленных или излишне старых деревьев.
- ✓ Нельзя брать наросты, находящиеся возле самой земли. Чем выше находится березовый нарост – тем лучше.
- ✓ В качестве лекарства не подходят старые, крошащиеся наросты и наросты, полностью черные внутри.
- ✓ Чагу удобнее всего срезать вертикально, возле самого ствола, параллельно ему.
- ✓ Лучше всего собирать чагу на убывающей Луне.

### Обработка собранной чаги

После того как чаговые наросты отделены от ствола, их следует определенным образом обработать. Дело в том, что не все части березового гриба одинаково пригодны в качестве лекарственного средства. И если в одной части гриба полезных веществ много, то в других их практически нет совсем. Как же это определить? Оказывается, меньше всего пользы от светлой и рыхлой части гриба, прилегающей к стволу. Вот от нее-то, а также от всевозможных щепок и кусков березовой коры следует избавиться прямо на месте, в лесу.

Оставлять нужно только твердые части гриба – внешнюю и среднюю. Лучше всего тут же возле дерева раздробить собранное сырье на небольшие куски.

Далее свежую чагу следует высушить, но тут существуют тоже определенные тонкости. Дело в том, что свежий гриб чага с легкостью подвергается воздействию плесени, поэтому его нельзя сушить в слишком влажном, холодном или плохо проветриваемом помещении. Но и отправлять для быстрейшего досушивания в жаркую духовку чагу тоже ни в коем случае нельзя, иначе будет потеряна большая часть биологически активных веществ. Следовательно, нужно отыскать золотую середину – выбрать сухое, теплое и хорошо проветриваемое место.

При этом свежую чагу необходимо разрезать на куски не больше 3–6 см и сушить до тех, пока куски не станут твердыми и крошащимися. Хорошо просушенный березовый гриб следует сложить в стеклянные банки с плотно закрывающимися крышками, также его можно упаковать в герметичные бумажные или полотняные мешочки. Правильно собранный, подготовленный и хранящийся гриб сохраняет все свои лечебные свойства в течение 2 лет.

### **Как приготовить базовый настой чаги**

Кусок чаги следует вымыть, залить кипяченой или очищенной водой комнатной температуры и оставить в воде на 6–7 часов, чтобы он полностью размяк. При этом не стоит использовать металлическую или деревянную посуду, лучше всего для таких целей подойдет стекло или керамика.

Размоченный гриб следует достать и отжать, воду при этом необходимо оставить, не выливать. После этого гриб нужно измельчить, можно для этого тереть его на терке или пропустить через мясорубку. Затем воду, в которой отмокал гриб, необходимо нагреть до 40–50 °С, и залить ею чагу из расчета 1 часть гриба на 5 частей воды. Очень важно не перегреть воду, иначе гриб может лишиться своих полезных качеств. Далее гриб следует настаивать в течение двух суток. Причем лучше делать это не при комнатной температуре, а поставить настой в прохладное место, чтобы гриб случайно не забродил.

Готовый настой необходимо тщательно процедить и хранить под крышкой в темном прохладном месте. Настой годен в течение следующих 4 дней.

## Использование чаги для профилактики и лечения

Рассмотрим теперь, как именно чагу можно применять при различных заболеваниях. Не забывайте: чага, как и любое другое лечебное средство, не является панацеей от всех болезней, поэтому применять препараты на ее основе следует в рамках комплексного лечения, прописанного вашим лечащим врачом.

### Сердечно-сосудистая система

Как оказалось, еще задолго до того, как в чаге признали его разносторонние лечебные свойства, в Сибири пили его настой при болях в сердце и успешно лечили любые патологии сердечно-сосудистой системы. Уже после, в результате проведенных исследований, действительно оказалось, что тот комплекс минеральных и биологически активных веществ, который содержится в березовом грибе, помогает справиться со многими проблемами в этой области, а именно, он способствует:

- ✓ укреплению стенок сосудов и сердечной мышцы;
- ✓ нормализации артериального давления;
- ✓ нормализации обмена веществ;
- ✓ восстановлению нервной системы;

При болях в сердце и для профилактики патологий сердечно-сосудистой системы рекомендуется принимать настой гриба или травяной настой с добавлением чаги. Также чага помогает при ранней стадии развития гипертонической болезни, при пониженном давлении и при вегетососудистой дистонии.

Ниже приведены наиболее распространенные рецепты использования чаги для профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний.

#### *При болях в сердце*

- 2 ч. ложки измельченного гриба;
- 2 стакана кипяченой воды.

Залить гриб теплой кипяченой водой (40–50 °С) и настаивать в термосе в течение 2 суток.

Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день, за полчаса до еды. Продолжительность курса – 3 месяца. Затем можно сделать перерыв на 2 недели, после чего начать новый курс.

#### *При болях в сердце, излишней раздражительности и для профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы*

- 1 ст. ложку измельченного гриба;
- по 1 ст. ложки трав мяты перечной и валерианы лекарственной;
- 4 стакана кипяченой воды.

Залить гриб и травы кипяченой водой, остуженной до температуры 50 °С и настаивать в термосе в течение 5 часов. Процедить и принимать по 0,3 стакана 3 раза в день, за полчаса до еды.

#### *При повышенном давлении*

- 1 ст. ложка сухих плодов боярышника;
- 1 ч. ложка семян укропа;
- 1 ст. ложка измельченной чаги.

Смесь залить 2 стаканами кипятка и настаивать 6 часов. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день перед едой. Курс – 1 месяц.

***При пониженном давлении***

- 1 часть измельченного гриба чаги;
- 1 часть сухой травы зверобоя.

Смешать сухую траву зверобоя и измельченную чагу в равных частях.

3 ст. ложки этой смеси с вечера положить в термос и залить 2 стаканами теплой воды (40–50 °С). Утром процедить, разделить на 3 приема и принимать за 20 минут до еды.

***При вегетососудистой дистонии***

- 2 ст. ложки измельченной чаги;
- 2 стакана теплой воды температурой 50 °С;
- 1 ст. ложку натурального меда.

Чагу залить водой, добавить мед и настаивать в термосе 2 часа.

Процедить и пить по 1 стакану 3 раза в день за полчаса до еды.

***Восстановление формулы крови***

Настой чаги широко используют в народной медицине для улучшения кроветворения.

- 2 ч. ложки измельченного гриба чаги;
- 1 стакан теплой воды температурой 50 °С,

Чагу заливают водой и настаивают в термосе в течение 2 суток, а затем процеживают. Принимают по 1 ст. ложки за 10 минут до еды.

Лечение препаратами чаги проводят курсами по 3–5 месяцев с короткими перерывами между ними 7–10 дней.

***При пониженном гемоглобине***

- 1 ст. ложка березовых почек;
- 1 ст. ложка цветков календулы;
- 1 ст. ложка травы чистотела;
- 3 ст. ложки измельченной чаги.

Все ингредиенты сыпать в одну емкость и тщательно перемешать.

1 ст. ложку этой смеси залить стаканом кипяченой и остуженной до температуры 50 °С воды. Настаивать 6 часов в термосе. Принимать 3 раза в день по 0,3 стакана до еды.

Рекомендуется дополнительно за 40 минут до еды принимать ежедневно по 0,5 л морковного сока, смешанного с одним яичным желтком.

## **Пищеварительная система**

Чагу издавна используют как действенное средство при лечении различных заболеваний органов пищеварения. Настой березового гриба быстро и эффективно снимает боли, нормализует функции пищеварительной системы, борется с воспалительными процессами и выступает как симптоматическое средство при лечении опухолей.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.