



Здоровье — это счастье!

ГРИБЫ- ЦЕЛИТЕЛИ:

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



Светлана Митрофанова
Анна Чуднова
Владимир Агафонов
Грибы-целители. Тибетский
молочный гриб. Березовый
гриб чага. Чайный гриб
Серия «Здоровье – это счастье»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6184023

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

Чайный гриб / Светлана Митрофанова, Владимир Агафонов, Анна

Чуднова.: АСТ; Москва; 2010

ISBN 978-5-17-064929-7

Аннотация

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 приготовить гриб, чтобы он лечил, укреплял ваше здоровье, намного продлевал вашу жизнь.

Содержание

Предисловие для тех, кто хочет быть здоровым	5
Часть 1	8
История признания	8
Что такое чага	11
Полезные свойства чаги	14
Как собирать, сушить и хранить чагу	21
Использование чаги для профилактики и лечения	25
Сердечно-сосудистая система	25
Пищеварительная система	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

**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 применениилюбившегося 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 лекарствам, 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.

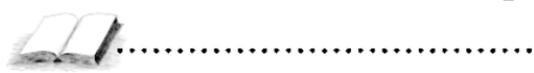
Что такое чага

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 дру-

гих 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 труто виками, казалось бы, совсем на него не по хожими. 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 % агарциновой 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 дыха-

тельной систем;

- ✓ нормализует артериальное и венозное давление, а также частоту пульса;
- ✓ стимулирует кроветворение;
- ✓ восстанавливает центральную нервную и нейрогормональную 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 де-

лать 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 грибы чаги, обитающие на деревьях березовой рощи, а меньше полезных веществ в березовом грибе, растущем на отдель но 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 разрубить 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 быстреего 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. При этом 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.