



GYÓGYÍTÓ NAGYGOMBÁK

Takács Ferenc, gombaszakértő (kertészmérnök-tanár)
info@gyogynovenyturak.hu

MIKOTERÁPIA - gombával való gyógyítás

- Termeszthető
 - Gyűjthető
 - A gombák nem növények (fitoterápia)
 - Nem tartalmaznak klorofilt → KEMOSZINTÉZIS
 - Exoenzimeket állítanak elő
 - Sejtfal kitin
-
- 1929 Fleming – **PENICILIN** (Penicillium notatum)
 - Anyarozs (Claviceps purpurea)
*1596, 1649, 1736 – Fr.o., Oroszország
rozslis megmérgezése, 10 000 ember halála*

GÖRCSOLDÓSZER - Kína

A gombák 400 millió éve alakultak ki

- 30 000 éve ismeri az ember
- Erdei szömörcsög – köszvény, 1700-as évek
- Lepketapló – tüdővész
- Bükkfatapló – vérzéscsillapító
- Álszarvasgomba – potencianövelő
- Sárga gévagomba – krónikus hasmenés
- Gyűrűs tuskógomba – hashajtó
- Júdásfüle – szemgyulladás
- Légyölő galóca – daganatok, idegbaj

Kína a mikoterápia bölcsője

Szárított gombák
Vércukorszint csökkentés!

Leggyakrabban használt gyógygombák:

- Júdásfüle gomba
- Rezgógomba
- Shii-take
- Hasadtlemézű gomba
- Lepketapló
- Pecsétviaszgomba

3 kg gomba – 1000 kilokalória *(Változatosan elkészíthetők)*

Átlagos kalóriefogyasztás 3000 kcal
2000 – 2500 elegendő lenne

Gomba	28-45% fehérje
	84-90% emészthető
	10-12% szárazanyag
	88-90% víz

Anyagcserezavarok kezelése (köszvény) gombával

Vitaminbombák: *A, β karotin, B1, B2*

Ásványi anyagok: *Na, K, P, Fe*



Pleurotus ostreatus

Késői laskagomba

Hatásai: *daganatgátló, koleszterincsökkentő, véna erősítő, inak lazítása, lumbágónál fájdalom csillapító*



Agaricus sp.

Csiperke fajok

Súlycsökkentő, köszvényre, cukorbetegségekre, magas vérnyomásra, emésztést serkentő, beri-beri betegségekre, pellagra betegségekre, altesti vérzésekre, fogíny vérzésre, tejelválasztást serkentő



Fomes fomentarius

Bükkfatapló

Felhasználás: *Vérzéscsillapításra, hólyagbántalmakra, fájdalmas menstruációnál, aranyérre, gyomorbántalmaknál, nyelőcső- és méhráknál*



Polyporus umbellatus

Tüskegomba

Hatásai: vizelethajtó, lágyítja a bőrt, hasmenésre, sárgaságra,
baktériumölő



Armillariella mella

Gyűrűs tuskógomba

Hatásai: *antibakteriális, antimikotikus, lassítja a szívverést, nyugtató, görcsoldó*



Hericium coralloides

Petrezselyemgomba

Hatásai: *immunerősítő, daganatgátló, gyomorfekélyre, vastagbél-daganatra, gyomorhurut esetén, ideggyengeségre*



Auricularia auricula

Auricularia spp.

Júdásfüle gomba

Hatásai: *fizikai erő fokozására, méhvérzésre, hasfájásra, fejfájásra, immunerősítő, véralvadásgátló*



Grifola frondosa

Bokros gomba

Hatásai: koleszterin csökkentő, májvédő, cukorbeteg, tumorellenes, AIDS-re



Ganoderma lucidum

Pecsétviasz gomba

Hatásai: sárgaságra, vesegyulladásra, magas vérnyomásra, ízületi gyulladásra, álmatlanságra, bronchitisre, asztmára



Langermannia gigantea

Óriás pöfeteg

Hatásai: vérszegénységre, sömörre, emésztőszervek gyulladására, nemi vágy fékező, csalánkiütésre, vérzéscsillapító, mandula- és torokgyulladásra



Trametes versicolor

Lepketapló

Hatásai: *rosszindulatú tályogokra, erősítő, szőrtüszőgyulladásra, lábgombára, felső légúti hurutra, hepatitis - B ellen*



Coprinus comatus

Gyapjas tintagomba

Hatásai: *emésztést serkentő, eltávolítja a nyálkát, aranyér, daganatok, cukorbetegség ellen*



Lentinula edodes

Shii-take

Hatásai: „életelixír”, vér-aktivátor, meghűlés, kanyaró, tüdőgyulladás, gyomorfájás, fejfájás, gyengeség, feketehimlő, kígyómarás, gyomorfekély, köszvény, székrekedés, rövidlátás, allergia, aranyér, koleszterin



Tremella fuciformis

Rezgógomba

Hatásai: *spermium erősítő, vese-tüdőtevékenység fokozás, vízhajtó, gyomorerősítő, köhögés, láz, szívműködés, májvédő*

FERMENTÁLÁS!

Tisztázatlan etimológiai háttér
európai elnevezés a távolkeleten más fogalmat takar

Kōcha kinoko (jap.) = fermentált édes tea

Kombucha (jap.)

Kombucha (élesztő és baktériumtenyészet szimbiózisa)



Hatásai: vizelethajtó, érlemeszesedés, köszvény, bélrenyheség, kőelhajtás, méregtelenítő, fáradékonyság, magasvérnyomás, asztma, vesebaj, izomláz, fiatalító, rák ellen

Kombu tea
Laminaria japonica
(szátított tengeri alga)



Hatásai: zsírbontó,
ízfokozó

A gombák egy része ételként, teaként, porként, tinktúraként felhasználható, többnek termesztése is lehetséges.

Köszönöm a figyelmet!

További információ: info@gyogynovenyturak.hu