

## TINKTURA ZE TŘÍ HUB

Inci: Potravinářský líh jemný 20%, Lentinus edodes (houževnatec jedlý - shiitake), Pleurotus ostreatus (hlíva ústříčná), Ganoderma lucidum (Lesklokorka lesklá - reishi)

\*%RHP = referenční hodnota příjmu není stanovena

Použití: 1 kapka na 1 kg váhy denně. (příklad: 15 kg váhy = 15 kapek na den / 5 kapek 3x denně). Maximálně 30 kapek 3x denně. Užívat 3 týdny, týden pauza. Užívat do zmírnění obtíží. Nakapat do trochy vody.

Tinktura na podporu imunitního systému s vysokým obsahem beta-glukanů. Doporučuji užívat v období, které je spojeno se sníženou imunitou – podzim, zima jaro, vysoká nemocnost v rodině, práci, škole, školce...

Pokud už nemocní jste jsou v sortimentu jiné tinktury, např.

**GRIPPA - TINKTURA** (CHŘIPKA -TINKTURA)

**CORYZA – TINKTURA** (NACHLAZENÍ – TINKTURA)

**BRONCHY TINKTURA** (PRŮDUŠKOVÉ KAPKY – ODHLENĚNÍ) - NOVÝ NÁZEV: BRONCHO - PRŮDUŠKY TINKTURA

**PERTUS – TINKTURA** (SUCHÝ, DRÁŽDIVÝ KAŠEL – TINKTURA) - NOVÝ NÁZEV: PERTUS – HORNÍ CESTY DÝCHACÍ TINKTURA

Tuto tinkturu střídejte s vynikající tinkturou **KOUZELNÉ KAPKY** na imunitu, která je na shopu též a kterou už koupíte v lékárnách. :)

**Hlíva ústříčná** je přírodním zdrojem látek ze skupiny statinů. Studie prokázaly, že hlíva obsahuje 0,4–2,7 % statinů v sušině. Obsahuje i  $\beta$ -glukany, také erpeny, zejména pleurotin, který je antibiotickou a antitrombotickou látkou. V mnoha pokusech s konzumací sušené hlívy při dietě u zvířat byl zaznamenán úbytek cholesterolu. Posiluje imunitu, vykazuje také značné antioxidační účinky, které tak zpomalují proces stárnutí. Zvyšuje tvorbu červených krvinek, snižuje krevní tlak, cukr v krvi a cholesterol. Působí proti bakteriím, plísním a virům, také na bradavice a další kožní onemocnění.

**Lesklokorka lesklá**, také známá jako Reishi obsahuje beta-glukan, což je složka, která pomáhá posilovat imunitní systém. Může také zlepšit tělesné užívání kyslíku a zlepšit funkci jater. Má antioxidační vlastnosti (chrání organismus před negativními účinky volných radikálů), posiluje imunitní systém. Působí jako prevence proti vzniku rakoviny, má hojivý účinek na plíce (proto je vhodná pro pacienty s astmatem a jinými respiračními onemocněními). Je vhodná pro potlačení kašle. Má protizánětlivé účinky. Redukuje bolest spojenou s artritidou a snižuje hladinu cholesterolu.

**Shiitake** obsahuje velké množství enzymů a vitamínů, které se obvykle v rostlinách nenacházejí. Je účinná při léčbě mnoha neduhů - vysokého cholesterolu, žlučových kamenů, překyselení, žaludečních vředů, diabetu, nedostatku vitamínů, anémie a dokonce rýmy. Podporuje pročištění střev a reguluje krevní tlak. Užívání Shiitke napomáhá růstu vlasů, odvodňování a průtoku lymfy. Zlepšuje strukturu kůže. Selhání nebo špatné fungování imunitního systému je společným prvkem rakoviny, virových a imunodeficitních onemocnění. Zdraví prospěšné sloučeniny, které se nacházejí v shiitake, povzbuzují imunitní systém.

Polysacharid nazvaný lentinan a virům podobné částice nalezené v shiitake spouští zvýšenou tvorbu různých sérových faktorů spojených s imunitou a zánětem. Tyto takzvané lymfokiny, jako například interferon a interleukin, povzbuzují obranný systém. Pohání množení fagocytů, včetně makrofágů a jiných imunitních bojovníků, kteří napadají rakovinné buňky, bakterie a viry.

Nežádoucí účinky:

Užívání hlívy ústříčné s sebou nenese žádná rizika. Ojedinele se objevují případy alergie při delším vystavení pórům hlívy nebo občasné střevní potíže. Hlíva ústříčná může ve velkém množství způsobit nadýmání nebo průjem. Zejména starší lidé by tak měli omezit její zkonsumované množství. Lidé, trpící problémy s ledvinami či kardiovaskulárním onemocněním, ji mohou jíst pouze po konzultaci s lékařem.

Reishi - pacienti před velkými chirurgickými zákroky (platí to i pro ženy, očekávající porod) – vysazení je třeba alespoň dva týdny předem. Příjemci transplantátů, kteří užívají léky na potlačení imunitního systému na předpis k prevenci rejekce (lesklokorka působí imunostimulačně), Lidé, užívající antidiabetika, antihypertenziva, léky snižující hladinu cholesterolu a léky proti vysoké srážlivosti by měli být opatrní. Konzumace lesklokorky může ovlivnit hladinu glukózy v krvi (snižuje ji) a stejně působí i na hladinu cholesterolu, krevní tlak a inhibici agregace krevních destiček. Těhotné a kojící ženy by měly použití houby konzultovat s lékařem nebo fytoterapeutem. Měli byste vědět: U některých žen, užívajících pravidelně lesklokorku, se může objevit delší a intenzivnější menstruace.

Shiitake neužívejte při snížené srážlivosti krve (zvýšené krvácivosti), shiitake totiž působí právě proti srážení krve.

Zdroj informací:

<https://bylinkopedie.cz/>

<https://www.superionherbs.cz/shiitake-lecive-vlastnosti/>

ALTA HERBA s.r.o.

[www.altaherba.cz](http://www.altaherba.cz)