

GRZYB REISHI - KULTURA ORIENTU

dr n. med. Adam Kwieciński

OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA

Grzyba Reishi występuje w różnych odmianach (czerwony, fioletowy, niebieski, żółty, czarny i biały), z których za najcenniejszy pod względem terapeutycznym uważana jest odmiana czerwona. Na powierzchni grzyba znajdują się białawe pory, które w miarę starzenia się osobnika zmieniają barwę na brunatno-brązową.

Trzon ma postać powyginanej, lśniącej, czerwonej rurki, wielkości od 50 – 120 x 10-20mm. Występują również osobniki nie posiadające trzonu, w których kapelusz przyrośnięty jest bezpośrednio do podłoża.

Zarodniki grzyba Reishi mają wielkość 7-11 x 6-7µm, są owalnego kształtu, żółtobrązowej barwy i są one najbardziej aktywną farmakologicznie częścią grzyba. Wykazują około 75-krotnie wyższą aktywność w stosunku do owocników.

Ganoderma występuje w szczególności na martwych konarach drzew liściastych. Grzyb Reishi w przyrodzie występuje stosunkowo rzadko, w naturze można go spotkać w Azji, Ameryce Południowej, Europie oraz Ameryce Północnej. Współcześnie grzyb ten jest hodowany i wykorzystywany w celach leczniczych.

BUDOWA CHEMICZNA ZWIĄZKÓW FARMAKOLOGICZNIE AKTYWNYCH

Najistotniejszą rolę pod względem właściwości farmakologicznych odgrywiają polisacharydy. Występują przede wszystkim w postaci beta-D-glukanów związanych z aminokwasami.

Wykazują one silne działanie przeciwnowotworowe zwiększają poziom interferonu, który w konsekwencji podnosi odporność organizmu, niszczą wolne rodniki, wspomagają wytwarzanie komórek typu B produkujących przeciwciała, przyczyniają się również do zwiększenia ilości makrofagów, które wspomagają działanie leukocytów, wpływają na usprawnienie syntezy DNA i RNA, białek w wątrobie, szpiku kostnym i krwi.

Część cukrowa tych związków składa się z glukozy, galaktozy, mannozy, można odnaleźć w nich również śladowe ilości ksylozy i fukozy, komponenta białkowa natomiast zawiera w swoim składzie ok. 17 typów różnych aminokwasów.

Kolejną substancją farmakologicznie czynną zawartą w Reishi są triterpeny, typu lanostanu, inaczej zwane kwasami ganoderenowymi m.in. kwas ganosporowy A. **Triterpeny wykazują działanie obniżające poziom cholesterolu we krwi, zmniejszają produkcję enzymu, biorącego udział w wytwarzaniu angiotensyny, w konsekwencji, czego, zmniejszają skurcz naczyń krwionośnych. Kwas ganoderenowy wykazuje silne działanie przeciwbólowe, uspokajające, detoksykacyjne.**

W grzybach Reishi występują również takie składniki jak: adenozyńa, która zmniejsza lepkość krwi, usprawniając krwioobieg, a tym samym poprawiając zaopatrzenie serca i mózgu w tlen, a także sterole oraz wolny kwas oleinowy.

WYKORZYSTANIE GRZYBÓW REISHI W LECZENIU I PROFILAKTYCE

Choroby nowotworowe

Grzyby Reishi mogą zwiastować nadejście nowej ery w profilaktyce i leczeniu raka. Przeciwnowotworowe działanie Ganodermy zawdzięczamy zawartym w jego składzie polisacharydom. Są one zbudowane z milionów atomów, co sprawia, iż są trudno przyswajalne przez organizm człowieka. Dzięki zastosowaniu witaminy C można obniżyć ich poziom, ułatwiając tym samym ich asymilację. Polisacharydy ulegają przekształceniu w oligoglukany o niskiej liczbie molekularnej, a tym samym łatwiej przyswajalności, pobudzają one działanie makrofagów, będących nieodłącznym składnikiem układu odpornościowego w znaczącym stopniu wzmagając jego właściwości obronne.

Makrofagi w przeciwieństwie do krwinek białych wykazujące ograniczone działanie w przypadku chorób przewlekłych lub złośliwych, są w stanie zniszczyć wszelkie czynniki patogenne w tym również komórki nowotworowe.

Stosowanie preparatów z Ganoderma lucidum wykazało pozytywne wyniki w leczeniu wielu nowotworów m.in.:

- **guz mózgu 5cm** (znaczące zmniejszenie wielkości guza, odzyskanie przytomności, odzyskanie pamięci),
- **rak płuca** będący przerzutem po operacyjnym usunięciu nowotworu piersi (całkowity zanik komórek nowotworowych w płucu po 6-cio miesięcznej kuracji),
- **rak piersi z przerzutami do kości** (zdecydowana poprawa jakości życia, powrót do samodzielnego funkcjonowania),
- **rak odbytnicy z przerzutami na wątrobę** (zmniejszenie guza, poprawa ogólnego stanu zdrowia),
- **rak trzustki** (stosowanie esencji Ganoderma lucidum w połączeniu z witaminą C – całkowity powrót do zdrowia).

Grzyby Reishi wykazując działanie przeciwnowotworowe i stymulujące układ odpornościowy w znaczącym stopniu poprawiają jakość życia osobom cierpiącym na choroby nowotworowe. Zmniejsza objawy choroby, w wielu przypadkach prowadząc do całkowitego wyzdrowienia, a tym samym przedłużenia życia. Jednocześnie preparaty w skład których wchodzi Ganoderma nie wykazują uporczywych skutków ubocznych charakterystycznych dla takich metod leczenia jak radio- i chemioterapia.

Schorzenia sercowo-naczyniowe

Grzyb Ganoderma zwiększa dotlenienie mięśnia sercowego, poprzez rozszerzenie tętnic wieńcowych i wzrost przepływu krwi. W znacznym stopniu obniża zarówno skurczowe, jak i rozkurczowe ciśnienie krwi o około 20%. Likwiduje bóle w klatce piersiowej, duszności, zaburzenia rytmu serca, korzystnie wpływa na krążenie

obwodowe, obniża poziom cholesterolu i trójglicerydów. Właściwości hipotensyjne grzyba Reishi zawdzięczamy obecnym w jego składzie triterpenom, są one swoistymi inhibitorami enzymu konwertazy angiotensyny, które przekształcają angiotensynę I (AT I) w angiotensynę II (ATII) i zmniejszają jej ilość we krwi. Angiotensyna II podnosi ciśnienie krwi, zmniejszenie jej ilości wpływa na obniżenie ciśnienia krwi.

Istotnym aspektem dotyczącym obniżania ciśnienia jest to, iż grzyb ten działanie to wykazuje tylko w przypadku, gdy ciśnienie krwi jest znacząco podwyższone, nie wykazuje natomiast działania hipotensyjnego, jeżeli ciśnienie jest w granicach normy bądź niższe.

Reishi wykazuje również zdolność obniżenia poziomu cholesterolu i triglicerydów, które stanowią główne czynniki rozwoju chorób sercowo- naczyniowych. W trakcie stosowania preparatów *Ganoderma lucidum* dochodzi do znacznej redukcji frakcji LDL cholesterolu, oraz do zwiększenia ilości frakcji HDL cholesterolu. Za właściwości te odpowiadają triterpeny.

Badania kliniczne potwierdzają, iż grzyby Reishi wpływają na obniżenie lepkości krwi tym samym zapobiegając tworzeniu się skrzepów. Dzieje się tak gdyż dochodzi do zmniejszenia agregacji płytek krwi. Czynnikiem odgrywającym decydującą rolę w tym procesie jest adenozyne, będąca jednym z czynników farmakologicznie czynnych zawartych w grzybach Reishi.

Takie właściwości *Ganodermy* wpływają na zmniejszenie ryzyka zachorowań na tętniaki, wylewy krwi do mózgu, oraz niektóre choroby serca.

Układ immunologiczny

Reishi wykazuje właściwości immunostymulujące i immunomodulujące.

Zawarte w nim składniki wpływają na zwiększenie produkcji i aktywności limfocytów, cytokin, oraz makrofagów. Zwiększenie aktywności makrofagów wpływa na niszczenie wszelakich patogenów takich jak bakterie, wirusy, drożdże, czy też komórki nowotworowe, ale również ułatwia usuwanie z organizmu szkodliwych związków toksycznych i końcowych produktów przemiany materii, stanowi tym samym tarczę obronną organizmu. Zwiększenie aktywności makrofagów powoduje uwolnienie cytokin, które odpowiadają za kontrolę procesów zapalnych i stymulują pracę układu odpornościowego.

Jedną z wymienianych już substancji czynnych farmakologicznie zawartych w Reishi jest kwas ganoderenowy, który już w niewielkich dawkach wpływa na zmniejszenie replikacji wirusa HIV o 50%.

Współczesna medycyna coraz więcej uwagi poświęca chorobie cywilizacyjnej XX wieku, jaką jest alergia.

***Ganoderma* wykazuje działanie przeciwhistmiowe w obrębie alergii o różnych etiologiach. Zmniejsza reakcją alergiczną w astmie oskrzelowej, alergiach skórnych, alergii na leki.**

REAKCJE PO ZAŻYCIU GRZYBA

Po zażyciu preparatu *Ganoderma lucidum* pacjenci mogą odczuwać zawroty głowy, suchość w jamie ustnej, przełyku, może dochodzić do wysuszenia śluzówki nosa, zaburzeń ze strony przewodu pokarmowego, luźnych stolców, skórnych reakcji alergicznych. Objawy te występują zwykle w początkowej fazie stosowania preparatu.

PODSUMOWANIE

Grzyb *Ganoderma lucidum* (pol. Lakownica lśniąca) zwany także Reishi jest jednym ze skarbów tradycyjnej medycyny chińskiej. Współczesne badania udowodniły, że zawarte w nim składniki wykazują dobroczynny wpływ na utrzymanie równowagi w organizmie i przedłużenie życia. Wykazuje on szerokie zastosowanie wspierające siły witalne i chroniące źródło ich powstawania. Reishi stymuluje pracę układu immunologicznego.

Różnica pomiędzy działaniem *Ganodermy*, a leków lub suplementów dietetycznych polega na tym, iż nie skupia on swoich właściwości leczniczych na konkretnym schorzeniu, ale pomaga regulować pracę całego organizmu, zapewniając prawidłowe funkcjonowanie organów wewnętrznych.

Obecnie Reishi w Chinach uznawany jest za lekarstwo i znajduje się na urzędowej liście leków. Miejmy nadzieje, że w niedalekiej przyszłości stanie się on fundamentem medycyny naturalnej w niedocenianej go dotychczas reszcie świata.

Dr n. med. Adam Kwieciński – lekarz, farmakolog, biolog medyczny, wykładowca na Uniwersytecie Przyrodniczym w Poznaniu, toksykolog, współpracuje z Katedrą Farmacji Stosowanej przy Śląskim Uniwersytecie Medycznym. Od 2000 roku zajmuje się badaniem grzybów leczniczych.. W 2004 roku wydał książkę „Reishi- nadzieja współczesnej medycyny”, zawierając w niej zbiór faktów naukowych, fachowej literatury z całego świata oraz badań klinicznych dotyczących grzyba Reishi. Prowadzi wykłady na międzynarodowych sympozjach na temat własności medycznych Reishi.

