

## ZDRAVILNI IZVLEČKI IZ GOB

**Že v paleolitskih časih so naši predniki v naravi iskali rastline in snovi z katerimi so si lajšali tegobe, ki so jih pestile**

Predvsem v Južni Ameriki, Kitajskem, Japonskem, v Sibiriji in v območju Srednje in Južne Evrope so živela ljudstva (Mazateki, Maji, Grki, Rimljani, Japonci, Slovani), katerih kulture so pridom uporabljale te darove narave in jih celo obravnavale kot »svete«. Določeni obredi so ohranjeni iz poganski časov tudi v naši krajih, npr. dimljenje prostorov za Veliko noč z kresilno gobo (bukovo kresilko). V poganskih časih je to predstavljalo izganjanje »zlih duhov«. Dejansko pa deluje ta dim antiseptično in razkuži prostor ter zavre razvoj virusov in bakterij (majhnih nevidnih organizmov = »duhov«). Najstarejše ostanke uporabe gob v naši bližini so našli pri »Ötziju«, ledeniškem možu. Nedavne genske raziskave so pokazale, da je bil Slovan.

Pri njem so našli tri vrste gob: bukovo kresilačo, ki jo je uporabljal za netenje ognja in njeno predivo za zaustavljanje krvavitev, brezovo odpadnico proti bakterijam, virusom in črevesnim parazitom (tedaj edino sredstvo v Evropi proti tem nadlogam, ki so bile tedaj lahko usodne za človeka) in še neprepoznano vrsto, zelo verjetno halucinogeno zašiljeno gologlavko, ki mu je pomagala premagovati napore pri vzponih čez gorske prelaze in ostati buden dolge noči na preži za plenom ali pred sovražnikom.

V času »zlate dobe« znanosti so z raziskovanjem odkrili, da gobe, predvsem lesne, ki se lahko gojijo, a rastejo zelo počasi, npr. šitake, svetlikava pološčenka, velika pološčenka, velika zraščenska, pisana ploskocevka, brezova odpadnica, smrekova kresilka, macesnova goba ter njihovi miceliji vsebujejo različne zdravilne substance. Samo v eni vrsti gobe jih je okoli 300. To so snovi, ki gradijo celične stene gob in so po naravi »težki sladkorji« visokih mas, ki so za človeka neprebavljivi. Ko pa pridejo ti v krvni obtok človeka ali živali, pa vplivajo na razvoj imunskega sistema toplokrvnih bitij in tako preprečijo napade infekcij, ki jih dandanes ne manjka. Gobe imajo edinstven obrambni mehanizem, ki se je razvijal milijone let.

V naštetih gobah so našli na tisoče zdravilnih substanc, ki so po naravi antikarcenogeni (zavirajo rast in preko imunskega sistema napadajo in uničujejo rakaste celice), antibiotiki, superantioksidanti, anti-virali, hepato-protektivni (ščitijo jetra), vplivajo na nivo krvnega sladkorja, holesterola, so imuno stimulatorji, nevro stimulatorji in še in še bi lahko naštevali. Same gobe so neužitne, zato je potrebno iz njih napraviti izvleček ali pa čaj, odvisno od namena uporabe. Najbolj je zanimivo, da je toksičnost teh substanc tako nizka, da je zanemarljiva v primerjavi z npr. aspirinom. Uživanje, tudi dolgotrajno, pri ljudeh in živalih deluje preventivno in je varno v vseh pogledih. Izvlečki se v prometu registrirajo kot dodatki prehrani.

Vir: Janez Gorenšek: »O zdravilnih gobah«, glasilo Moj berni št. 1/2005

## SRBELO JE IN BOLELO, AMPAK POMOČ JE BILA USPEŠNA

Ob letošnjem spremenljivem in soparnem poletju je bilo težav s kožo pri naših kosmatincih več kot običajno. Dolga dlaka je preprečila učinkovito zračenje kože in vlažni ekcemi so grenili življenje. Tudi moj Deep ni bil izjema. Ker smo po osvežilnem kopanju v potoku malomarno pozabili odstraniti ovratnico, se dlaka ni posušila, srbenje je naredilo svoje in dva dni pozneje se je pri popoldanskem česanju pokazal kožni izpuščaj premera pribl. 45 mm. Takoj sem obstrigla dlako in temeljito očistila ter razkužila kožo. Zvečer je bil izpuščaj ob

vztrajnem Deepovem praskanju velik že za otroško dlan. Koža je bila razdražena, rdeča, na nekaterih mestih zadebeljena in gnojna. Ker so najboljši veterinarji po Murphy-jevem zakonu v primeru najinih težav sicer dosegljivi preko telefona, a na zasluženem dopustu, sva bila z Deepom prepuščena sama sebi. Nikakor nisva bila pripravljena na klasično antibiotično zdravljenje, zato sva se lotila alternativnih metod. Najprej je bilo potrebno preprečiti praskanje, ki je povzročalo dodaten vnos povzročiteljev vnetja in hude bolečine. Na začetku je Deep dobil 10 kapljic Rescue Remedy iz zbirke Bachovih cvetličnih kapljic, saj je bil vidno nemiren, razdražen in razburjen zaradi srbenja. V razmaku 15 minut je nato dobival homeopatski pripravek Hystaminum 9 CH, dokler srbenje ni popustilo. Na kožo sem dajala obkladek iz izvlečka gobe smrekova kresilka (*Fomitopsis pinicola*) v obliki koncentrirane tinkture, ki uspešno deluje proti vsem povzročiteljem vnetij (tudi pri pikih, izpuščajih, herpesih...), 3 ml izvlečka je dobil tudi v gobček. Ker že dve leti vsako jutro moji psi dobijo po 2 ml izvlečka pisane ploskocevke za dvig splošne odpornosti, zdravila ni bilo težko dati. Vmes sem izvajala ušesni dotik po metodi Linde Tellington za umiritev in odpravljanje stresa. Po dobri uri in pol se je Deep umiril, ni se več praskal in za tisto noč sva končala. Očitno je bilo, da ga lahko prepustim počitku.

Zjutraj je bila moja prva skrb seveda pregled kože, ki je dobila normalno barvo. Ponovila sem terapijo z obkladkom in aplikacijo smrekove kresilke »per gobček«, srbenje ni bilo več tako izrazito. Kljub temu je dvakrat tisti dan še dobil homeopatski Hystaminum in popoldne sem ponovila vajo z obkladkom in požirkom gobjega izvlečka. Zvečer sem kožo namazala s homeopatsko kremo iz arnike, ki jo za uporabo pri psih in mačkah izdeluje francoska tovarna Dolisos. Deep se celo popoldne ni več popraskal in vedela sva, da je težava prešla iz akutne faze v proces umirjanja. Tretji dan sem zjutraj, zgodaj popoldne in zvečer namazala prizadeto površino kože z homeopatsko arnikino kremo, terapijo pa dopolnila s ponovnimi 3 ml gobjega izvlečka. Četrty dan terapija ni bila več potrebna. Ko je tudi hišni veterinar – poleg Deepa - izrazil svoje zadovoljstvo s trenutnim stanjem, sem vedela, da sva zmagala. Do naslednjic, ko se bova »alternativno« lotila spet česa novega...

Mojca Sajovic