

A close-up photograph of a balance scale. On the left, a brass weight hangs from a chain. On the right, a bundle of dried mushrooms is tied with a white string. The mushrooms are light brown and have a textured, fibrous appearance. The background is a plain, light-colored surface.

# I FUNGHI VITALI e la loro forza



## Grifola frondosa, Maitake

Il termine „Maitake“ deriva dal giapponese e significa „fungo danzante“. Essendo molto raro, quando veniva rinvenuto si faceva una danza di gioia. Il Grifola frondosa è un fungo commestibile apprezzato e da secoli viene raccolto e consumato in Cina e Giappone. Cresce prevalentemente sulle querce, più raramente su tigli, castagni e faggi. È denominato anche „**fungo del benessere**“.

## Componenti

### Minerali e oligoelementi:

potassio, ferro, magnesio, rame, zinco, calcio, selenio;

**Vitamine:** vitamina B1 (tiamina), vitamina B2 (riboflavina), vitamina B3 (niacina), vitamina B5 (acido pantotenico), vitamina B7 (biotina), vitamina B9 (acido folico), vitamina C, alto contenuto di ergosterolo, precursore della vitamina D2;

**Polisaccaridi:** beta-D-glucani Grifolano e Grifolina, eteropolisaccaridi con saccaridi come arabinosio, fucosio, galattosio e mannosio;

### Aminoacidi;

**Altri componenti:** fibre, acidi grassi, carboidrati, lectine, metalloproteine, grifon D.

## Impieghi

Diabete di tipo 2, osteoporosi, sovrappeso, tendenza alla metastasi, in particolare nel fegato e nelle ossa, HIV, effetti indesiderati della chemioterapia, cisti ricorrenti, regolazione della pressione sanguigna, allergie, asma, epatite, malattie della pelle, acufene;

**Tumori:** seno, polmoni, leucemia, stomaco, fegato, vescica, prostata, carcinoma del colon-retto, cervello, melanoma;

**Organi interessati:** fegato, ossa, prostata, seno, ovaie, vescica, pelle.

**Colophon**

**Curatore:** Mag. Dr. Gerhard Gruber - Merano

**Stampa:** stampato su carta naturale dalla Tipografia Union

© **Copyright:** Gerhard Gruber 2016

**Foto:** Shutterstock, Fotolia, Archivio Gerhard Gruber