LISIČKE

TREPETLIKA

NAGELJNOVE ŽBICE



Vedno več ljudi v iskanju načinov zdravljenja in krepitve zdravja spreminja svoj način življenja in daje prednost naravnim prehrani in tudi naravnim zdravilom. Uporaba darov narave v namen zdravljenja se je iz uradne medicine s pojavom sinteznih zdravil umaknila v ljudsko medicino. Ta pojav je bil ponekod bolj, drugod manj izrazit (na primer v Nemčiji in Rusiji). Z razvojem znanstvenih pristopov k proučevanju farmakoloških vsebnosti in zdravilnega delovanja rastlin pa se rastline vračajo v uradno medicino. Mnoge med njimi je znanost namreč temeljito raziskala, tako s kemijskega kot tudi s kliničnega vidika, kar je omogočilo ustreznost kriterijem z dokazi podprte medicine in vključitvi v uradno medicino.

Znanost se v zadnjih letih še zlasti zanima za zdravilne gobe, ki imajo sicer večtisočletno tradicijo uporabe v azijskih državah, in raziskuje načine, kako povečati protitumorski odziv imunskih celic in preprečiti rakavim celicam, da ne uidejo nadzoru imunskega sistema. Ena izmed najpomembnejših lastnosti izvlečkov zdravilnih gob je namreč prav njihovo imunomodulatorno delovanje. Imunologija v povezavi z rakom je zelo pomembno področje v raziskavah vzrokov in zdravljenja raka. Znano je, da imajo rakave bolezni in njihovo zdravljenje z uveljavljenimi načini zdravljenja kot sta kemoterapija in radioterapija, tudi neugodne učinke na človeški imunski sistem.

Za znanstveno proučevanje in uporabo v medicini so najbolj zanimive gobe, ki sodijo v skupino gniloživk in zajedalk (čaga, reishi, šitake, agarikus, kordiceps, ostrigarji, ploskocevka – bolj znana kot turky tail, kukman itd…), ker jih lahko gojijo v laboratorijih in na umetnih gojiščih. Manj zanimive za znanstveno proučevanje v medicinske namene pa so gobe, ki rastejo izključno v naravnem okolju (lisička, tartuf, užitni goban ali jurček). Raziskave kažejo, da na primer lisičke delujejo tudi kot adaptogeni, imunostimulatorji in imunomodulatorji zaradi vsebnosti predvsem beljakovinsko vezanih polisaharidov, triterpenov (ki so po zgradbi podobni steroidnim hormonom) in germanija. Imunomodulatorji iz gob spadajo me lektine, terpenoide in polisaharide. Imunomodulatorji se danes vedno bolj uveljavljajo pri

zdravljenju raka, poleg kirurškega posega, radioterapije in kemoterapije.

O lisičkah, tartufih in jurčkih je v knjigi z naslovom *»Sodobna fitoterapija – Z dokazi podprta uporaba zdravilnih rastlin«,* ki jo je leta 2013 izdalo Slovensko farmacevtsko društvo, zapisano:

»Te gobe živijo v sožitju z rastlinami – pojav imenujemo mikoriza. Gre za dolgoživo povezavo med glivnim micelijem in koreninami rastlin. Glivni partner omogoči rastlini intenzivnejše sprejemanje hranilnih snovi in mineralov iz talne površine, saj zelo poveča površino njenih korenin, po drugi strani pa rastlina glivi posreduje ogljikove hidrate, vitamine in rastne dejavnike, ki uravnavajo njeno rast. Mikoriza vpliva na vitalnost rastlin ter jih ščiti pred staranjem in patogeni, obema partnerjema pa omogoči pospešeno rast in razvoj. Zdravje mnogih gozdov je neposredno povezano s prisotnostjo, z bogastvom in raznolikostjo mikoriznih povezav.«

Znano je, da sta šli fungoterapija in fitoterapija že od nekdaj z roko v roki. Oba tradicionalna vidika zdravljenja pogosto združuje tudi dr.Sergej Valerjevič Korepanov, sicer onkolog, ginekolog in specialist za fitoterapijo, ki kombinira zdravilne gobe z zdravilnimi rastlinami. V Farmacevtskem zavodu Galen so tako pod njegovim vodstvom razvili koncentrat iz treh sestavin - iz lisičk, trepetlike in nageljnovih žbic.

LISIČKE

Simbioza je nujnost, ki zagotavlja ravnovesje v naravi in tudi v vseh organizmih. Lisičke je morda dr. Korepanov prav zato izbral kot sestavino fitoterapevtskega preparata, ki deluje proti patogenim dejavnikom in tudi proti tistim organizmom, ki jim je simbioza tuja – parazitom.

Raziskave so namreč potrdile protiparazitno delovanje lisičk na skoraj vse parazite v človekovem telesu: trichuris trishiura (bičeglavec), ascari in ascarididae, enterobius (podančice), strongyloides stercoralis, taneasolium (ozka trakulja), cyclophyllidea (mišja trakulja), taenia felineus (goveja trakulja), opistorchis felineus (mačja trakulja) in giardia.

Lisičke slovijo po svoji protiparazitnih učinkih zaradi vsebnosti hitinmanoze, ki jo paraziti ne prenašajo. Hitinmanoza uničujoče deluje tako na parazite kot tudi na njihova jajčeca in celo ličinke. Pomembno pa je tudi to, da pri tem uničujočem delovanju ne pride do poškodb človekovih notranjih organov. Hitinmanoza je sestavljen polisaharid, ki ima sposobnost, da blokira živčni sistem parazitov in jih na ta način ubija ter izloča iz prebavil. Znanstveniki so ugotovili, da se v lisičkah nahaja še ena pomembna učinkovina – ergosterol ali provitamin D_2, ki je pomembna sestavina celičnih membran gliv in nekaterih praživali. Ergosterol se pod vplivom UV žarkov s kemijsko reakcijo pretvori v vitamin D_2. Industrijsko tako iz gojenih gob pridobivajo vitamin D za uporabo v prehranskih dopolnilih, v farmaciji pa protimikrobna zdravila in zdravila, ki delujejo na fermente jeter. Tako hitinmanoza kot ergosterol se pri temperaturi in tudi soljenju precej razgradita, zato se za terapevtske namene uporabljajo posušene lisičke.

TREPETLIKA

Trepetlika je bila v ljudskem zdravilstvu visoko cenjena in je veljala za zdravilo za vse tegobe. Ljudje so zdravilne učinke rastlin pogosto prepoznavali, ko so opazovali živali, ki so si instinktivno našle zdravilo v naravi. Opazili so na primer, da gozdne živali glodajo skorjo trepetlike, ki je zelo grenkega okusa, medtem ko se skorje hrasta ali lipe, ki ima mnogo boljši okus, ne dotaknejo. Razlog je zelo preprost: skorja trepetlike vsebuje veliko hranilnih in zdravilnih snovi: ogljikove hidrate, glukozo, fruktozo in saharozo, eterična olja, fenolglikozide, tanine, nenasičene maščobne kisline, grenke glikozide populina in salicina. Te sestavine spodbujajo izločanje žolča, delujejo protivnetno, uničujejo bakterije in parazite ter delujejo proti krčem v prebavilih. Naši predniki so verjeli, da trepetlika lahko ozdravi tudi najtežje bolezni. Za bolne ljudi so zato izdelovali postelje iz lesa trepetlike, verjeli pa so tudi, da trepetlika potegne nase bolezen, če bolnikova oblačila obesijo na njene veje.

Seveda trepetliko uporablja tudi sodobna farmacija, ki ni mogla prezreti njenih zdravilnih učinkov in je razvila vrsto zdravil, kot so zdravila proti malariji, črnim kozam, tuberkolozi, pljučnici, griži, cistitisu, nefritisu, revmatizmu , boleznim jeter, vranice, ledvic, sklepov in sluznice. Znano je tudi, da trepetlika ugodno vpliva na živčni sistem, na splošno izboljšanje stanja celotnega organizma in je tudi naravni antindepresiv. Prvi aspirin je bil narejen prav iz skorje trepetlike. Trepetlika se v ruščini imenuje asina (осина), v altajskem jeziku asnak (аснак), angleško pa aspen.

Eksperimentalno dokazano je delovanje skorje trepetlike proti parazitom opistarhosis (parazitsko obolenje, ki lahko povzroči raka na žolčnih vodih). Rezultati raziskav, ki so potekale v klinikah Sibirske državne medicinske univerze, so dokazali protiparazitno delovanje skorje trepetlike v kontrolnih skupinah z 80% ozdravljivostjo. Nadaljnje raziskave Otroške klinike Sibirske državne medicinske univerze so potrdile dobro prenašanje ekstrakta skorje trepetlike tudi pri otrocih, odsotnost vzporednih učinkov, protivnetno delovanje in spodbujanje izločanja žolča. Netoksičnost, odsotnost alergijskih pojavov in tudi drugih negativnih vzporednih učinkov omogoča uporabo skorje trepetlike za očiščevanje organizma od parazitov pri določeni diagnozi, pa tudi profilaktiko razvoja bolezni pri zabrisanih simptomih.

NAGELJNOVE ŽBICE ali KLINČKI

Klinčki so ena gospodarsko najpomembnejših začimb. *V Leksikonu rastlinskih bogastev Tomaž Petauer pravi:*

»V 3.st. pred n.š. so jih žvečili kitajski manadarini, da jim je prijetno dišalo iz ust, kadar so govorili s cesarjem. Isto so počele cesarjeve priležnice. Znano je, da so japonski samuraji z eteričnim oljem klinčkov namazali svoja bodala, preden so napravili harakiri. V Sredozemlje so klinčke dovažali Feničani. V srednjem veku, ko so bili klinčki nekajkrat dražji od popra, so mislili, da izvirajo iz Jave, in šele Magellanova ekspedicija l.1521 je odkrila, da so to Moluki. S tem odkritjem so moluškim sultanom iztrgali monopol nad klinčki Portugalci, *njim pa l.1605 Holandci, ki so ga hoteli obdržati z uničevanjem presežka in smrtnimi kaznimi za poskus tihotapstva. Kljub tem ukrepom se je l.1769 posrečilo Francozom pretihotapiti nekaj sadik na*

Réunion in Mavricij, Moluke pa so konec 18.st. zavzeli Angleži, ki so prenesli kulturo klinčkov na Malajski polotok in Indijo.«

Nageljnove žbice ali klinčki so začimba, ki je bila od nekdaj cenjena v ljudski medicini kot stimulant, stomahik,evpeptik, korigent, močan antiseptik, analgetik, antisapzmodik, karminativ, antiemetik, rubefacient, antinevralgik, pa tudi afrodizijak. Delujejo protiglivično, protibakterijsko, antiseptično (zaradi visoke vsebnosti evgenola), poleg tega pa so tudi odličen analgetik (zaradi vsebnosti salicilata). Vsebujejo veliko antioksidantov in so dober vir mineralov (še posebej mangana), maščobnih kislin omega 3, prehranskih vlaknin in vitaminov.

Dr.Korepanov v svoje fitomedicinske preparate vključuje predvsem naravne surovine iz Sibirije. Nageljnove žbice so eksotična začimba in pričakovati bi bilo, da v sibirski fitomedicini niso posebej raziskane. Pa temu ni tako. Mnoge eksotične rastline so že konec 19.stoletja ruski znanstveniki zelo natančno raziskali. Leta 1875 so namreč za potrebe znanstvenih raziskav Univerze v Tomsku, ki velja za ruski Oxford, postavili velik botanični vrt, v katerem še danes sredi Sibirije gojijo praktično vse rastlinske vrste z vseh koncev sveta. Vrt je bil namenjen znanstvenikom, ki so raziskovali zdravilne sestavine rastlin za potrebe farmacije in medicine. Dr.Korepanov je pri svojih študijah fitomedicine znanje črpal tudi iz znanstvenih študij te univerze in v recepturo dodal tudi nageljnove žbice. Tako je nastala premišljena kombinacija, ki omogoča očiščenje organizma od parazitov.

Dr. Korepanov kot prvi korak v protokolu zdravljenja in tudi preventive priporoča očiščenje črevesja. Zakaj je tako zelo pomembno, da je črevesje očiščeno? V črevesju je 70% našega imunskega sistema. V steni črevesja so t.i. Payerjevi poloji, to so skupki limfantičnega tkiva. Od stene v oporek črevesja potekajo številne limfatične mezgovnice, tam pa je tudi več postaj bezgavk. Vse to tkivo skupaj je del imunskega sistema. Črevesja je količinsko zelo veliko, zato je tako velik odstotek imunskega sistema prav v tam. Vsakršno črevesno obolenje, paraziti in obloge ostankov nezdrave hrane vplivajo na stanje imunskega sistema, ga obremenjujejo in s tem slabijo. Paraziti glive, ki rastejo na drevesih, drevo sčasoma tako zelo izčrpajo, da propade. Podobno delujejo tudi paraziti v črevesju, zato hrana in naravni preparati, ki delujejo kot imunostimulatorji in imunomodulatorji ne morejo imeti pravega učinka. Lisičke, ki v naravi delujejo po principu simbioze, delujejo tudi v organizmu tako, da vzpostavijo simbiotično stanje, pri čemer sta jim v podporo še dve sestavini – skorja trepetlike in nageljnove žbice.

Maria Ana Kolman

30.10.2018