

Jej liečebné účinky sprostredkúva niekoľko obsahových látok. Reishi vytvára skupinu látok - **triterpénov** (názov odvodený od každému známeho terpentínu), organických zlúčenín, ktoré patria medzi základné stavebné kamene každého živého tvora. Vznikajú z nich steroidné hormóny a patrí medzi ne napr. aj vitamín A. Sú základnou zložkou esenciálnych olejov pridávaných do potravín, do parfumov, či využívaných v aromaterapii. Niektoré z nich sú súčasťou liekov podporujúcich vykašliavanie pri akútnych a chronických ochoreniach dýchacích ciest. Chemickou modifikáciou triterpénov vznikajú triterpenoidy a z nich sú odvodené **ganoderové kyseliny**. Najznámejšie z nich, ganoderová kyselina A a B majú množstvo biologických účinkov, medzi ktoré patrí napr. hepatoprotektívny efekt (ochranný účinok na pečeň), protinádorový efekt (priamy toxický vplyv na nádorové bunky) a potláčajú aktivitu 5-alfa reduktázy (znižujú hladinu hormónov – androgénov v prostate) čím významne pôsobia v prevencii rakoviny prostaty. Znižujú hladinu cholesterolu a krvného tlaku.

Podobné ako iné huby je aj Reishi bohatá na **polysacharidy**, ktoré tvoria vyše 57 % sušiny. Sú zložené z molekúl glukózy vzájomne pospájaných do rôzne dlhých reťazcov pomocou β -glykozidovej väzby (odtiaľ názov „beta-glukány“). Výskum priniesol poznatky o tom, že najaktívnejšími formami s vyššou biologickou aktivitou sú nerozpustné tzv. (1,3/1,6) β -glukány v porovnaní s rozpustnými (1,3/1,4) β -glukánmi (sú základom niektorých doplnkov na posilňovanie imunity na báze pekárenského droždia. (Ops, takže nie je beta-glukán ako beta-glukán). Na „voľné“ miesta v reťazcoch môžu byť navyše naviazané ďalšie proteíny (napr. Protein-8 s protialergickým a imunostimulačným účinkom, čím sa ich aktivita ešte zvyšuje. V tradičnej čínskej medicíne sa Reishi používa v rámci Fu Zheng liečby, ktorá sa považuje za ekvivalent západnej imunologickej liečby. V medicíne sú totiž beta-glukány známe ako „modifikátory biologickej odpovede“ pre svoju schopnosť aktivovať činnosť imunitného systému. Imunológovia z Univerzity v Louisville zistili, že beta-glukány sa viažu na povrch imunitných buniek, ktoré sú súčasťou vrodenej imunity na špecifickom mieste tzv. CR3 receptore, čo umožňuje imunitným bunkám rozoznávať „cudzie“ od „vlastného“ (jedna zo základných funkcií imunity – vlastné tolerovať) a cudzie „ničiť“, je narušená pri chorobách z autoimunity). Štúdie naznačujú, že majú významné protinádorové účinky, pôsobia proti vzniku metastáz, zvyšujú účinnosť chemoterapie, v spojení s ňou predlžujú pacientom život a môžu potláčať nežiadúce účinky onkologickej liečby na tvorbu krviniek. Niekoľko kontrolovaných štúdií z konca 90-tych rokov 20. storočia porovnávajúcich ich účinok s placebo (neúčinnou látkou), potvrdzuje ich preventívne pôsobenie proti infekciám. Štúdie na zvieratách aj na ľuďoch potvrdzujú podporu hojenia rán, potláčanie tvorby a uvoľňovania zápalových látok pri artritíde či molekúl podmieňujúcich klinické prejavy alergickej nádchy. Užívanie beta-glukánov môže znižovať hladinu cholesterolu a „zlých“ tukov, čím pôsobí preventívne proti srdcovo-cievnym chorobám. Spolupodieľajú sa na modulácii črevnej sliznicovej imunity a môže z nich profitovať aj pacienti so zápchou. K ďalším zložkám patrí **lanostan** s protialergickým účinkom, **manitol** s účinkom pri opuchoch, **polyfenoly** s antioxidačnými vlastnosťami, **kumaríny**, **proteíny**, **laktóny**, **vitamíny skupiny B a C**, **meď**, **zinok**, **mangán**, **draslík**, **horčík**...

Liečebných možností využitia Reishi je nespočetne veľa. Dominantnými, sú ale **poruchy imunity** (alergie, astma, autoimunitné ochorenia) a **rakovina**.

Hoci presný protinádorový účinok nie je známy, ponúka sa hneď niekoľko možností ovplyvnenie rôznych vývojových štádií rakoviny: potláča tvorbu nových ciev (tie si vytvára nádor pre svoju vlastnú výživu), pôsobí toxicky na nádorové bunky a navodzuje ich apoptózu (programova-

nú bunkovú smrť), potláča tvorbu metastáz a aktivuje protinádorovú imunitu chorého pacienta. Tieto účinky ešte podporuje jej antioxidačný účinok. Možnosti využitia týchto účinkov v doplnkovej liečbe nachádzame u pacientov s rakovinou rôznych orgánov – prostaty, hrubého čreva, prsníka, pľúc a mnohých ďalších, leukémií, lymfómov a mnohopočetného myelómu.

Reishi potláča zhlukovanie krvných doštičiek (a tým **tvorbu zrazenín**), **znižuje krvný tlak** (napodobuje účinok liekov zo skupiny ACE-inhibítorov), **hladinu cukru** u cukrovky 2. typu a cholesterolu v krvi. **Pomáha pečeni** zotaviť sa po vírusových infekciách, po poškodení vplyvom toxických látok a liekov, môže byť doplnkom liečby **chronických zápalov** pečene, obličiek, kĺbov, dutín a priedušiek.

Má priamy **protivírusový** účinok na herpetické vírusy a vírus chrípky, zabíja kvasinky a škodiacie črevné baktérie a pôvodcov zápalov močových ciest ako sú napr. E. coli.

Patrí medzi najčastejšie odporúčané doplnky pri vyčerpanosti, nespavosti a ako súčasť očistných kúr.

Už viete, prečo sa Reishi hovorí „huba nesmrteľnosti“? Pevne verím, že Vás tieto informácie zaujali. A možno ste práve našli doplnok pre riešenie vlastných zdravotných problémov, či ťažkostí Vašich blízkych a Vašich pacientov a dúfam, že sa už čoskoro na stránkach LR Magazínu podelíme s konkrétnymi výsledkami s každým, komu na jeho zdraví záleží.

Váš MUDr. Tomáš Kampe

infolinka Aloe Vera: +421 917 519 891
pondelok – piatok 15.00 – 20.00 hod.
email: tomas.kampe@lr-slovak.com

