



Ауџор књије:

Весна Станимировић, новинар

Научна реч:

Доцент др Јанко Самарџић,

специјалиста клиничке фармакологије

Координаџор ѓројекџа:

Марија Бојић, дипломирани нутрициониста

Лекџор и корекџор:

Светлана Југовић

Преводилац:

Јулија Сергејева

Покровиџељ и орџанизаџор ѓројекџа:

Привредно друштво Esentico Voki

Љубише Мићића Ждила бр. 12

31310 Чајетина, Златибор, Република Србија

Пројекат подржала

Канцеларија за Сарадњу са Руском Федерацијом

Тираж: 5000 комада

Наџомена:

Књига није намењена продаји, већ је њена сврха промоција дијететског суплемента „Руска царска чага”

Важно: Књига није замена за професионални медицински савет, испитивање, дијагнозу и лечење. Одобрена декларација и упутство за употребу суплемента налазе се на и унутар кутије.

Сџаџаџус књије: Народна књига

РУСКА ЦАРСКА
ЧАГА
ПРИРОДНИ ФЕНОМЕН

или

Како је
Александар Солжењџин
победио рак
и друге приче



Уместо предговора

Поштовани пријатељи, љубитељи руске народне медицине, Задовољство нам је да у овој књизи представимо историјат чудесне и моћне гљиве чаге, која је вековима чувала здравље великог руског народа, као и производ новог доба, дијететски суплемент „руску царску чагу”.

Желимо да нашим читаоцима пошаљемо поруку охрабрења и наде да природа има решење за све болести, јер не постоје неизлечиве болести, већ само неизлечиви пацијенти. Модерно доба ствара нове болести за које класична медицина нема решење. Све смо спремнији да се после безуспешне потраге за изгубљеним здрављем

окренемо традиционалним методама, враћајући се коренима и присећајући се прича и рецепата наших бака које су имале лек за сваку бољку.

Водећу улогу у свету имају управо руска народна медицина и њени лекари, који спојем научних достигнућа и мудрошћу стари, већ столећима лече народ и помажу му да преброди најразличитије болести.

Сакупљањем лековитог биља и справљањем медикамената у Русији су се бавили народни лекари, а њихови рецепти преносили су се с колена на колено. Прва збирка писаних рецепата и савета о лековитом биљу написана је још у 16. веку, а у њој се налази и следећа изрека: „Постоји 77 болести и у

природи се налази лек за сваку од њих”.

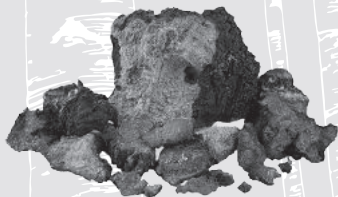
Данас, сигурни смо, постоји много више болести, али смо такође убеђени да и за сваку од њих, ма колико их било, у природи постоји лек.

Лековито биље се користи у различитим облицима, а најчешће се припремају чајеви, етарска уља, мелеми и тинктуре. Централно место у давна времена у сваком руском дому заузимао је самовар, специјални чајник који је служио за припрему благотворних напитака. Самовар можда више не заузима централно место, али га и даље има свака кућа. Најчешће се припремају чајеви за јачање, међу којима почасно место заузима чај од чаге.

Зато нам је циљ да ова брошура
здравља буде ваш водич за акти-
ван живот и безбрижну старост, у
чему вам умногоме може помоћи
„руска царска чага”.

С поштовањем,

Марија Бојић,
дипломирани нутрициониста



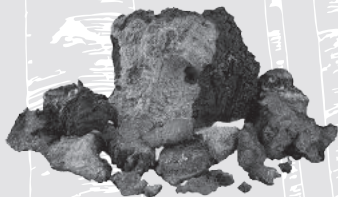


Чага уз сибирске освајаче

Отако је цар Петар Велики основао први руски музеј и уредио прву руску научну колекцију, врхунска медицинска истраживања никада нису престала да буду у средишту руске науке. Од анатомије и патологије из времена престоног Санкт Петербурга, до најмодернијих вирусолошких лабораторија, медицина је увек била поље великих истраживача, док су њихови резултати одиграли важну улогу и у Великом отаџбинском рату.

Историјски записи о лечењу сибирском гљивом чагом, која расте

на брезовој кори, могу се наћи широм Русије. Од 17. века њоме су били лечени многи руски војници (чак и од најтежих болести). Међутим, за чагу се зна одвајкада – у једном тексту из 12. века забележено је како је руски кнез Владимир Мономах излечио рак усне управо чагом.





О Сибиру...

У 16. веку руски истраживачи су открили простране територије источно од Урала, где се налазио татарски Сибирски Канат са престоницом Кашљиком. Ту област Руси су називали Сибиrom, а касније су тим именом биле називане територије које су се простирале источно од Урала све до Тихог океана.

Због крзна, рибе и рудног богатства Сибир је дуго привлачио руске трговце и занатлије. Тргујући с локалним становништвом, то јест трампећи разне производе за вредна крзна, Руси су успели да продру дубоко у Сибир и добро га упознају. Међу њима је била и трговачка породица Строганов, која



је скупоценим крзнима снабдевала царски двор и за то била награђена бројним привилегијама. Цар је Строгановима доделио право коришћења земље иза Урала и дозволио им да тамо изграде утврђења.

Односи између Русије и Сибирског Каната постали су напети када је кан Кучум дошао на власт. Канови поданици су предузимали пљачкашке походе на суседна руска села, палећи их и пленећи стоку, док су људе одводили у ропство. Не би ли одбранили своју земљу од татарских упада, Строганови су добили дозволу да организују сопствену војску. Тако је 1581. отпочео војни поход на Сибир под командом Јермака Тимофејевича, искусног и храброг ратника, цење-

ног међу козацима. Јермак је окупио 500 људи и кренуо у освајање Сибира.

Атаман и његови козаци морали су да се изборе с бројним тешкоћама и пре него што су ступили на канову територију. Када је сазнао да су Руси прешли границу, Кучум је сакупио огромну војску. Мада је био крај октобра и северац најављивао скори долазак зиме, Јермак није одустао. Сибир је у сваком тренутку могао да постане клопка, тако да козаци и нису имали избора – решили су да крену у напад на татарску престоницу Кашљик.

Иако малобројнија, Јермакова војска је поседовала ватрено оружје, па је успела да порази непријатеља наоружаног луковима и стре-

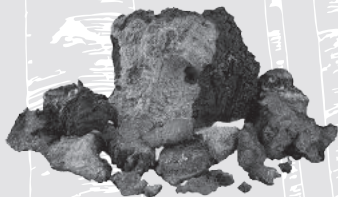
лама, копљима и мачевима. Видевши да Руси односе победу у овој бици, кан Кучум је побегао препуштајући престоницу њеној судбини.

После освајања Кашљика Јермакови козаци су се спремали за повратак носећи богат плен. Међутим, одлучили су да поражену Кучумову хорду припоје Русији. Остварујући свој циљ, Јермакова војска истовремено је слабила јер су јој болест и сукоби с Татарима нанели ненадокнадиве губитке. Све док су имали довољно барута, олова и чаге, они су могли да се успешно боре против бројно надмоћнијег непријатеља. Чим су потрошили муницију, изгубили су главну предност над слабије наоружаним Татарима. Јермак је у Москву послао

гласника са вешћу да је сибирска престоница освојена, али да је за коначни обрачун с Кучумовом војском потребна помоћ у храни и муницији. Међутим, како помоћ није стизала, постало је опасно остати у Кашљику. У очајничком покушају да попуни залихе хране, Јермак је кренуо у последњу битку и изгубио. Освајач Сибира погинуо је 1584. а у Русију се вратило једва 90 козака...

Постоји велики број народних песама и прича о Јермаку. Успомена на њега била је очувана и међу Русима и међу локалним сибирским племенима. Окупљајући се на заједничким светковинама, становници далеких села певали су руске и татарске песме о његовим подвизима. Уз тужне песме би пла-

кали, а уз шаљиве се грохотом сме-
јали. Ти обичаји неговани су и три
века после погибије славног атама-
на, који је „пренео“ територију Ру-
сије преко Урала и тако јој омогу-
ћио да постане највећа земља на
свету. А тим путем стигла је и чага...



Ура за најмоћније руско оружје!

Следећа прича се преносила с колена на колено, па је и дан-данас гљива чага позната и као спасилац човечанства од Хитлера. А ево и како:

Док се немачка војска приближавала Москви, у њој су већ увелико харали глад, незнађе, болест, страх. Када су грађани и браниоци Москве добили нове залихе чаја од чаге из сибирских шума, кроз неколико дана на улицама се поново чуло: „урааа!“ и „јуриииш!“. Војници Црвене армије су у својим торбицама носили и чагу.

Пешадијски подофицир Рошков у својим дневницима тврди да је војницима снагу и енергију давала

управо ова чудесна гљива, а не, како су многи мислили, вотка. „Када смо имали резерве чаге у нашим војничким торбицама, болест је била ретка – санитет скоро да није имао посла”, написао је у једном од својих дневика.

Санитетски болничар Борис из Лењинграда тврди да их је на фронту све грејала и чувала чага, јер им је, захваљујући њој, имунитет био толико добар да су лакше подносили зиму каква може бити само у Русији.

Седамдесетих година амерички високи званичници, на челу с тадашњим председником Џералдом Фордом, били су упознати с руским истраживањима о лековитој моћи чаге. Окупљен је читав тим стручњака, генетичара, биолога,



ботаничара с једним јединим циљем: да се на дрвећу које расте на Стеновитим планинама започне узгој ове гљиве. У почетку је то изгледало као једноставан задатак, међутим, како је време пролазило, ни на једном подручју које је било обухваћено тим пројектом (Колорадо, Монтана, Јута и Њу Мексико), нису добијени очекивани резултати. На крају, циљ није био постигнут, чага се није примила на америчком тлу. Истина, чага слабијег квалитета расте у Источној Немачкој, Кини и Северној Кореји, али најлековитија чага може се пронаћи само у Русији, у сибирским брезовим шумама. Зато Руси поносно истичу како је чага њихова национална биљка и веран пријатељ!

Ваш прави избор

Чага – чудесна творевина природе. Ова гљива израсте из мале споре и достигне огромну величину, захваљујући хранљивим материјама које узима из брезове коре. И управо ти састојци су потребни за правилно функционисање људског организма.

Често нам недостају витамини и минерали, јер природним путем не успевамо да их надокнадимо, као што је то случај с калијумом, цинком, гвожђем... Уколико тај мањак дуже траје, утолико ће пре доћи до болести. Веровали или не, да бисмо надокнадили хранљиве материје које нам недостају, довољно је да узмемо само један природни препарат – гљиву чагу!

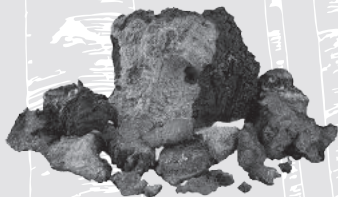
Она расте у брезовим шумама које се простиру на територији Русије, северне и источне Европе и Кореје, а вековима се у руској народној медицини користи као једно од најлековитијих средстава. Такође, чага је популарна и у азијској традиционалној медицини и то под називом „краљица биља” или „дар од бога”.

Лековитост чаге полако излази из оквира народне медицине јер се све више научних истраживања бави њеним лековитим својствима. Резултати до сада завршених испитивања доказују да чага несумњиво делује лековито на људски организам – као најснажнији антиоксиданс.

Као доказ томе послужило је искуство нобеловца Александра



Солжењицина, који је управо помоћу ове гљиве успео да победи карцином. Он је након излечења написао роман „Одељење за рак“, који је објављен 1968. године, и у њему детаљно описао како се борио против тешке болести када му је највећи пријатељ била управо гљива чага.



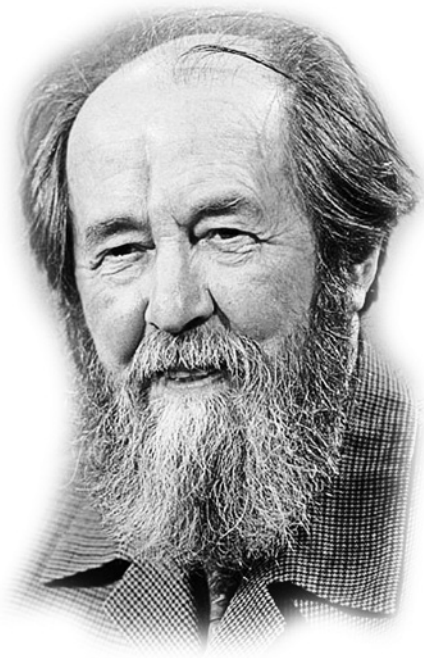
Прича бр. 1

**Шта је Александра
Солжењицина подигло из
мртвих и продужило му живот
још пола века**

„У недељу 3. августа од срчане инсуфицијенције у 89. години умро је један од највећих руских писаца 20. века и борац против мрачног тоталитаризма у Русији – Александар Солжењин. Смрт га је задесила неколико минута пре поноћи док је у свом дому радио на комплетном издању својих сабраних дела у 30 томова. Солжењичину је испуњена жеља да буде сахрањен на гробљу Донског манастира у Москви.

Живот му је био дуг, храбар и пун противречности. Био је интелектуалац-дисидент, писац-публициста и историчар, са драгоценим животним искуством сеоског учитеља. Претрпео је репресију, био слављен па протеран из СССР-а. На Западу је такође био слављен па критикован, па опет код куће критикован, слављен и награђиван.

Без обзира на зуб времена и разна мишљења о Солжењициновом животу и делу, непобитна је чињеница да се после објављивања његових првих књига и сазнања о стаљинистичким логорима, у СССР-у више није могло живети као раније, док је у комунизму разобличен нехумани тоталитаризам”, рекао је Борис Варга 2008.



Године 1952. у једном од казних логора, где су га селили од Москве до Казахстана, у 34. години оперисан му је тумор, након чега је издржавао казну као учитељ математике и физике у средњој школи у Казахстану још годину дана. Међутим, 1953. болови су му постали неиздрживи, па је био приморан да потражи лекарску помоћ. Приликом испитивања откривен му је малигни тумор. Тај издајнички ударац судбине упозорава га да му се крај ближи, лишавајући га наде да штампа своја дела, о чему је маштао свих осам година у логору. Да ствар буде гора, лекари му саопштавају да тумор не може да се оперише и предлажу да се подвргне терапији зрачењем у Ташкенту, на клиници

у којој се примењују нове методе лечења рака.

Из болнице Солжењин излази у марту 1954. године с дијагнозом „значајно побољшање“, а годину дана касније пише роман „Одељење за рак“. Читајући ово дирљиво аутобиографско дело, буквално осећамо муке кроз које пролазе политички осуђеници оболели од рака, који очајнички покушавају да нађу лек. Лекар који им је давао класичну медицинску терапију уочио је да нико од мештана из села удаљеног око 150 километара никада није оболео од рака, а једина разлика у односу на остале сељане била је то што пију чај од чаге, пошто немају пара да купе други. Будући да није био сигуран у резултате лечења, лекар је



АЛЕКСАНДР ИСАЕВИЧ

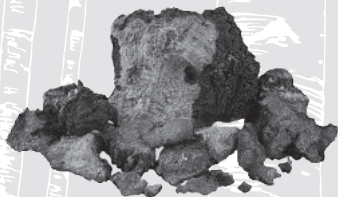
СОЛЖЕНИЦЫН

*Книги, изменившие мир.
Писатели, объединившие
поколения.*

**РАКОВЫЙ
КОРПУС**

р у с с к а я к л а с с и к а

својим пацијентима, уз редовну хемиотерапију, прописао и чај од чаге. То је оболелог Солжењицина у последњем стадијуму рака подигло из мртвих те је живео и радио још 53 године.



Реч-две о...

Александр Солжењицин (1918-2008), руски писац, драматург и историчар, добитник је Нобелове награде за књижевност 1970. године. Био је члан Руске академије наука (од 1997) и Српске академије наука и уметности (од 1994).

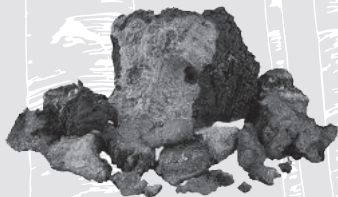
Године 1945. због писама у којима је индиректно критиковао Стаљина, био је ухапшен и осуђен на робију у сибирском логору. Рехабилитован је 1956.

Постао је познат 1962. захваљујући књизи „Један дан Ивана Денисовича“, која је заснована на опису „обичног“ дана једног „обичног“ Руса у сибирском заточеништву. Књижевни врхунац достигао је романима „Одељење за рак“ (1968) и

„У првом кругу” (1968), који су први пут били објављени у иностранству, а у Русији су се тајно читали и прелазили из руке у руку. Руским властима се није свиђало његово писање, па је поново ухапшен 1974. и протеран из земље. Прво је живео у Швајцарској, затим у Америци, да би се деведесетих година вратио у Русију. Његова дела су храбра и пуна вере у човекову доброту и победу људскости. Био је човек велике мудрости и несаломиве снаге духа. Умро је у 90. години.

Остала дела: приповетка „Матрјонини дани”, романи „Август Четрнаесте”, „Црвени точак”, „Русија у провалији”, критичка аутобиографија „Борио се шут с рогатим”, драме „Гозба победника”, „Заро-

бљеници”, „Република Рада”, „Светлост која је у теби”, публицистичка дела „Лењин у Цириху”, „Два века заједно I-II”, као и два сценарија, „Тенкови знају истину” и „Паразит”.



Легенда каже...

У руској народној медицини сибирска чага је веома омиљена, цењена и позната вековима.

У виду тоника користи се као средство против упала, код стомачних обољења, за лечење пародонтопатије, хроничног гастритиса, чира на желуцу и дванаестопалачном цреву; такође је најјачи антиоксиданс и јача имунски систем.

Познато је да је чага успешно коришћена против псоријазе и код хроничних обољења јетре. Кардиоваскуларни систем и дисајни путеви буквално се препороде под лековитим дејством ове гљиве.

Прича бр. 2

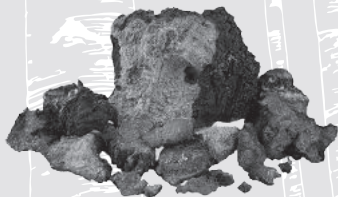
Бакини чудотворни облози

Завршио сам школу за официре у Москви. Одувек сам то желео, читав живот, почиње своју причу Борис М. С.

Први терен на који сам отишао била је градња земуница, на двадесетак километара од града. Да се не бисмо сваке вечери враћали у касарну, сместили су нас код мештана у том селу. После пет дана плик на једној нози ми је пукао, а затим почео да крвари. Отишао сам до лекара и он ми је дао јод. Увече сам, чим изујем чизму, прао ногу благим сапуном и мазао јодом, али је бивало све горе. Те недеље нога ми је јако отекла, рана

се загнојила и осетио сам да имам повишену температуру. Више нисам могао да обујем чизму. Бака код које сам био смештен погледала је моју рану и дала ми црни угљенисани комад чаге, рекавши ми да га исецкам. Онда је један део прелила топлом водом, добро промешала и наложила ми да ставим ногу у ту црну течност. Послушао сам и већ после неколико минута осетио олакшање. Онда је остатак чаге помешала са прополисом и направила смесу, коју ми је привила на болно стопало. Морао сам да попијем и чај од чаге, који је био мало заслађен медом. Те ноћи сам спавао као беба. До јутра, температура ми је спала а оток се смањивао. На сву срећу, цео дан је падала киша, па сам остао код куће.

Бака ми је три пута заменила облог,
пио сам чај и сутрадан ране више
није било. Чизму сам обуо без про-
блема и уз помоћ бакине старе ме-
дицине и ове чаробне гљиве избе-
гао болницу.



Све најбоље је ту

Чага расте на кори брезе, јове, бреста и јавора. Овај облик гљиве последица је инфекције – на том месту дрво почиње да се лечи, па се гомилају насlage и израсте чага, чија је унутрашњост црвенкастобраон боје налик на пулпу дрвета. Гљива расте од 10 до 20 година, пробија кору и улази дубоко у стабло. Када се чага скине с дрвета, оно се осуши, јер све што је било корисно, покупила је ова гљива. Најбоље је сушити је у чврсто затвореној посуди.

Прича бр. 3

Спас када смо изгубили сваку наду

Мом оцу је после шест месеци мучних испитивања и непрестаног бола с десне стране испод ребара, откривен рак плућа, прича Марко Г. из Сомбора.

На снимку се видео тумор величине ораха и доктор је решио да га извади. Отац је оперисан у невероватно кратком року, седам дана после постављања дијагнозе. Међутим, након операције хирург нам је са жаљењем објаснио како се тек тада видело да је рак метастазирао и да није могао да га уклони. Предложио је хемиотерапију, али

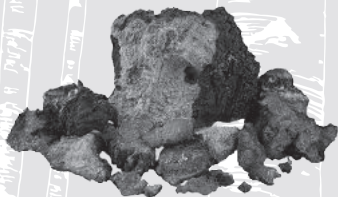
је додао да није сигуран у успех. Пристали смо, а ја сам захтевао да ми каже колико је мом оцу преостало времена. Опирао се и објашњавао како то не може да се предвиди, све зависи од реакције на терапију, питање је колико је организам спреман да се бори, па психичко стање пацијента... На моје инсистирање, скоро извињавајући се, рекао је: не више од шест месеци. Завртела ми се цела ординација! Шест месеци, па мој отац је пре годину дана отишао у пензију, има само 62 године!

Кренуо је на хемиотерапију, коју је веома тешко подносио, па онда комисија, па поновљена терапија и тако три месеца... Било му је све горе, губио је на тежини, имао јаке болове, ноћима није спа-

вао. А онда ми је друг из Русије послао неколико кесица некаквог црног раствора гљиве чаге. Консултовали смо се с лекаром, а он је рекао како немамо шта да изгубимо! Тако је мој отац почео да користи чагу, по упутству које су нам послали из Русије, и већ после месец дана осетио олакшање. Болови су престали, почео је да једе, да враћа килажу, био је расположен.

На контроли, четири месеца после операције и месец дана од узимања чаге (наравно, и треће туре хемиотерапије), рекли су нам да је тумор остао исте величине и да мирује. Наредних пет година тата је користио тинктуру и чај од чаге, који су нам редовно стизали из Русије, ишао на контролу и сваки пут су рекли да тумор мирује. Како,

нису знали одговор. А он се вратио ранијем животу и навикама, једе нормално, има дана када се осећа боље или лошије, али и даље узима чагу, која сада може да се купи и код нас. Данас има 70 година и захвалан је на сваком новом дану, а с њим и сви ми.



Побољшава стање оболелелих од рака

Чага се углавном користи за лечење стомачних проблема, али заузима посебно место у лечењу рака једњака и других унутрашњих органа укључујући случајеве када хируршки захват и радијална терапија нису могући. Доказано је да сибирска чага у почетном стадијуму канцера може да успори раст тумора, ублажи болове и побољша опште стање болесника. Важно је рећи да препарат добијен из ове гљиве није чаробан лек који је у стању да уништи ћелије рака.

Лековит утицај препарата добијених из чаге код туморних процеса објашњава се присуством птерина, који има цитостатичко дејство. Као

додатак лековима које пропише лекар, птерин може много допринети општем стању оболелог од рака. Експерименталне студије показују да чага успорава раст многих врста злоћудног тумора. Такође је корисна у лечењу бронхитиса и туберкулозе. Судећи по многобројним научним истраживањима, антитуморно дејство ове гљиве заснива се на присуству још једног снажног антиоксиданса – полифенола. Он спречава дејство спољних изазивача рака и умногоме смањује ризик од настанка рака дојке, плућа, желуца, црева, јетре, коже, простате и панкреаса.

Прича бр. 4

Опет носим мини-сукњу

По повратку с летовања приметила сам на левој нози чирић који је изгледао као алергија на ујед комарца, прича Катарина Н. А. из Москве.

Сврбело ме је, али сам мазала кремама које хладе па на то нисам обраћала превише пажње. После месец дана појавио се већи број гнојних бубуљица и ускоро је ту настала рана. Отишла сам лекару и прво добила антибиотик, па ми је узимао брисеве и давао разне креме, све док се рана није раширила и продубила, и изгледала ужасно. Стално сам морала да носим пан-

талоне, а муж више није хтео да спава са мном у истом кревету јер се гадио. На крају сам добила дијагнозу пиодерма гангенозум (ретка аутоимуна болест) и предложили су ми цитостатике.

Била сам очајна, осећала сам се као да сам жива сахрањена. На крају сам отишла код лекара природне медицине, који ми је предложио низ природних препарата, а међу њима и крему, облог и чај од чаге. После осам месеци рана је сасвим нестала. Две године од тада и даље превентивно пијем чај од чаге и носим мини-сукњу.

За боље памћење и имунитет

Препарати направљени од гљиве чаге важе за активне биогенетске стимулаторе. Чага јача имунитет, појачава заштиту ћелија у организму, потпомаже рад централног нервног система и убрзава метаболизам. Чага побољшава моздану активност и притом делује смирујуће, јер на метаболизам утиче на такав начин да мозак постаје осетно активнији. Оно што се већ након прве дозе чаге осећа јесте невероватан прилив енергије, која нам углавном свима недостаје, нарочито током других и хладних зимских дана.

Прича бр. 5

Како сам избегао инсулинску терапију

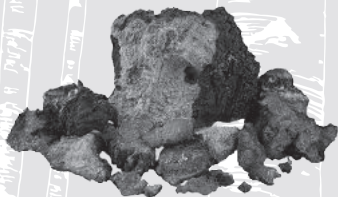
Ја сам пуковник у пензији и пуних десет година нисам ишао лекару, почиње своју исповест Драгослав К. из Ниша.

Пре неколико месеци добио сам грип, па су ми извадили крв и нашли да ми је шећер повишен и да му је вредност 13. Морам признати, уплашио сам се и отишао код свог школског друга лекара. Рекао је да морам остати у болници ради испитивања и да постоје разни лекови, али да није страшно и ако пре или касније будем морао да узимам инсулин. Међутим, прво ћемо покушати с природним лековима.

Био сам охрабрен, а притом имам апсолутно поверење у њега јер је излечио мог десет година старијег брата, који је у року од неколико месеци имао три операције тумора на мозгу. После треће операције рекли су нам како се више ништа не може учинити. Лице му је остало искривљено и вукао је леву ногу. Отишли смо код мог друга и он му је прописао лек који садржи неколико гљива, међу њима и чагу. Прошло је седам година, а мој брат је и даље жив – што је велики успех после прогнозе да му је преостало само шест месеци живота – уз то весео и срећан.

Управо због тога сетио сам се свог друга и чаге. У то време сам имао 115 килограма. Прописао ми је да пијем по два литра чаја од

чаге, уз дијету с поврћем, печуркама, хељдом и пиринчем. За седам месеци скинуо сам 20 килограма. Сваког дана пијем чагу уместо чаја и кафе. Шећер ми је убрзо пао и сада има вредност 4,8.



За дуг и здрав живот

У руским домаћинствима традиционално се приправљају и користе разни напици од чаге. У појединим областима Сибира, где се ти напици пију уместо чаја, статистика показује да је далеко мање људи оболело од стомачних и цревних болести, као и тумора, него у осталим деловима земље. Постоји само једна болест код које се употреба чаге не препоручује, а то је хронично упално обољење дебелог црева – дизентерија. Код свих осталих болести чага увек помаже сваком човеку.

Лека има и кад горе не може бити

Пре месец дана напунио сам 65 година, а пре четири месеца мислио сам да нећу доживети тај дан, речи су Владислава А. Л. из Новосибирска.

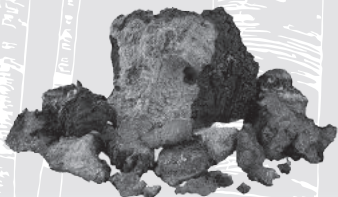
Патио сам од високог крвног притиска, имао лошу циркулацију, неуралгију, висок холестерол и триглицериде, повишене вредности шећера у крви, катаракту на једном оку и био глув на једно уво. Поред свега, месец дана сам пио антибиотик због инфекције на левом стопалу. Анализа крви је показала да су ми бубрези у веома ло-

шем стању и да ми предстоји дијализа. То је била последња кап у чаши. Мислио сам да горе не може бити, али се испоставило да ипак може!

Убрзо сам био примљен у болницу због губитка слуха и после спроведених тестова лекари су ми рекли да је узрок лоша циркулација. Затим сам отишао на операцију катаракте и тада се десио мој судбоносни сусрет с пацијентом Мартином, који ми је препоручио да користим екстракт гљиве чаге. Одмах сам почео да га узимам и истог тренутка осетио додатну енергију и снагу. Десетак дана после изласка из болнице отишао сам код свог лекара и вредност шећера у крви била ми је скоро нормална. Такође, функција бубрега значајно

се поправила и дијализа је, наравно, отказана. Резултати операције катаракте били су више него задовољавајући. А оно што је мени најдраже јесте то што чујем 50 посто на уво на које сам донедавно био глув!

Сада је чага за мене – мој нови живот. Никада нећу престати да је користим. Били млади или стари – здравље је увек важно. Ја волим своје садашње здравље и не желим више да га изгубим!



Прах, капсуле, брикети, креме...

Гљива чага се по правилу меље у фини прах, који се користи за справљање напитка попут кафе или чаја. Постоји велики број лекова и природних препарата добијених из ове гљиве: тинктуре, таблете, брикети, креме, чајеви, као и њихове комбинације.

Посебно је цењена сибирска чага јер јој њено станиште, с дугом зимом и кратким летом, даје већу концентрацију лековитих својстава у односу на гљиве које потичу из предела са умереном или топлом климом.

Прича бр. 7

Метастазе су нестале, ја настављам борбу

Пре десет година лежао сам у болници због гастритиса. После лечења било ми је боље, али сам пре месец дана почео да осећам бол у стомаку, често повраћао, нагло смршао и осећао слабост при сваком кораку. После пријема у исту болницу постављена ми је дијагноза: чир на желуцу, започиње своју исповест Сергеј В. К. из Волгограда.

Лекари су се одлучили за операцију, али су ми после ње саопштили да је нова дијагноза: рак желуца са метастазама. Тог тренутка сру-

шио ми се цео свет! Али убрзо се у мени пробудила невероватна жеља за животом и ја сам решио да живим. Приликом отпуста лекари су ми препоручили третман чагом.

После три месеца коришћења чаге болови су престали и ја сам почео полако да једем. На прегледу, годину дана после операције, метастазе су се повукле а тумор се смањио. Угојио сам се за ових годину дана 12 килограма, а после 10 месеци додао још два. Осећам се добро и спреман сам за наставак борбе. Не знам шта је помогло, моја жеља за животом или чага, али та гљива је мој најбољи пријатељ у овој бици са неизвесним исходом.

Прича бр. 8

Зашто сам престао да користим лаксативе

Више се и не сећам када сам последњи пут ишао на одмор без бриге о столици односно затвору. Заборавио сам шта значи путовати без лаксатива или клистира, прича Алексеј из Минска.

Међутим, за две недеље моја девојка и ја идемо на одмор, а ја више не паничим. Када ме је пријатељ доктор упозорио да су се моја црева сасвим улењила и да је то већ постало дијагноза, отишао сам лекару, добио дијету, лаксативе и све остало што сам досад примењивао и сам. И опет, после недељу дана, ништа.

Возећи се једног дана метроом, видех како жена поред мене чита текст у новинама под насловом: „Чага – како излечити затвор“. Решио сам да пробам. Купио сам чагу и сваког дана спремао чај у термо-су од 7 дл. Понекад додам кашичицу меда или кришку лимуна, а лети убацим покоју коцкицу леда. Побољшање је дошло већ после две недеље. Прво сам почео да идем у тоалет три пута недељно, а потом свакодневно. Све се потпуно променило за неколико месеци. Од тада чагу пијем уместо кафе и моја црева сада раде савршено!

Оток као руком однесен

Мој притисак је увек био савршен: 120 са 70. Али непажњом сам зарадио полно преносиву болест микоплазму и лекар ми је прописао туру антибиотика. Нисам имао никакве симптоме и наивно помислио како је све прошло, открива нам Аљоша И. М. из Вороњежа.

Међутим, почех сваког јутра да се будим с главобољом. Притисак ми је углавном био око 140 са 90, некада и 95. Анализа крви показала је лош рад бубрега. Лекар ми је прописао нове лекове, а ја одлучих да више не попијем ниједну табле-

ту, јер ће ми после открити оштећење јетре, па слезине... После неколико дана приметио сам благ оток на ногама. Пожалио сам се баки, која живи на селу, а она ми је саветовала да нађем гљиву чагу и тако се решим отока. Отишао сам до апотеке где су ми објаснили да у мом случају не треба пити више од пола литра чаге дневно и то у малим гутљајима. После три дана оток је спао, ја сам се осећао веома добро и кроз два месеца сасвим оздравио. Притисак ми је сада 110 са 70 а отока више нема.

Чувар мог здравља

Прошле зиме била сам болесна бар два пута месечно. Од температуре, преко стомачног вируса и непрестаног кашља, била сам потпуно бескорисна, како себи тако и другима. Херпес сам имала трећи пут за три месеца и многи су се забринули за моје здравље, прича Лана П. из Београда.

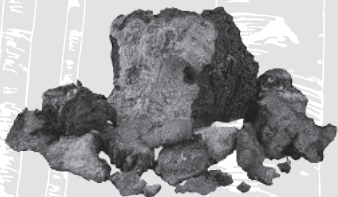
Отишла сам на систематски преглед на коме су ми открили анемију. Добила сам ампуле гвожђа, пила два дана, умирала од болова у желуцу и одустала. Прешла сам на природне препарате, попут капи од коприве, али кроз

два месеца побољшање је било незнатно. А онда је дошло лепше време, мој имунитет се поправио, па сам за дугих осам месеци успела више да будем здрава него прехлађена, и гвожђе се попело на задовољавајући ниво, одмах испод доње границе.

Морам признати, плашила сам се ове зиме. На моју срећу, у октобру сам упознала жену која је дошла из Русије и после моје приче о прехладама и грипу, предложила да покушам са чагом. Рекла је да је она и њена деца користе и да се врло ретко неко од њих разболи.

Помешала сам 15 кашичица чаге са 100 г меда и свако јутро и вече почев од половине октобра, узимала по кашичицу. Сви око мене су били болесни, неки су и

сада, али ја још увек одолевам!
Зима се ближи крају, а ја не знам
за вирус или грип. И да, моја крвна
слика је толико добра да сам мора-
ла два пута да вадим крв – први
пут су мислили да је лабораториј-
ска грешка. Чага је чувар мог здра-
вља!



Да нам деца расту здрава

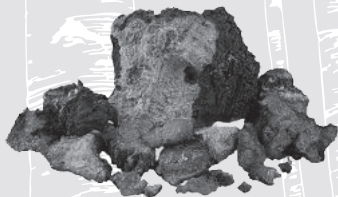
Имам троје деце и све сам их родила са по годину и по дана разлике. Прележали смо уобичајене дечје болести, али када ми је средња ћерка пошла у школу, у првом полугодишту имала је више изостанака него часова којима је присуствовала. А ја сам, с друге стране, изостајала с посла јер сам морала да остајем с њом, почиње своју причу мама Жења из Москве.

Како у школи ради и педијатар, отишла сам да се посаветујем с њим. Докторка ми је рекла да су деца из тог одељења баш често болесна и пошто у оквиру школе по-

стоји слана соба, предложила ми да доводим ћерку десетак дана узастопно. Одводила сам је и стварно јој се стање побољшало. Кренула је опет у школу, али после недељу дана поново је добила високу температуру и почела да кашље...

У чекаоници код лекара у разговору с мајком једног дечака сазнала сам да му редовно даје чагу и да га лекару води само када треба да прими вакцину. Распитала сам се код ћеркине лекарке и она је прихватила тај предлог. После месец дана узимања чаге моја девојчица је редовно похађала наставу и тако је било све до краја школске године. Остала деца су се уобичајено разболевала, а она је остала здрава. На једном родитељском састан-

ку поделила сам своје искуство са чагом с родитељима осталих ђака и они су решили, уз сагласност педијатра, да сваког јутра деци дају по чаробну бомбоницу чаге. Наши малишани су сада у четвртом разреду и једино су одељење без изостанака, али и први по успеху!



Прва помоћ код алергије

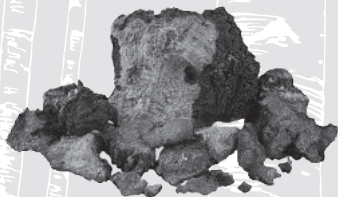
Отишао сам на село код бабе и деде мог друга. С обзиром на то да сам алергичан на убуд пчеле, увек са собом носим и прибор за прву помоћ. Међутим, тог дана смо кренули у обилазак једног манастира, а ја сам прибор заборавио код куће. Наравно, не бих се ни сетио тога да ме успут није ујела оса, прича Марко П. из Београда.

А убола ме на најгорем могућем месту, испод колена. За своју алергију на пчелињи убуд ја сам знао, али не и на убуд осе, али паника је учинила своје и истог часа сам осетио како почињем све теже да ди-

шем. Пошто смо пролазили поред куће комшије Пере, који је пчелар, мој друг је отрчао да позове помоћ. Нога је почела да ми отиче, место убода ме је јако болело и ја сам већ почео да се опраштам са животом. У међувремену, Пера је направио куглицу од воска, одгризао нешто црно, утиснуо у восак, измесио и ставио ми на место убода. Потом ме убацио у кола и кренуо према Дому здравља, за сваки случај. После само неколико минута бол је уминуо, оток се смањио, а с њим је нестала и паника. Уместо у Дом здравља, отишли смо на пиће.

Питао сам Перу шта је урадио, а он ми је објаснио да је направио куглицу од пчелињег воска и гљиве чаге и да је то извукло отров. Било

ми је смешно то што имам алергију на убод пчеле, а баш њен восак и чага спасли су ми живот. Од тада, у мом прибору за прву помоћ увек се налази и куглица од пчелињег воска и чаге. Злу не требало.



Прича бр. 13

Заборавио сам шта је горушица

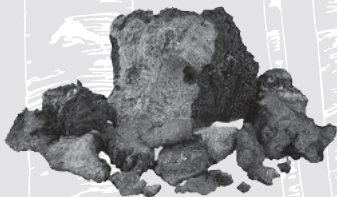
Проблеме са желуцем имам већ годинама. Одмалена сам често повраћао – чим се мало изнервирам или уплашим, први симптом је бол у желуцу. У 18. години пукао ми је чир! Нико није ни посумњао да га имам док се то није десило. Међутим, све је добро прошло, а ја сам знао да ми је то очигледно најосетљивија тачка на телу, испричао нам је Волођа из Омска.

Прошао је дуги низ година како нисам имао никаквих проблема, али сам се прилично угојио. А онда креће горушица, прво повремено а онда стално. У почетку ми је смета-

ла само одређена врста хране, а затим све. Добио бих горушицу чак и ако само попијем чашу воде. А ноћу, када легнем на леву страну, имао бих утисак да као змај бљујем ватру. Сваке ноћи сам се заклинао да више ништа нећу јести, али нисам могао да издржим без хране. Желудац ме није болео једино када је био празан.

Отишао сам код лекара и он ми је заказао гастроскопију и разне анализе. Међутим, успут сам срео друга из основне школе. Кроз причу смо дошли до тога да је и његова супруга имала проблем са желуцем, али сада пије чај од гљиве чаге. Почео је и он да га пије, јер је сазнао да је добар за имунитет, а открио је и да је одличан за потенцију...

Помислио сам, немам шта да изгубим, гастроскопија ми је ионако заказана за два месеца, и исте вечери почео да користим чагу. Резултат после два месеца био је невероватан: горушица ми је престала већ после две недеље и ја сам свој термин за гастроскопију уступио неком другом. А мој пријатељ је сасвим у праву, ова гљива сигурно повећава потенцију. Шта више да кажем, осећам се сјајно!



Продужила живот мом оцу

Мој отац живи на селу и има 76 година. Никада није био болестан, веома је виталан и у односу на своје вршњаке изгледа бар десетак година млађе, прича Виталиј М. И. из Казања.

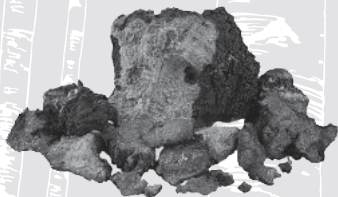
Пре две године ме је позвао и рекао да би волео да га одведем код лекара. Уплашио сам се и истог дана отишао код њега. Објаснио ми је како има потешкоћа с мокрењем, ноћу више пута устаје, па мисли да нешто није у реду са простатом, а последњих месеци боли га и лева рука. Одвео сам га на преглед

и после неколико анализа лекар нам је рекао како мора да уради биопсију. Установљено је да тата има злоћудни тумор простате и предложено му је да иде на скенер. Том приликом открили су му метастазе на костима.

Предложена му је хормонска инјекција, коју је тата једва прихватио, јер је био решен да се лечи само природним препаратима и сигуран је да тако може да победи рак. Међутим, успели смо да склопимо договор: прво ће примити хормонску инјекцију, а онда може да бира како ће и чиме ће се лечити.

Он је за своје оружје изабрао чагу. Лекар му је прописао одређену дозу и он се ње и дан-данас придржава.

Годину дана од дијагнозе и после једне хормонске инјекције његов тумор мирује, а скенер показује како више нема метастаза на костима. Тата се и после две године осећа одлично, а сваких шест месеци одлазимо на контролу код онколога. Шта му је помогло, вера или чага, или обоје у комбинацији, не знам, али знам да је он срећан, задовољан и веома виталан 76-годишњак.



Добио сам нову снагу

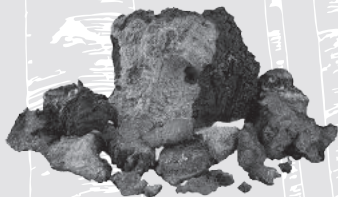
Имам генетски поремећај јетре која производи превише холестерола. Последице тога су висок крвни притисак и повишени триглицериди, прича Паша из Санкт Петербурга.

Дуго пијем класичне лекове, али се заиста бринем због свих нуспојава које производе. Мада лекови држе све под контролом, вредности су и даље прилично високе, увек преко дозвољене границе. Експериментисао сам са храном, суплементима, помоћним средствима, али све остаје тако

како јесте. Чуо сам за чагу и одлучио да покушам. Мислио сам како стварно ништа не могу да изгубим јер, ако ми не помогне, сигурно ми неће нашкодити. И то ми се највише свиђа код природних лекова.

Поразговарао сам са својим лекаром, заједно смо проучили чагу и он ми је дао одређену дозу, уз напомену да никако не прекидам са постојећим лековима. Недељу дана од почетка узимања капсула чаге осетио сам прилив енергије, а на контроли после месец дана моји резултати су коначно били на горњој граници. Већ пола године упоредо користим лекове и чагу, и резултати су одлични. С лекаром сам се договорио и да постепено почнемо да искључујемо неке лекове.

Оно што ја примећујем јесте да сам много боље расположен, имам више енергије и снаге да се суочим са свакодневицом. Чага је мој живот окупала сунцем!



Употреба чаге се препоручује ради:

- повећања заштите од малигних болести; код карцинома се користи заједно с хемиотерапијом и радиотерапијом, јер значајно ублажава њихове нежељене ефекте; у великој мери смањује могућност понављања ових болести; садржи велику количину супстанци које заустављају раст и деобу туморских ћелија, и утичу на повлачење метастаза
- заустављања раста и размножавања бактерија и вурса; показује висок степен ефикасности против грипа, херпеса, ХПВ инфекција
- повећања радне способности и расположења, бољег памћења и

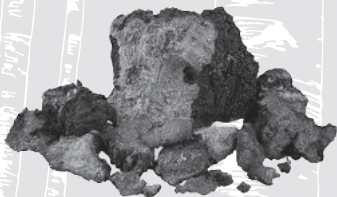
лечења несанице; побољшава размену материја у možданом ткиву и делотворна је после možданог удара или теже повреде главе

- лечења болести дигестивног тракта; ефикасна је код улкуса, грчева и хроничне опстипације (затвора)
- снижавања нивоа шећера у крви за 15-30 одсто у року од 1-3 сата
- чишћења организма од радио-нуклида, тешких метала и токсина
- стимулисања општег имунитета и заштите од вирусних, инфективних и гљивичних обољења
- регулисања нивоа естрогена код жена у менопаузи.

Локално, чага се користи у:

- лечењу рана и посекотина – посипањем прашка чаге спречава се инфекција
- стоматологији – испирање код парадонтозе, парадонтитиса, директна апликација у џеп.

Оно што је веома важно нагласити када је реч о употреби чаге, јесте да се код канцера, уз примену чаге, обавезно морају поштовати клиничка терапија и надзор лекара.



Некада...

Стари руски рецепти

Чај од чаге пије се као обичан на-
питак или кафа, а тинктура и
инфузија користе се као лек за ја-
чање имунитета. Као резултат, по-
стиже се јачање читавог организма
и лечење многих обољења.

Чај има најмању концентрацију
корисних супстанци. Припрема се
тако што се сирова уситњена гљива
кува у врућој води на температури
од 50 до 100 степени Целзијуса, у
зависности од рецепта.

Чај 1

Поїребно:

100 г чаге

5 дл воде

Приїрема

Исецкану гљиву прелијте топлем водом, поклопите и оставите 2-4 сата. Процедите и пијте у току дана више пута у истој дози.

Чај 2

Поїребно:

100 г сирове чаге

5 дл воде

лимон

кашика меда

20 г нане

Приїрема

Исецкану гљиву и нану прелијте топлем водом, поклопите и оста-

вите 2-4 сата. Процедите, додајте лимунов сок и мед и пијте три пута дневно пре јела.

За лечење гастритиса

Пошребно:

кашика чаге

2 дл воде

Припрема

Чагу прелијте топлом водом (40-50 степени), поклопите и оставите шест сати. Затим процедите.

Пијте пре јела три пута дневно.

Инфузија од чаге

Пошребно:

200 г чаге

8 дл воде

Припрема

Чагу ставите у 2 дл воде и оставите пет сати. Процедите али сачу-



вајте воду. Чагу уситните, прелијте са 6 дл вреле воде, поклопите и држите на тамном месту два дана, уз повремено мешање. После тога процедите течност и разблажите водом у којој је претходно стајала чага.

Чувајте у тамној стакленој флаши на хладном месту и пијте три чаше дневно.

Тинктура код најтежих болести

Пошребно:

100 г иситњене чаге или 20 г сушене

5 дл вотке

Припрема

Чагу прелијте вотком, добро затворите и држите на хладном месту две недеље, повремено промућкајте. После тога процедите и

пијте по једну кашичицу разблажену са 30 мл воде, три пута дневно пола сата пре јела. После две недеље направите исту толику паузу, а затим пијте још две недеље.

Уље од чаге

Пошребно:

100 г маслиновог уља

2 дл инфузије или тинктуре од чаге

Припрема

Помешајте припремљену инфузију или тинктуру с маслиновим уљем. Чагино уље је благотворно за кожу, болне зглобове и упалу синуса.

A saga...

Стара чага у новом паковању

Данашњи убрзан темпо живота одвојио нас је од природе, у сталној смо трци с временом, за новцем, одмарамо се ретко, спавамо кратко, добре навике смо заборавили, а о здрављу, нажалост, мислимо тек онда када га изгубимо. Зато су стручњаци ову дивну гљиву спаковали у малу капсулу, која нам обезбеђује све оно што нам је у току дана потребно да бисмо успели да издржимо свакодневни ритам.

Екстракцијом чаге и стандардизацијом тог екстракта постиже

се увек иста концентрација активних полисахарида. Капсулирање сувог екстракта чаге омогућава да се у организам уноси тачна количина активних компоненти из ове гљиве. Предност екстракта чаге у капсулама је вишеструка: од тачно одређене концентрације активних супстанци до истоветног, стандардног квалитета.

Руска царска чага је мултикомпонентни препарат који, сем екстракта ове гљиве, садржи и витамин Ц, цинк и селен, који са биолошки активним састојцима екстракта чаге делују синергистички односно појачавају корисно дејство ове изванредне гљиве.

Витамин Ц је најјачи антиоксиданс међу витаминима растворљивим у води, снажан је имуностиму-

латор и велики савезник у борби против вирусних и бактеријских инфекција. Делује против алергија и болести дисајних путева, а показује и антиатерогено, антиканцерогено и антихипертензивно дејство. Такође, игра значајну улогу у стварању колагена, протеина неопходног за регенерацију ткива, крвних судова, костију и зуба. Заслужан је за здрав и младалачки изглед коже.

Цинк је широко распрострањен елемент у људском телу. Значајан је за бројне физиолошке процесе, а пре свега за фину координацију нервног система и хормона, за функционисање одбрамбених имунолошких снага организма, за одржавање интегритета коже и регенерацију коштаног ткива. Важност

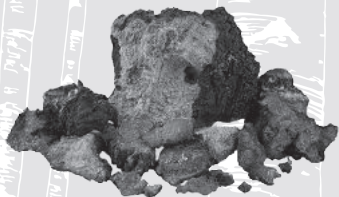


цинка најбоље се може схватити ако кажемо да је неопходан за изградњу протеина. Стимулатор је имунитета и има антиоксидативни, антивирусни, антибактеријски и детоксикујући ефекат.

Селен је неопходан олигоелемент. Најпре, то је моћан антиоксиданс, који штити ћелије од оксидације и тако спречава прерано старење мозга, мишића и коже. Стимулише имунитет и учествује у превенцији кардиоваскуларних болести. Укључен је и у производњу хормона штитне жлезде, а подстиче и избацавање неких отрова из јетре.

Ови састојци чине да препарат има снажне имуностимулаторне, имуномодулаторне, антиоксидативне и антиканцерогене ефекте.

И зато, нека чага буде ваш верни пратилац, чувар вашег здравља и најјачи савезник у борби против болести. Здрави били!



Руска чага на нашим просторима

Доктор Спиридон Бородин рођен је 1898. године у Одеси. Медицински факултет завршио је у Београду 1927, а специјализацију из оториноларингологије 1935. године. Оженио се Зорком Живковић, ћерком директора Ужичке гимназије. Прва служба била му је у Београду, затим је радио у Крагујевцу, а 1953. добио је посао у Ужицу, где је остао све до своје смрти 1976. Сахрањен је на градском гробљу Доварије.

Овај велики доктор, Рус по рођењу, Србин по опредељењу, важио је за веома образованог човека. У својој богатој и успешној

практи, поред конвенционалних метода лечења, примењивао је и алтернативне, међу којима је руска чага имала посебно место. Својим пацијентима несебично је објашњавао како природа има решење за све бољке и проблеме.

Доктор Бородин је важио за врхунског хирурга, дијагностичара и великог заљубљеника у руску народну медицину. Докторова препорука и савет за решавање разних проблема, попут упале или инфекције усне и носне дупље, код прехлада, инфекција горњих и доњих дисајних путева, упале уха и синуса, честих крварења из носа и свих вирусних инфекција, као и за подизање опште отпорности организма увек је била руска чага.

О овом дивном лекару, племенитом човеку и уваженом спортском раднику многи захвални пацијенти и дан-данас говоре с великим поштовањем, преносећи информације о благодетима руске чаге.

Да је легендарни доктор Спиридон Бородин заиста био толико стручан и успешан у лечењу, потврдио нам је и Слободан Зарић Мачак, пензионисани банкарски службеник који је у раном детињству имао срећу да буде пацијент чувеног руског лекара.

РЕЧ СТРУЧЊАКА О РУСКОЈ ЦАРСКОЈ ЧАГИ

Гљива *Inonotus obliquus*, позната под називом чага или руска чага, пореклом је из породице Нymenochaetaceae. Ова гљива најчешће паразитира на различитим врстама брезе у хладним и оштрим климатским условима. Њено природно станиште су брезове шуме Русије, Кореје, источне и северне Европе, северних делова САД-а и Канаде. Чага се сматра медицинском гљивом у Русији и источноевропској традиционалној медицини, где се вековима користи као агенс за чишћење и дезинфекцију, али и код стомачних тегоба и инфекција, обољења јетре и малигних обољења.

У Сибиру и најхладнијим областима света чага се традиционално користи за јачање имунитета, борбу против вируса и бактерија, детоксикацију јетре, бубрега и слезине, побољшање тена и еластичности коже, док је у Кореји користе за смањење стреса и одржавање кондиције. Ради благотворног ефекта на кожу, примењује се код кожних запаљенских процеса, укључујући екцем и псоријазу. Бројна истраживања показала су да ова гљива показује антимикробна, хепатопротективна, антизапаљенска и имуномодулаторна, као и извесна антитуморска својства. Сматра се да су ови ефекти последица деловања бројних биолошки активних супстанци које гљива садржи. Наиме, чага пред-

ставља богат извор више врста полисахарида, бета глукана, тритерпена, стерола, сапонина, инотодиола, траметеноличне киселине, антиоксидативних ензима и свог главног састојка, бетулинске киселине. Полисахариди и други састојци пореклом из руске чаге показују снажан заштитни ефекат од оксидативног стреса, чиме се могу објаснити њени бројни повољни ефекти. Сматра се да је чага један од најмоћнијих антиоксиданаса!

Оксидативни стрес је стање нарушеног здравља организма, које настаје приликом поремећеног баланса између процеса стварања реактивних метаболита (слободних радикала) и механизма за њихово уклањање (антиоксидативних система). Наиме, слободни радикали

су укључени у бројне нормалне физиолошке процесе, али временом, под утицајем неповољних спољних фактора, долази до неконтролисаног стварања ових реактивних материја. Тада настаје оксидативни стрес, који прати или је узрок многих патолошких стања и поремећаја, пре свега имунског и кардиоваскуларног система. Имуни систем представља изузетно комплексан систем, који омогућава организму да се избори са инфективним агенсима и свим осталим штетним факторима. С обзиром на своју комплексност, он је и најосетљивији на дејство оксидативног стреса (по принципу, сложени системи први се кваре). На тај начин оксидативни стрес има за директну последицу смањен имунитет и покретање па-



толошких процеса, посебно на крвним судовима. Резултат је повећана подложност инфекцијама и прехладама, промене на крвним судовима и поремећај циркулације. Да би се спречиле штетне последице оксидативног стреса, најважнија је превенција, која подразумева правилну уравнотежену исхрану, умерену физичку активност и редовне систематске прегледе. Додатни унос антиоксиданаса један је од најбољих начина да помогнемо организму у борби против штетних последица оксидативног стреса и одржимо виталност имунског и кардиоваскуларног система.

Антиоксиданси су биолошки активне материје које уклањају вишак слободних радикала и на тај начин спречавају развој оксида-

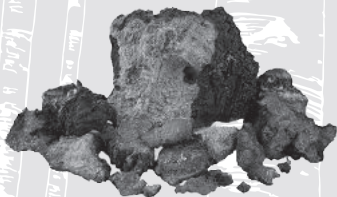
тивног стреса. Чага, као један од најмоћнијих познатих антиоксиданаса, садржи висок ниво супероксид дисмутазе (СОД), изузетно важног ензима који функционише као снажан ендогени антиоксиданс у човековом организму. Овај ензим врло ефикасно делује против убрзаног старења, неутралишући слободне радикале и спречавајући оксидативна оштећења ћелија и ткива. СОД се у различитим облицима налази у свим људским ткивима, али ниво опада с годинама, почев од 30. године (тзв. биолошка низбрдица) и неопходно је одржавати га. Оптимални извори СОД-а укључују чагу и друге медицинске печурке, као и грашак, тамно лиснато поврће и др.

Иако су све медицинске гљиве богате СОД-ом, чага има далеко највећу концентрацију, чак је 50 пута већа него код моћне раиши печурке. Осим тога, један од најважнијих стерола који се налази у чаги је ланостерол, који учествује у изградњи ћелијских мембрана и потпомаже рад ендокриног система, а има и антивирусна својства. Још један моћни састојак чаге припада групи полисахарида, који подстичу функцију имунског система и панкреаса, док инотодиол, тритерпеноид изолован из чаге, инхибира пролиферацију туморских ћелија у лабораторијским условима.

На тај начин чага представља јединствену лепезу биолошки активних супстанци, које својим синер-

гистичким деловањем омогућавају правилно функционисање читавог организма, и може се препоручити у свим ситуацијама појачане изложености стресу и нарушеног имунитета.

Др Јанко Самарџић,
специјалиста клиничке
фармакологије



Изабране референце:

Lemieszek MK et al. Anticancer effects of fraction isolated from fruiting bodies of Chaga medicinal mushroom, *Inonotus obliquus* (Pers.:Fr.) Pilat (Aphyllophoromycetideae): in vitro studies. *Int J Med Mushrooms*. 2011; 13 (2): 131-43.

Sim YC et al. Effects of polysaccharides isolated from *Inonotus obliquus* against hydrogen peroxide-induced oxidative damage in RINm5F pancreatic-cells. *Mol Med Rep*. 2016; 14 (5): 4263-70.

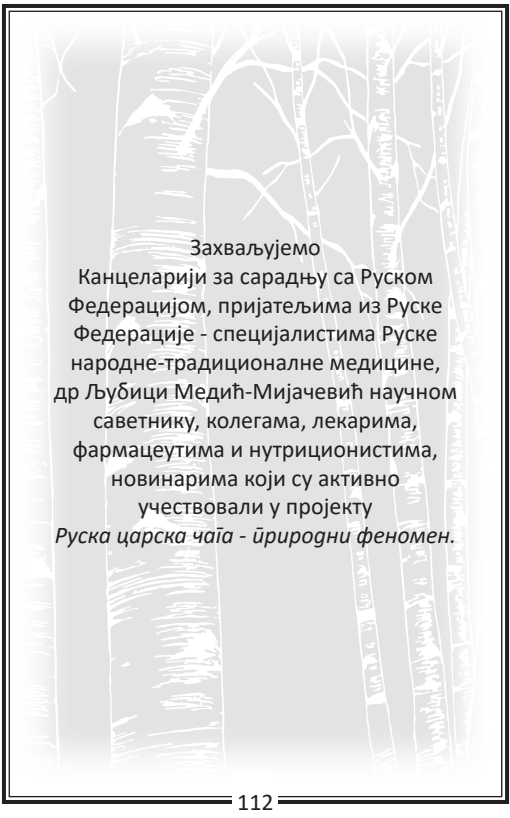
Zhao FK et al. Chemical constituents from *Inonotus obliquus* and their antitumor activities. *Journal of natural medicines*. 2016; 70 (4): 721-30.



Дијететски суплемент Руска царска чага поседује категоризацију и стручно мишљење Фармацеутског Факултета као и упис у базу података Министарства Здравља Републике Србије

Више информација на број
00381313832034

Бесплатан савет нутриционисте или
фармацеута на број 00381658322277

The background of the page features a stylized, light-colored illustration of a forest. It shows several birch trees with characteristic white bark and dark horizontal lenticels. The branches are thin and delicate, some reaching upwards and others spreading out. In the lower-left area, a small deer is depicted standing and facing right. The entire illustration is rendered in a soft, sketchy style with light gray and white tones, creating a serene and naturalistic atmosphere.

Захваљујемо
Канцеларији за сарадњу са Руском
Федерацијом, пријатељима из Руске
Федерације - специјалистима Руске
народне-традиционалне медицине,
др Љубици Медић-Мијачевић научном
саветнику, колегама, лекарима,
фармацеутима и нутриционистима,
новинарима који су активно
учествовали у пројекту
Руска царска чаја - њиродни феномен.