



AURICULARIA POLYTRICHA

L'Auricularia Polytricha, anche detta "Orecchio di Giuda" o "Morchella Cinese" o Kikurage" in Giapponese, nella letteratura scientifica Occidentale è stata descritta come "Auricularia Auricula-Judae", perché ha la forma di un orecchio ed è stata scoperta su un albero di sambuco, lo stesso albero da cui Giuda si era impiccato.

Descrizione

I Funghi Auricularia sono larghi da 3 a 10 cm., di colore marrone-rossiccio, consistenza gelatinosa, crescita annuale e sapore insipido. Venivano storicamente utilizzati sotto forma di sciroppi tonici, the, estratti, tisane, liquori e polveri. Vive su tronchi e ceppaie di latifoglie, tutto l'anno, specialmente su rami mozzi di sambuco. È un fungo commestibile anche da crudo.

Proprietà

Studi scientifici hanno dimostrato che l'Auricularia Polytricha ha proprietà **anticoagulanti**, con effetto antiaggregante piastrinico: aumenta la fluidità del sangue, migliorando l'irrorazione di vene con problemi di stenosi. L'Auricularia polytricha è in grado di prevenire le trombosi e altre occlusioni venose, riducendo le probabilità di infarto. Anche in caso di **insufficienza venosa periferica o angina nelle gambe**, disturbo che, in caso di sforzo, procura forti dolori alle estremità a causa della ridotta circolazione, l'assunzione dell'Auricularia polytricha può essere un valido aiuto, anche preventivo, contro flebiti ed emorroidi. Il grande vantaggio rispetto ai farmaci consiste nel fatto che agisce sul collagene delle vene, aiutandone la rigenerazione, perciò il suo uso esclude il pericolo di emorragie interne. Inoltre, si rivela **ipoglicemizzante, ipocolesterolemizzante, antiossidante**. Utile nel trattamento di tosse secca, faringite, sinusite e colite cronica. In più, l'Auricularia ha un effetto eccellente contro la **stitichezza**, anche nelle forme più ostinate, grazie a due azioni combinate che svolge nell'intestino: rilascia la muscolatura contratta del colon con un'azione antispastica. Altri esperimenti scientifici hanno comprovato l'efficacia **antinfiammatoria** di questo fungo, in modo particolare per quanto riguarda le mucose: si rivela un ottimo rimedio naturale anche per quanto riguarda la **pressione arteriosa**, soprattutto nelle forme cosiddette borderline, in cui la pressione è alta, ma non stabilmente. Inoltre è stata rilevata anche un'azione **immunomodulante**: questa proprietà è evidenziata dal fatto che i funghi possiedono una forte digestione enzimatica ed un efficiente apparato immunitario, capace di proteggerli contro la gran quantità di germi delle sostanze organiche in decomposizione, presenti nel terreno su cui vivono. Pertanto, per sopravvivere e inattivare queste tossine, rilasciano speciali polisaccaridi che contrastano gli agenti patogeni del terreno: una volta che il fungo viene ingerito, questi polisaccaridi esercitano analogo funzione sull'uomo, stimolando o sostenendo l'apparato immunologico.

Composizione

14,4% di proteine, 1,2% di grassi e il 65,4% di carboidrati, 4,2% di fibre e 5,4% dei componenti minerali. La parte minerale è composta da 35% di potassio, 18% di calcio, ma solo il 6% di sodio. Altri minerali degni di nota sono il magnesio (6,6%), fosforo (7,9%) e silicio (9,7%). A causa dell'alto contenuto di fibre e proteine e basso contenuto di grassi, gli estratti di questo fungo sono stati considerati come ideali alimenti dietetici. .

Avvertenze

E'consigliato in gravidanza e per chi assume antiaggreganti piastrinici e anticoagulanti orali farmacologici.

Dosaggio

Due compresse due volte al dì, durante i pasti, con abbondante acqua.

Bibliografia

Jeong SC, Cho SP, Yang BK, Gu VA, Jang JI, Huh TL, Song CH Production of an anti-complement exopolymer produced by *Auricularia auricula-judae* in submerged culture. *Biotechnol Lett*, Jun 2004; 26(11): 923-7.

Blog online del dott. Ardigò

Quanto sopra è tratto da materiale informativo delle ditte produttrici, ricerche Web e materiale bibliografico. Il Laboratorio d'Erbe Sauro non è responsabile della diffusione di indicazioni che si rivelassero non rispondenti a verità. Inoltre, quanto qui riportato è da intendersi come suggerimento e non vuole né può sostituirsi alla diagnosi del medico, che è opportuno consultare sempre, prima di decidere della propria salute.