

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

AURICULARIA – *Auricularia polytricha*

jidášovo ucho

Použití v praxi

- léčba oběhového systému + Reishi
- snižování rizika trombózy + Reishi
- prevence a doplňková terapie arteriosklerózy + Reishi, Shiitake
- regulace úrovně krevních tuků + Shiitake
- redukce zánětů, zejména kožních, slizničních a očních + Shiitake, Reishi
- imunomodulační účinky
- antioxidant

Další motivy: leukorea (bělavý hlenovitý výtok), hemoroidy, stimulace střevní peristaltiky, zácpa, křeče, nadváha, hypertenze, snižuje cholesterol, záněty kloubů, zvyšuje přísun kyslíku do krve, zpomaluje stárnutí, slabost po porodu, tinnitus, lumbago,

TCM charakteristika

teplota – neutrální

chuť – sladká

tropismus – játra, slezina

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- vyživuje yin a zvlhčuje
- doplňuje qi a vyživuje krev
- oživuje krev, zastavuje bolest
- vyživuje plíce
- zastavuje krvácení (děloha, hemeroidy)
- posiluje pohyb střev

Ne v těhotenství!!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

AGARICUS - *Agaricus blazei Murill* (ABM)

žampion mandlový/brazilský

Použití v praxi

- léčba alergií a autoimunitních onemocnění + Reishi, Hericium
- stimulace imunitního systému, ochrana před infekcí + Coriolus, Reishi, Shiitake
- prevence rakoviny u vysoce rizikových skupin
- doplňková terapie rakoviny – dle typu nádoru
- regulace úrovně cukru v krvi + Maitake, Coprinus

Další motivy: nádorová onemocnění pod „pupkem“, kožní onemocnění, podpora a ochrana jater, podporuje peristaltiku střev, snižuje vysoký krevní tlak, regulace krevních tuků, snižuje cholesterol, doplňková terapie arteriosklerózy, spasmu cév DK (+ Reishi)

TCM charakteristika

teplota – teplá

chuť – sladká, lehce pálivá

tropismus – slezina, žaludek, střeva

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- posiluje qi celého organismu
- posiluje obrannou qi
- transformuje hleny, zastavuje kašel
- zmírňuje křeče
- vypuzuje červy

Neužívat dlouhodobě. Nebo dělat v terapii pauzy.

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

COPRINUS – *Coprinus comatus*

hnojník obecný

Použití v praxi

- regulace úrovně krevního cukru při diabetu (hlavní indikace) + Maitake
- podpora metabolismu a trávení + Auricularia
- zlepšení krevního oběhu + Agaricus, Hericium
- doplňková terapie sarkomů a nádorů závislých na hormonech + Agaricus, Reishi, Coriolus, Shiitake

Další motivy: hypertenze, snižuje tvorbu rakovinových buněk v prsou, hemoroidy, záněty, zácpa

TCM charakteristika

chuť – sladká

teplota – neutrální

tropismus – slezina, žaludek

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- posiluje qi sleziny a žaludku
- podporuje yin žaludu, ledvin, plic
- u horkosti z nedostatku

U diabetu opatrně dávkovat!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

CORDYCEPS – *Cordyceps sinensis*

housenice čínská

Použití v praxi

- podpora výkonu a zkrácení fází regenerace
- zlepšení odolnosti vůči stresu + Reishi, Hericium
- regulace plodnosti a sexuálních dysfunkcí/poruch (podpora libida)
- podpora funkce ledvin
- regulace štítné žlázy + Reishi, Agaricus
- posílení imunitního systému
- pozvednutí lidské nálady
- podpora funkce srdce + Reishi, Agaricus, Shiitake
- podpora funkce plic + Reishi, Coriolus

Další motivy: diabetes, neplodnost, zlepšení kvality spermií, impotence, předčasná ejakulace, zvyšuje hladinu testosteronu, astma (především u dětí), přetrvávající kašel, nemoci plic (COPD, emfyzém, rozedma), alergická rýma, opakující se infekce močových cest, únavy, vyčerpání, ochrana jater (cirhózy, hepatitidy), anti-aging účinky, virové či bakteriální infekce, osteoporóza, snižuje cholesterol, regenerace svalů, stimuluje oběh krve a reguluje menstruaci (metrorrhagie, silná menstruace...), podpora při selhávání ledvin, stresové stavy, aktivuje fagocytózu makrofágů, podporuje spánek (je-li málo energie), ateroskleróza, arytmie, zvyšuje počet trombocytů (trombocytopenie po chemoterapiích), borelióza, strach, deprese, profylaxe očkování (+ Coriolus), alergie na spermie, slabá imunita od dětství

TCM charakteristika

teplota – teplá

chuť – sladká

tropismus – plíce, ledviny

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje ledvinový yang a ming men
- posiluje plicní yin
- vyživuje esenci ledvin
- transformuje hlen a zastavuje kašel
- uklidňuje ducha
- podporuje obrannou qi

Nepodávat večer! Ne u stavů nespavosti, horkých onemocněních, u akutních zánětů, při všech stavech horkosti.

Opatrně v těhotenství.

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

CORIOLUS – *Coriolus versicolor*

outkovka pestrá

Použití v praxi

- doplňková terapie při rakovině a prevence rakoviny - + kterékoliv houby, dle typu nádoru
- zlepšení snášenlivosti chemoterapie a radioterapie – posílení imunitního systému + Reishi, ABM, Shiitake
- podpora při poruchách funkce jater + Maitake, Reishi, ABM, Shiitake
- posílení tělesného obranného systému, především proti virovým a bakteriálním nemocem + ABM, Cordyceps, Reishi, Shiitake
- protiplísňový účinek + Shiitake

Další motivy: chrání a regeneruje sliznice, infekce močových cest!, papilomavirové infekce!, chlamydie (s Polyporem)!, virové infekce (opary, chřipka, bradavice...), mykózy (canida...), tinnitus, edémy, u IMC a sinusitid, záněty střev a žaludku, v preventivní medicíně posiluje vertikální osu – osu potenciality, základ pro dobré těhotenství (+ Cordyceps), hepatoprotektivní účinky, hepatitidy, cirhózy, záněty kloubů, melanom, nefritidy, nádorová onemocnění pod pupkem, lymfom, leukémie, rakovina dělohy, prsou, žaludku, plic, tlustého střeva, akutní sinusitida, podpůrná léčba při HIV, únavové stavy, infekce horních cest dýchacích, herpes (opar), EB viróza, mononukleóza, autoimunitní problémy, štípnutí hmyzem (externě s octem), akutní bronchitida, celoroční alergická rýma

TCM charakteristika

teplota – mírně teplá (jiné zdroje uvádí mírně chladný, proto použitelný u horkostí, zánětů)

chuť – sladká

tropismus – slezina, srdce, žaludek (některé zdroje uvádí i ledviny)

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje slezinu
- odvádí vlhkost a transformuje hlen, odvádí patogeny
- vyživuje srdce a ducha
- doplňuje yin jater a ledvin
- ochlazuje horko

Lze užívat dlouhodobě. Dáváme ho po vysazení Agaricu.

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

ENOKI – *Flammulina velutipes*

penízovka sametonohá

Použití v praxi

- stimulace imunitního systému (kvasinky, bakterie, viry, plísně) + Shiitake, Coriolus, ABM, Reishi, Maitake
- doplňková terapie rakoviny (metastázy) + dle typu nádoru
- podpora u chemo či radioterapie
- podpora kardiovaskulárního systému + Reishi, Cordyceps, Auricularia
- diabetes, regulace úrovně krevních cukrů + Maitake, Shiitake
- potravinové alergie + Hericium + Reishi
- dermatitidy, ekzémy + Reishi, Agaricus

Další motivy: alergické reakce, ekzémy, antioxidační účinky, hepatoprotektivní účinky, podpora správného složení mikroflóry, zlepšení mentálních funkcí, nespavost, přírodní antibiotikum, protizánětlivé působení, akné, Crohnova choroba, žaludeční vředy, *Helicobacter pylori*, trombolytické účinky, cholesterol, hypertenze, zlepšuje funkci slinivky, záněty, bělotok

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

HERICIUM – *Hericium erinaceus*

korálovec ježatý

Použití v praxi

- regulace žaludečních a střevních problémů, zejména při gastrointestinálním zánětu + Reishi, Shiitake, Coprinus
- prevence nádorových poruch, především rakoviny žaludku, střev, jícnu a kůže – dle typu nádoru
- posílení imunitního systému + kterákoliv medicínální houba
- doplňková terapie u nervových onemocnění + Reishi, Cordyceps
- tlášení depresivních nálad + Cordyceps
- neklid a poruchy spánku + Reishi

Další motivy: problémy žaludku, gastritidy, zklidňuje sliznice, *Helicobacter pylori*, celiakie + Reishi, neurastenie, stres, působí na NGF faktor u neurodegenerativních onemocnění (demence, Parkinson (je-li s depresí + Cordyceps), Alzheimer (+ Reishi), roztroušená skleróza...), zlepšuje fungování nervového systému, neuropatie, zlepšení koncentrace, posílení peristaltiky střev (spíše odvar ze sušeného Hericia), multirezistentní zlatý stafylokok, nádorová onemocnění (žaludku, jícnu, tlustého střeva, jater, děložního krčku), stres, vnitřní neklid

TCM charakteristika

teplota – neutrální

chuť – sladká, fádňá

tropismus – slezina, žaludek, srdce (dle jiných zdrojů + játra, ledviny či všechny okruhy)

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- posiluje žaludek a reguluje jeho Qi
- doplňuje slezinu a napomáhá trávení
- uklidňuje ducha Shen a posiluje činnost mozku
- působí na všechny orgánové soustavy

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

HLÍVA – *Pleurotus ostreatus*

hlíva ústříčná

Použití v praxi

- stimulace imunitního systému + Shiitake, Coriolus, ABM, Reishi, Maitake
- doplňková terapie rakoviny + dle typu nádoru
- regulace cholesterolu a tlaku krve + Reishi, Maitake, Auricularia
- regulace úrovně krevních tuků + Shiitake
- podpora metabolismu, peristaltiky + Maitake
- dermatitidy, ekzémy + Reishi, Agaricus
- přírodní prostředek proti stárnutí + Reishi, Auricularia, Polyporus, Cordyceps

Další motivy: protiinfekční účinky, dokáže inhibovat růst mnoha typů bakterií: *Bacillus megaterium*, *Staphylococcus aureus*, *Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Klebsiella pneumoniae*, protivirové působení, herpetické i chřipkové viry, HIV, antimykotické působení, ztuhlost svalů a šlach, lubago, bolesti pohybového aparátu, regenerace vnitřních orgánů, podpora peristaltiky, respirační problémy, opakující se záněty dýchacích cest, astma, alergie, zahlenění, protizánětlivé účinky, snižuje srážlivost krve, kardiovaskulární problémy, ateroskleróza, hemeroidy, křečové žíly, antioxidační účinky, diabetes, dokáže snížit glykémii, aniž by tím byla ovlivněna hladina inzulínu, hepatoprotektivní účinky, detoxikace (akumuluje těžké kovy), zmírňuje křeče, znecitlivění končetin, růst vlasů, krvetvorba,

TCM charakteristika

teplota – mírně teplá

chuť – sladká

tropismus – játra, slezina, žaludek

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje qi sleziny
- odvádí vlhkost
- posiluje cévy
- posiluje pohyb střev
- vylučuje větrný chlad
- vypuzuje parazity

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

CHAGA – *Inonotus obliquus*

rezavec šikmý

Použití v praxi

- aktivace imunitního systému v případě bakteriální a virové infekce + Coriolus, ABM, Reishi, Maitake
- regulace cholesterolu a tlaku krve + Reishi, Maitake, Auricularia
- podporuje kardiovaskulární systém
- podporuje a pročištění střev + Hericium
- působí protizánětlivě + Reishi
- doplňková terapie nádorů a prevence nádorů + dle typu nádoru

Další motivy: podpora u diabetu, analgetické účinky (zmírňuje bolesti), hepatoprotektivní účinky (ochrana jater), podpora mentálních funkcí – paměť, koncentrace, myšlení (inhibuje enzym acetylcholinesterázu v mozku), detoxikační působení, silné antioxidační působení, podpora trávení, gastritidy, žaludeční či dvanácterníkové vředy, podpora při sportu (s Coriolem a Cordycepem), Crohnova choroba, ulcerózní kolitida, ekzémy, psoriáza, čistí krev, leukémie, malárie, podporuje oči a vlasy, je to asi nejsilnější adaptogen, antiaging účinky, protialergické působení (prevence proti anafylaktickému šoku), pásový opar, kandidóza, hepatitida C,

TCM charakteristika

teplota – teplá

chuť – sladká

tropismus – játra, slezina, srdce (ledviny, žaludek)

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- vyživuje játra, ledviny a srdce
- přeměňuje hlen
- oživuje krev
- uklidňuje ducha
- podporuje obrannou qi

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

MAITAKE – *Grifola frondoza*

trsnatec lupenitý

Použití v praxi

- doplňková terapie pro diabetes typu 2 + Coprinus, ABM
- prevence metabolického syndromu + Coprinus
- podpora regulace váhy + Hericium, Reishi, Cordyceps
- doplňková terapie u rakoviny (Ca prsu!)
- zlepšení obranyschopnosti proti virům
- posílení imunitního systému + ABM, Reishi a Coriolus
- zlepšení snášenlivosti chemoterapie a radioterapie + ABM, Reishi, Coriolus, event. Hericium (průjem)
- osteoporóza + Shiitake

Další motivy: u žen rakovina prsu, u mužů karcinom jater, plic, slinivky či prostaty, diabetes (+ Coprinus), metabolický syndrom, snižuje hladinu tuků, hypertenze, slabost močového měchýře (+ Reishi – u starších, + Cordyceps – u mladších), „ochranná“ houba u lidí staršího věku, „preventivní“ houba (posiluje ledviny a játra), edémy, zástava močení, ascites, obezita, nedostatek qi a hromadění vlhkosti, osteoporóza, obecně posílení kostí, hemoroidy

TCM charakteristika

teplota – neutrální

chuť – sladká

tropismus – plíce, ledviny, tlusté střevo (všech pět okruhů)

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje slezinu a její Qi
- odvádí vlhkost
- tonizuje ledviny a játra
- pročišťuje horkost
- uklidňuje ducha

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

POLYPORUS – *Polyporus umbellatus*

choroš oříš

Použití v praxi

- boj s bakteriálními infekcemi + Coriolus, Cordyceps, Reishi
- modulace imunitního systému + Reishi, Agaricus, Shiitake
- podpora odvodňování a průtoku lymfy + Reishi
- otoky
- regulace tlaku krve (regulace diastolické hodnoty) + Reishi, Shiitake, Maitake, Auricularia
- zlepšení růstu vlasů a struktury kůže + Reishi, Hericium, Cordyceps
- podpora jako součást prevence a léčby rakoviny

Další motivy: diuretický efekt (proti konvenčním diuretikům odvádí jen 1/3 minerálů), po chemoterapii (+ Cordyceps), s Reishi snižuje diastolický tlak, zánět močového měchýře (ne pokud je oslaben), rakovina močového měchýře, podpůrně pro všechna onemocnění kůže, regulace struktury kůže, zastavení růstu rakovinných buněk u karcinomu jater, antibiotický efekt (*Staphylococcus aureus* a *E.coli*), posílení imunity u pacientů s nadváhou – zvláště pokud mají časté infekty (+ Agaricus, Polyporus), hepatoprotektivní účinek (+ Maitake), psoriasis (+ Auricularia), močové kameny, potíže s vylučováním moči, podporuje močení, průjmy, edém, žloutenka, hepatitis, karcinom plic, krvácení ze slabosti sleziny, Bi syndromy, při a po chemoterapii, alopecia areata (+ Reishi), otevírá póry, regulace lymfatického systému

TCM charakteristika

teplota – svěží

chuť – lehce sladká

tropismus – slezina, ledviny, močový měchýř

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- podporuje močení
- odstraňuje otoky
- odvádí vlhkost

Nepoužívat pro nádory lymfatických uzlin!

Neužívat spolu s diuretiky.

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

REISHI – *Ganoderma lucidum*

lesklókorka lesklá

Použití v praxi

- všeobecné posílení imunitního systému + Agaricus, Shiitake, Coriolus
- terapie alergií + Agaricus, Hericium (zejména pro pročištění střev)
- podpora fyzického a mentálního zdravotního stavu + Cordyceps
- doplňková terapie rakoviny + dle typu nádoru
- podpora srdce a oběhu + Shiitake, Agaricus, Maitake, Auricularia, Cordyceps
- přírodní prostředek proti stárnutí + Cordyceps
- pomoc při poruchách spánku, nervovém neklidu a vyčerpání + Hericium, Cordyceps
- doplňková terapie u poruch jater + Maitake, Agaricus, Shiitake

Další motivy: protizánětlivé účinky, nespavost, úzkosti, nadváha, únavy, reguluje lipidy a cholesterol, anti-aging účinky (+ Polyporus, Cordyceps), ochrana srdce a jater, alergie (zastavuje uvolňování histaminu + vitamín C), alergie na potraviny (+ Hericium), onemocnění pohybového aparátu, odstranění stresu, CA žaludku, jater, plic, kůže, mozku, ledvin, posílení imunitního systému, kožní onemocnění, působí antineoplasticky, posiluje kardiovaskulární systém (zvyšuje kontraktilitu, snižuje TK, brání hypoxii srdečního svalu), antibiotické působení (proti E.coli, B.dysenterie, Pseudomonas, pneumokokům, streptokokům, stafylokokům), posiluje játra, diabetes, tiší kašel, podporuje vykašlávání, sedativně, analgeticky, antihistaminový efekt, bronchitida (+ Cordyceps – dlouhodobě, + Coriolus u akutního stavu – regeneruje sliznice), neurastenie, leukopenie, cirhóza jater, dermatologická onemocnění, tělesná či duševní únava, artróza, artritida, leukemie (účinek na kostní dřeň), onemocnění sítnice, svalová atrofie a dystrofie a RS, detoxikace jater, reguluje obrannou qi, výrazný antioxidant (P/E),

TCM charakteristika

teplota – neutrální

chuť – sladká a lehce hořká

tropismus – srdce, játra, plíce (podle některých pramenů má tropismus i k ledvinám či slezině)

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje Qi a vyživuje krev
- uklidňuje ducha
- transformuje hleny a zastavuje kašel
- utiňuje dušnost
- posiluje esenci ledvin

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

SHIITAKE – *Lentinula edodes*

houževnatec jedlý

Použití v praxi

- aktivace imunitního systému v případě bakteriální a virové infekce + Coriolus, ABM, Reishi, Maitake
- regulace cholesterolu a tlaku krve + Reishi, Maitake, Auricularia
- antiarteriosklerotický účinek + Coprinus, Auricularia
- podpora pročištění střev + Hericium
- zmírnění onemocnění v případě osteoporózy a revmatických chorob + Maitake
- doplňková terapie nádorů a prevence nádorů + dle typu nádoru

Další motivy: kandidózy, prevence nachlazení, únavy, výrazné protivirové působení (+ Coriolus), posiluje tvorbu střevní flóry, nádorová onemocnění trávicích orgánů a jater, artritida, artróza, silně snižuje hladinu cholesterolu, anemie, hepatoprotektivní účinky, prevence proti zubnímu kazu, podpurná léčba u HIV, podpora u alergií

TCM charakteristika

teplota – neutrální

chuť – sladká

tropismus – žaludek, slezina, plíce

Účinky podle tradiční čínské medicíny:

- doplňuje Qi a vyživuje krev
- rozpouští vlhkost a hlen

Výukový materiál Asociace pro podporu a rozvoj mykoterapie

Materiál slouží pouze pro vzdělávací účely. Není určen k nahrazení rad od kvalifikovaného lékaře.

Bez předchozího písemného souhlasu ze strany autora materiálů nelze žádným způsobem využívat údaje z těchto materiálů ke komerčním účelům!!!