



Chaga – polypore oblique

D'autres désignations: IONONOTUS OBLIQUUS,
Chaga Mushroom, huashugu

Origine:

- Régions froides Russie, Pologne, Pays Baltes et Finlande
- Il pousse principalement sur des feuillus, de préférence sur de vieux bouleaux

Ingrédients particuliers:

Polysaccharides
Bêta-glucanes
Lanostane
Triterpènes
Bétuline
Lanostérol
Inotodiol
Manganèse, germanium, zinc,
Bore et tous les acides aminés à l'exception de l'isoleucine

Histoire:

La première mention de l'utilisation de ce champignon en Europe se trouve dans un document concernant la phytothérapie russe datant du 19ème siècle (Vinogradov 1915). Son aspect externe est tout sauf ordinaire. Avec sa forme irrégulière et foncée qui peut atteindre une taille de 50 centimètres, le chaga fait plutôt penser à un corps étranger ou à du charbon de bois brûlé, notamment lorsqu'il se trouve sur un tronc de bouleau de couleur claire. De récentes recherches ont démontré qu'en raison de sa valeur ORAC élevée, le chaga est l'un des agents antioxydants les plus puissants qui existent.

Possibles indications thérapeutiques:

- Comme prévention ou comme complément en cas de tumeurs (p.ex. mélanomes, tumeurs cérébrales)
- Maladies inflammatoires de l'estomac et de l'intestin, gastrite chronique, ulcère, colitis ulcerosa, maladie de Crohn, leaky gutt
- Dermatitis (psoriasis)
- Antiviral (p.ex. herpes simplex, hépatite)
- Agent antioxydant, tonique général
- Cicatrisation

Particularités:

Le chaga pousse dans les régions très froides dans le nord de la Scandinavie et en Sibérie. Les températures ambiantes doivent être très basses pour que le chaga puisse développer ses propriétés uniques qui le rendent si précieux pour l'utilisation thérapeutique.

Questions fréquemment posées sur le thème des champignons médicinaux et leurs réponses

Les champignons médicinaux ont-ils des effets secondaires ?

Les effets secondaires sont très rares en mycothérapie. L'on rapporte occasionnellement de légers changements en termes de digestion qui sont dus aux fibres et aux protéines du champignon qui sont difficiles à digérer. En réduisant la dose, on donne à l'organisme l'opportunité de s'habituer lentement aux champignons.

Dans certains cas, les personnes souffrant d'allergies alimentaires sont susceptibles de développer des réactions allergiques suite à la prise de champignons médicinaux. Avec le Shiitake, des éruptions cutanées accompagnées de démangeaisons ont été observées chez les personnes prédisposées. Dans ce cas extrêmement rare, il est possible de ne plus consommer en continu le Shiitake et de passer à un autre champignon médicinal.

Comment faire pour trouver le champignon Médicinal adapté à mes besoins ?

Vous trouverez une vue d'ensemble des champignons et ce pour quoi ils sont indiqués dans cette brochure. Étant donné que chaque personne réagit différemment, vous devez demander conseil à un mycothérapeute si vous ne savez pas quel champignon vous convient le mieux. Nous fournissons sur notre page d'accueil (www.gfvs.ch), dans la rubrique "Trouver un thérapeute", une liste exhaustive des praticiens qui possèdent des connaissances particulières en mycothérapie.

Quand et comment les produits à base de champignons doivent-ils être pris ?

Il convient de prendre les préparations pendant ou après le repas avec beaucoup d'eau. Il est possible de diviser la dose journalière en deux ou trois portions. Un traitement standard dure entre trois et six mois. Naturellement, cela dépend également depuis combien de temps les troubles existent et si le traitement est supporté avec d'autres mesures, telles qu'une modification du régime alimentaire. Il est important de ne pas interrompre immédiatement la prise de champignons dès les premiers signes de rétablissement, mais plutôt de continuer à les prendre pendant au moins quelques semaines de manière à stabiliser la condition physique.

En combien de temps les premiers résultats sont-ils visibles ?

Souvent, le premier soulagement notable des symptômes existants a lieu quelques jours après la prise des champignons. Toutefois, en cas de maladies chroniques, il faut attendre entre six et huit semaines avant de noter les premiers effets.

Puis-je également prendre des médicaments médicinaux pendant une chimiothérapie ?

Oui ! Surtout pendant un traitement pénible, vous bénéficiez du soutien procuré par les champignons médicinaux. Idéalement, vous devez commencer à prendre des champignons médicinaux avant la chimiothérapie afin de maintenir les effets secondaires du traitement conventionnel à un faible niveau.

Où puis-je trouver des produits à base de champignons ?

Vous trouverez une sélection des fournisseurs contrôlés de haute qualité sur notre site Web www.gfvs.ch. Vous devez généralement faire attention à la fiabilité du fournisseur. C'est avec plaisir que nous vous fournissons une sélection de fournisseurs par téléphone.

A quoi faut-il faire attention en matière de produits à base de champignons vitaux ?

Qu'ils soient inoffensifs pour la santé. Demandez à voir les analyses sur les métaux lourds, les pesticides, l'irradiation et la radioactivité !

Que les produits soient efficaces. Seuls les produits très finement broyés (selon le procédé shell broken) présentent une biodisponibilité optimale.