

O REISHI

HISTORIE

Podle starých čínských spisů se už před 4 000 lety užívala jako lék vzácná houba Ling Zhi, nazývaná i **Reishi** nebo latinsky **Ganoderma lucidum**. Ve volné přírodě roste houba reishi jen na odumřelých stromech s tvrdým dřevem. Často je třeba zkontrolovat až 100 000 starých stromů, aby se našlo pár hub.

V medicíně se používá asi 4000 let a v antické Číně ji zařadili jako cennější než ginseng (žen šen).

Téměř vše, co se tehdy vědělo a popsalo o účincích reishi, bylo současnými vědeckými studiemi exaktně změřené, dokázané a potvrzené.

Fascinující je, že tato houba nám dokáže pomoci zůstat zdravými a vůbec neonemocnět. Ten, kdo stále užívá houbu reishi, žije dlouho a spokojeně a udržuje si svou ideální váhu – říká čínská medicína.

V dnešní době má preventivní medicína stále větší význam a tam má houba reishi nezastupitelnou roli.

Pomocí reishi můžeme zvýšit naši vitalitu, posílit srdce proti vlivům stresu, zodolnit náš imunitní systém proti krizovým stavům, zvýšit naši výkonnost a do krve přivést více kyslíku – a to všechno bez vedlejších účinků.

Mějte stále před očima: Když jsme zdraví, je to překrásné. Pro udržení tohoto stavu však musíme hodně vykonat. Náš organismus - zvláště v dnešní době - je vystaven tolika nebezpečím a útokům, že je třeba ho chránit a doplňovat jeho odolnost. Není možné to ale dělat chemickými léky. Ty mají v medicíně jinou úlohu. Za aktivity udržující zdraví a za prevenci před onemocněním jsou zodpovědné síly přírody a takovouto silou houba reishi je – využijme ji.

TAJEMSTVÍ HOUBY

Klasická terapie rakoviny znala po celá desetiletí tři kroky osvobození pacienta od nemocných buněk – jmenovitě chirurgický zásah, chemoterapii a ozařování. Od jistého času se stále více opírá i o čtvrtý opěrný sloup. Rozumíme jím substance, které podporují pozitivní reakce organismu, potlačují nebo se dokonce pokoušejí zároveň odstavit jeho negativní reakce. Zatímco v západní medicíně se tyto substance nasazují ke snížení škodlivosti, v oblasti dalekého východu mají charakter prevence.

Zatímco lidové léčitelství na houby v podstatě zapomnělo, opakuje se stále jejich používání v oblasti vědy. Tak v r. 1928 Alexander Fleming objevením plísně, penicillum notatum, zachránil miliónům lidí život. Použití hub v západní medicíně je ohlédnutím se na vlastní zapomenuté cesty.

SLOŽENÍ

Co je houba reishi z pohledu farmakologa?

Houba reishi je vysoce účinným rostlinným preparátem, který díky látkám v něm obsaženým, zvláště polysacharidům, triterpénům a organickému germániu zjevně velmi silně působí na imunitní systém.

Jak dlouho se doporučuje užívání?

Nejlepší je užívat preparáty s houbou reishi denně a na trvalo. V známé knize léčiv „Shen Long Ben Tsao“ z doby před 2000 lety, byly všechny známé byliny – v té době jich bylo 365 – zařazené do třech tříd – „vysoce ceněné, neutrální a méně ceněné“. Méně ceněné se používaly na léčbu akutních nemocí. Pro dlouhodobé používání se ukázaly jako nevhodné, protože vykazovaly příliš silné vedlejší účinky. Nasazovaly se při horečkách, infekcích apod. Sem patří i projímadla, upokojující prostředky a přírodní antibiotika.

Do neutrální třídy patřily ty, které měly příznivý vliv na krevní oběh, na trávení a na vylučování a ty, které jsou schopny posílit životní energii těla. V důsledku vedlejších účinků však ani tyto nebylo možno užívat dlouhodobě.

Do skupiny vysoce ceněných, nazývaných i „byliny Boha“ patří všechny léčivé prostředky, které jsou bohaté na výživné látky, které posilují tělo, které nejsou jedovaté, nevykazují žádné vedlejší účinky - a proto je možné je užívat pravidelně i dlouhou dobu bez vytvoření návykovosti. Jsou vhodné na stabilizování rovnováhy Yin a Yang. Do této skupiny patří žen šen a reishi, přičemž ale reishi byla mezi všemi ostatními rostlinami této třídy postavena na první místo jako „**královna léčivých rostlin**“.

Je tedy reishi trvalou podporou imunitního systému?

Reishi stimuluje všechny pochody realizované přes enzymy, např. dýchání, trávení, získávání energie. Dužina houby obsahuje uhlohydráty, aminokyseliny, tuky, vitamíny, alkaloidy, adenosin a minerály jako hořčík, vápník, zinek, mangan, železo, měď a germánium.

Reishi je biologickou bombou velké síly s nadbytkem léčivých substancí.

Ještě zdaleka nejsou všechny účinné látky analyzované, s většinou z nich však už byly uskutečněny klinické zkoušky a některé se ukázaly jako vysoce účinné. Mimořádně aktivní jsou zvláště polysacharidy a triterpény. **Polysacharidy** vyvolávají v imunitním systému zvýšenou aktivitu makrofág – požírajících buněk – u nich byl vícekrát prokázán účinek tlumení nádorů a stabilizace imunity. Reishi disponuje jedněmi z nejučinnějších bioaktivních polysacharidů, které se dosud podařilo najít v léčivých rostlinách.

Triterpény mají účinky snižující tlak krve a antialergické účinky.

Adenosin tlumí zhluk krevních destiček, působí na rozšíření periférních cév a všeobecně na vegetativní nervový systém, který je spoluodpovědný za léčivý a preventivní účinek reishi při migréně a při poruchách prokrvení koronárních a periférních cév.

Organické germánium působí při vylučování těžkých kovů a ostatních jedů z těla, stabilizuje imunitní systém a podporuje tvorbu látek v těle, které tlumí viry v těle člověka, dále podporuje zásobování buněk kyslíkem. Reishi obsahuje 4 krát silnější germánium než žen šen. Houbou reishi se už před 4000 lety léčili jen císaři, protože se vyskytovala jen vzácně a byla velmi drahá. V současnosti je o ni tak velký zájem, že se začala pěstovat v přísně stanovených podmínkách i ve sklenicích, simulujících prostředí pralesů staré Číny. Díky tomu se dnes můžeme léčit stejným způsobem jako kdysi bohem vyvolení císaři.

HUBNUTÍ S REISHI

Dnes je na Východě velmi populární využívat účinky houby reishi pro udržení ideální hmotnosti.

VYUŽITÍ

Reishi se osvědčuje jako podpůrně účinná při prevenci a terapii v následujících onemocněních:

alergie, angina pectoris, stavy strachu, nechutenství, artritida, astma, záněty slinivky břišní, vysoký tlak, bronchitida, chronický diabetes, ztučnělá játra a jaterní záněty, záněty kloubů, onemocnění srdečně koronárních cév, hepatitida, hemeroidy, poruchy rytmu srdce, infarkt srdce – prevence, HIV (prevence), prevence mrtvice, antioxidant, impotence, imunitní systém, rakovina - i na prevenci a doléčení, vředy žaludku, syndrom menopauzy, záněty ledvin, nervová slabost, revma, nespavost, trombózy (prevence), lepší zásobování organismu kyslíkem, regulace enzymatických procesů, kladně působí na dýchání, trávení, na zápal plic, chrání před ionizujícím zářením, předchází arteroskleróze, působí proti bolesti a tlaku v hrudi, při pocitu chladu končetin, svalové dystrofii, mizí pigmentové skvrny, tkanivo je pružnější, rozšíření žil je zřídkaější, snižuje hladinu triglyceridů.

POMOC PŘI MNOHÝCH POTÍŽÍCH

Vědecký svět Západu má jiná kritéria pro prokazování účinnosti preparátů než Východ. Na Západě jsou platné exaktní klinické studie, na Východě stačí jako důkaz, že reishi za posledních 4000 let pomohla miliónům lidí. Jediným problémem je, že se tato pomoc písemně nezdokumentovala. Na mnohých klinikách v Asii se dnes provádí studie na dokladování účinků reishi. Oblasti použití jsou však tak rozsáhlé, že potrvá více let než se nákladné zkoušky budou moci využít.

I něco, co v přísné vědecké koncepci ještě nezaujalo svoje místo, může mít pozitivní účinky.

Připomeňme si dobu před dvaceti lety, kdy se akupunktura považovala za diskutabilní metodu a dnes i promovani lékaři z Německa či Rakouska odchází na několik semestrů do Číny, aby se naučili léčit jehlami.

Srdečně-cévní systém

Účinek reishi na srdečně-cévní systém byl nejdříve ověřen a prokázán na zvířatech. Čínští lékaři zjistili, že u zvířat se srdečním záchvatem se jejich stav po podání výtazku z reishi injekčně rychle normalizoval. Lék totiž zlepšil funkci vnitřního svalu srdce, zvýšil průtok krve a snížil spotřebu kyslíku srdečního svalu. Tyto poznatky potvrdili i japonští vědci, navíc ještě zjistili významné snížení vysokého tlaku v krvi, útlum srážlivosti krve a snížení cholesterolu. Jedna z velkých studií vlivu houby reishi na srdečně-cévní systém se uskutečnila v Číně paralelně na sedmi klinikách. U 68% pacientů, kterým byla v trvání od jednoho do čtyř měsíců podávána reishi, došlo ke snížení hodnot cholesterolu. 90 ze sledovaných pacientů trpělo minimálně rok i onemocněním srdečně věnčitých cév. Probíhající vyšetření EKG prokázalo výrazné zlepšení stavu u 82% z nich. Bolesti na hrudi se snížily u 84,5 %, únava zmizela u 77,8 % a pocit chladných končetin klesl u 72,9% pacientů.

Onemocnění srdce a oběhu krve

Už v druhém tisíciletí před našim letopočtem podávali učenci reishi lidem, kteří si stěžovali na tlak na hrudi. Reishi je schopna osvobodit srdce od tlaku. Předchází arterioskleróze, preventivně chrání před infarktem a před mrtvicí, reguluje tlak krve, snižuje zvýšené hodnoty triglyceridů, tlumí srážlivost krve a tím snižuje nebezpečí vzniku trombóz, snižuje hladinu cholesterolu, zmírňuje poruchy srdečního rytmu.

Někteří výzkumníci informují o fascinující a udivující „biologické inteligenci“ – účinek reishi se mění podle zdravotního stavu. Zdá se, že reishi „rozpozná“ potřebu organismu v určité situaci. Čím horší je zdravotní stav, tím silněji účinkuje.

Arterioskleróza

Díky špatným stravovacím návykům - především velkému množství živočišných tuků, nedostatku pohybu, díky nadváze, stresu, alkoholu a nikotinu u současné populace artérie tvrdnou a stávají se křehkými, usazeniny v cévách brání proudění krve, vzniká arterioskleróza. Ta dramaticky zvyšuje riziko infarktu srdce a mozkové mrtvice. Infarkt srdce vznikne, když sraženina krve ucpe některou žilku v systému věnčitých cév srdce a tím dojde k odumření příslušné části srdečního svalu, při mrtvici je postižený mozek. Na tato onemocnění zemře v průmyslových krajinách každý druhý pacient.

V rámci výzkumů čínští vědci zjistili významné zlepšení stavu pacientů po podávání reishi při těchto symptomech:

- poruchy srdečního rytmu – zlepšení u 60% pacientů
- krátké dýchání – zlepšení u 72,5% pacientů
- angína pectoris – zlepšení u 84,4% pacientů
- pocit tlaku na hrudi – zlepšení u 90,4% pacientů
- bolesti a závratě hlavy – zlepšení u 86,7% pacientů
- pocit chladu – zlepšení u 73,9% pacientů
- poruchy spánku – zlepšení u 77,8% pacientů
- únava – zlepšení u 77,8% pacientů

Za pozoruhodné zlepšení jsou podle expertů zodpovědné triterpény, které byly v reishi zjištěné a dokázané ve více než 100 různých druzích.

Tlak krve

Podle Světové zdravotnické organizace WHO se systolický tlak nad 139 a diastolický nad 89 považuje za vysoký, systolický tlak 100 se považuje za nízký. Početné klinické studie sloužily na výzkum účinků reishi. Na klinice v Tokiu byla reishi použita na léčení 55 pacientů s vysokým tlakem. Denně dostali 6 tablet s 240 mg výtažku reishi. Za méně než 6 měsíců se u pacientů nejen stabilizoval tlak, ale významně se snížila i hladina cholesterolu.

Cholesterol

Vysoké hodnoty cholesterolu zatěžují srdce, v důsledku zahušťování krve. Výzkumy na klinice v Tianjin v Číně potvrdily: u 70% postihnutých pacientů se zvýšená hladina cholesterolu v průběhu 3 měsíců normalizovala. Za pozoruhodné lze označit zvýšení hodnot dobrého cholesterolu a snížení hodnot zlého cholesterolu.

Plic

Pozoruhodné jsou i výsledky při onemocněních plic. Jedna z klinických studií, vykonaných v Číně už v 70 tých letech na více než 2000 pacientech trpících chronickou bronchitidou, zkoumala účinek podávání reishi. V průběhu dvou týdnů se u 60 až 90% pacientů dostavilo výrazné zlepšení a vrátila se jim ztracená chuť k jídlu.

Pomoc při úbytku svalové hmoty

I při myotonické dystrofii, při které dochází k pomalému, ale trvalému úbytku svalstva, se zjistilo značné zmenšení příznaků. Mnohým pacientům se posílilo svalstvo, normalizovaly se u nich stavy spánku a příjmu potravy a v průběhu dvou týdnů se zvýšila jejich hmotnost. V několika vědecky přesně zdokumentovaných případech se choroba zastavila.

REISHI A RAKOVINA

Studie na myších, které vykonal národní ústav pro výzkum rakoviny v Tokiu, poskytly mnoho nadějných výsledků. 50% zhoubných nádorů úplně zmizelo po 10 denním léčení velkými dávkami výtažku reishi (200mg/kg/den). Menší dávky zabrzdlily růst nádoru u 100% pokusných zvířat. Nebyly pozorované žádné jedovaté vedlejší účinky. Vědci z Japonska, Číny a Korei si kladli otázku, zda se výsledky při pokusech na zvířatech potvrdí i u lidí. Nejznámější specialista v této oblasti - **Dr. Fukumi Morishige** - zkoumá v dlouhodobých studiích už 30 let účinek reishi na pacienty s rakovinným onemocněním. Na základě těchto výzkumů byla reishi v Japonsku vládou oficiálně uznaná jako léčebný prostředek. I když v jednotlivých případech šlo o úplné vyléčení zhoubných rakovinných onemocnění, nesmíme reishi považovat za zázračný prostředek proti rakovině. Doporučuje se však její použití jako doplňující lék k používané léčbě rakoviny jako je chemoterapie nebo ozařování. Reishi se výborně uplatnila v prevenci rakoviny – výsledky jsou povzbuzující. Dr. Morishige je známý lékař a chirurg, člen renomovaného ústavu pro vědu a medicínu Linusa Paulina v USA. V rámci této činnosti byl konfrontován s mnoha nevléčitelnými pacienty. Setkání s jednou pacientkou údajně úplně změnilo jeho zájem o výzkum houby reishi a práci v něm.

„V červnu 1986 ke mně přišla 39 letá žena s plicní rakovinou a metastázemi v prsou. Několik nemocnic ji odmítlo operovat, byla propuštěna jako nevléčitelný případ. Manžel jí doma podával čaj z reishi. Už i dříve jsem od pacientů slyšel o pozitivním účinku houby reishi“, zdůrazňuje Dr. Morishige. „Ale jsem lékař,

skromný efekt v některých chronických onemocněních považují za možný, ale v případě rakoviny - to se mi zdálo velmi přehnané“. Při vyšetření pacientky po 6 měsících byl více než překvapený. Otok v prsou úplně zmizel. „Rentgenový snímek ukázal podstatně lepší situaci než ještě před 6 týdny, i když nádor tam ještě byl, aspoň nenarostl. Pacientka nebyla léčena jiným způsobem. Užívala jen denně reishi ve vysoké dávce - cca 4 gramy.“

Zájem Dr. Morishigeho vzbudil i jiný případ. **5 letý chlapec od svého narození trpěl na rakovinu jater.** Ošetřující lékař posoudil jeho stav jako beznadějný a přerušil jeho léčbu. Chlapci po propuštění doma rodiče dávali reishi. „Chlapec ke mně přišel jako 9 letý, nezjistil jsem u něho žádný chorobný obraz.“ Kromě reishi nebyl nijak léčen. „Je jasné“, pokračuje Dr. Morishige, „že reishi si zaslouhuje další zkoumání.“ Od těchto spíše náhodných setkání s léčivou silou houby Dr. Morishige ve spolupráci s vědci ošetřoval dlouhé období několik stovek pacientů. Obzvláště účinným se prokazatelně jeví léčba klasické medicíny spolu s reishi a vitamínem C. Vyléčení jen pomocí reishi je nepravděpodobné a není zodpovědným řešením, skutečností však zůstává, že v mezíchase jí bylo úspěšně léčeno hodně pacientů.

Vliv reishi na organismus napadnutý rakovinou:

- působí proti nádorům a stimuluje imunitní systém
- posiluje tělu vlastní obranné mechanismy
- má příznivý vliv na zdraví prostaty
- zmenšuje nebezpečí nákaz
- působí jako prodlužovač života
- zmenšuje vedlejší účinky chemoterapie a ozařování jako únavu, ztrátu chuti k jídlu a vypadávání vlasů
- působí jako zmírňovač bolesti
- podporuje regeneraci, zlepšuje fyzický stav
- zmenšuje nebezpečí tvorby metastáz
- zvyšuje kvalitu života
- působí jako prevence před onemocněním rakovinou

Jak reishi působí?

Polysacharidy reishi zvyšují buněčnou aktivitu imunitního systému, který chrání tělo především před bakteriemi a viry. Aktivují buňky T, tzv. mikrofágy - „žravé buňky“, jejichž úlohou je zničit rakovinné buňky.

Dávkování

Většinu pacientů s rakovinou se podává 2 až 10 gramů výtažku reishi, v mimořádně těžkých případech byla dávka zvýšena na 20 gramů. K tomu se podává 6 až 12 gramů vitamínu C, rozdělených do několika užití přes den. Preventivně jsou účinné už i nepatrné dávky.

Prevence před rakovinou

Dr. Morishige je přesvědčený, že v současnosti je nejlepší metodou prevence užívání reishi. Protože karcinomy se v raném stadiu diagnostikují velmi těžko, je podle něj prevence lepší než léčba. Jelikož výtažek reishi nemá žádné škodlivé vedlejší účinky, mohou a měli by ho užívat profylakticky i zdraví lidé.

JEDNOTLIVÉ PŘÍPADY DR. MORISHIGE:

Pacient s mozkovým nádorem přišel k vědomí po 2 měsících

70 letý muž ztratil vědomí na základě 5 cm mozkového nádoru. Operace nebyla úspěšná. Po podávání reishi v dávkách 6 gramů denně bylo možné pozorovat zmenšení nádoru na 1 cm, pacientovi se vrátila paměť, mohl být propuštěný z nemocnice a žít se svojí rodinou.

Pacientka s rakovinou prsu byla vyléčena

Pacientce se vytvořily v těle metastázy, takže se nemohla pohybovat od hlavy dolů, měla nesnesitelné bolesti. Podáváním extrémně vysoké dávky reishi (9 až 20 gramů) byla v průběhu 2 měsíců zbavena všech bolestí. Jakmile začala znovu chodit, byla propuštěna z nemocnice.

Rakovina žaludku, která napadla už i játra, ustoupila za 6 měsíců

Když nádor po léčbě užíváním reishi dosahoval už jen 1 cm, tak si odborník na počítačovou tomografii nejdříve myslel, že muselo dojít k chybě při záběru. Pacient se zotavil a jeho zdravotní stav se výrazně zlepšil.

Pacient, který onemocněl na rakovinu slinivky břišní, může opět chodit

60 letý muž byl ve špatném stavu a podle nálezu měl žít už jen krátký čas. Denně mu bylo podáváno 9 gramů reishi a 30 gramů vitamínu C. Pacient se brzy zotavil a různá vyšetření byla bez nálezu. Mohl odejít domů a pokračuje v léčbě dále 5 gramy denně.

<http://www.subotic.sk/root/?w=reisha>