

冬虫夏草食用的千年之误

冬虫夏草咋吃才合适

据悉,公元780年,冬虫夏草就被发现了药用价值,从《藏本草》到《中国药典》,冬虫夏草是中药中唯一能“阴阳同补”的异类。李时珍称它为“人身不老药”,其兼具了虫的阳和草的阴两种特征、“一药广效”的药用价值,被赋予“东方圣草”“药中黄金”的美誉。

由于冬虫夏草既是真菌又有动物蛋白成分,一根虫草所含精华成分能带给人们惊喜的效果。然而现代研究证实,以下几种吃法是不正确的。

吃法一:煮水当茶喝。弊病:虫草特殊的形成过程,使它拥有了几十种协同作用的化合物,其中有很多对人有利的成分在温度超过60℃时,会产生变性、挥发、水解,使其功效大大降低。

吃法二:结合不同的肉类品种炖着吃或泡酒喝。弊病:无法达到破膜破壁的程度,不易被人体吸收。比如虫草泡酒喝的话,仅有4%的有效成分溶于乙醇。

吃法三:使用研磨机将冬虫夏草磨成粉。弊病:冬虫夏草表面含有霉菌、病菌、寄生虫卵和重金属等有害物,一般家庭根本无法洗净。

以上几种吃法,因为吸收率极低,必须大量、长期服用虫草才有效。另外,费用高,一般家庭无法承受。

冬虫夏草,并非冬为“虫”夏为“草”,而是一种真菌——麦角菌科冬虫夏草菌,其具有似虫非虫,似草非草的独特外形,是一种传统的名贵滋补中药材,在调节免疫系统功能、肾脏功能、调节造血功能、抗肿瘤、抗疲劳等方面有多种功效。近年来,冬虫夏草已成为高端滋补品中的极品。

虫草破膜破壁新吃法

那么,怎么吃才能完全利用冬虫夏草的功效是很有讲究的。在相关科研人员的努力下,虫草破膜破壁的壁垒终于被攻克,让人们能够真正享受到冬虫夏草这个大自然所给予的最神奇馈赠,极大程度地节约了日益紧张的冬虫夏草资源。同时,实现有限资源的极限利用。

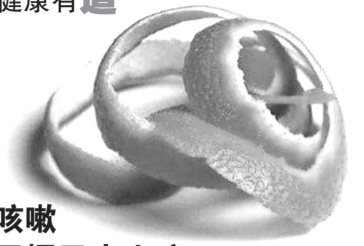
据了解,新的方法主要采取以下技术:首先是清洗,通过冬虫夏草专业清洗工具用15℃的水精洗110秒,确保每一根冬虫夏草达到显微镜级清洁程度,再加上低温冷灭菌,从工业原料级跃升为直接食用级。

其次是经过低温超微粉碎技术,将坚固的细胞膜和细胞壁统统打破,把200目的大细胞粉碎成2000目的超微粒子,让精华成分最大限度释放,并全数得到保留。

最后,将虫草混入菌丝中,待药性稳定后,再装进胶囊里,食用方便,吸收好,见效快。保存期是普通方式的6倍以上,且品质恒定。

有专家说,冬虫夏草性味平和,其主要功能是增强人体免疫力,补肺补肾,益精气,性偏温,是养生、保健、调节免疫系统功能的极品。一般情况下四季都可服用,但对于健康人的服用量可适当减少。 亚飞

健康有道



冬季咳嗽不妨用橘子皮止咳

在日常生活中,橘子是秋、冬季人们常食的水果之一,而且很多人认为橘子有润肺止咳的功效。但专家提醒,咳嗽不能吃橘子,因为橘子“生热生痰”。同时解释:“《本草纲目》中说到橘子有润肺止咳的功效,但多食可生热生痰,而橘子皮有清热化痰的作用,所以说橘子表里不一是其关键。”

另外,专家建议以下情况要少吃或不吃橘子:

一、易上火的人少吃

橘子虽好,还要因人而异,对于平时很容易上火的人,就是没有咳嗽也尽量少吃,以免产生内热而患感冒、咳嗽。

二、一天三五五个足

冬天吃些柑橘类水果比较好。因为它富含丰富的维生素C,可以帮助调动人体免疫系统,预防感冒。但不要多吃,一天3~5个就可满足全天所需维生素。而且,橘子不同于橙子和柚子,它性温热,吃多了容易内热,会出现口舌生疮、咽喉干痛、便秘等上火症状。

三、咳嗽期间不能吃

咳嗽期间不能吃橘子,而人们认为橘子止咳化痰指的是橘皮。

橘皮止咳方:

橘皮粥

在粥烧滚前,放入几小块干净的橘子皮,等粥煮熟后,不仅芳香可口而且开胃,尤其适合胸腹胀满或咳嗽痰多的人。

橘皮汤

用干橘皮5克,加水2杯煎汤后,放少量姜末、红糖趁热服用,可止咳。

橘皮茶

也可取鲜橘皮适量,切碎后用开水冲泡,加入白糖代茶饮,有化痰止咳之功效。 鹏云



70岁少生病 90岁不显老

虫草新吃法 健健康康活到老

免疫力缺乏是百病之源

免疫力是人体自身的防御机制,是人体识别和消灭外来侵入的任何异物(病毒、细菌等),处理衰老、损伤、死亡、变性的自身细胞以及识别和处理体内突变细胞和病毒感染细胞的能力。免疫力低下极易招致细菌、病毒、真菌等感染,因此最直接的表现就是容易生病,导致体质虚弱、营养不良、精神萎靡、疲乏无力、食欲降低、睡眠障碍等表现。打针吃药便成了家常便饭,而每次生病都要很长时间才能恢复,而且常常反复发作,感冒反复发作、扁桃体炎反复发作、哮喘反复发作、支气管炎反复发作、肺炎反复发作、腹泻反复发作,长此以往身体易得重大疾病。

秋冬吃虫草

奇迹一个接一个

一般情况下,吃几天虫草胶囊后,人体的五脏六腑、血液、神经都开始发生变化,血液循环顺畅、毒素开始分解,但由于变化细微,很多人都感受不到,认为虫草起效慢。

当吃到一周左右的时候,变化就比较明显了,一些人就可以感受的到了。特别是一些失眠患者,明显感觉到睡得时间长了、睡得踏实了。一些免疫力低下的患者也感觉到身体的抵抗力提高,不易感冒,也不爱生病了。

大多数人服用到10天左右,都明显感觉到效果了,表现最为显著的如:睡得踏实了;浑身有劲了;头脑清楚有精神了;不起夜了;尿急、尿频没有了;小腹也不坠痛了;眼前的小蚊子也没有了;皮肤也感觉水灵了;活力也回来了……

当然,这些变化只是说明虫草起效了,这个时候就要坚持服用。据医学实验和很多消费者服用后反映:连续不间断服用半年左右,身体阴阳平衡,气血畅通了,全身上下从头到脚的很多慢性病都会全面改善。

《本草纲目》称之为“百药之王”



——西藏冬虫夏草采挖现场

得几种病吃几种药,多种药混合吃,是一直沿袭的传统治病方式,几千年似乎无人敢于推翻。但一些名贵中草药的确具有一药治多病的功效,冬虫夏草就是人所共知的一药治多病珍稀药材。它被誉为“百药之王”,能迅速提升全身免疫力,对于多种慢性疾病都具有十分良好的医治功效。要想无病不衰老,首先得从自身免疫力上下功夫,而冬虫夏草就一直有着“免疫之王”的称号,比吃任何其他药品、保健品都要好。——中医中药科学研究院

1. 术后产后身体快速硬朗
2. 远离严重失眠多梦
3. 抗疲劳 精神好 胃口好
4. 护心养老 清除血液垃圾
5. 急慢性肝炎 不怕恶变

6. 止咳平喘 秋冬显效
7. 肾虚肾亏 全面改善
8. 不怕恶变和转移
9. 放化疗 减轻不良反应
10. 糖尿病 并发症不可怕

香港 同仁堂 虫草

中华瑰宝 全国普及畅销8年

严寒寒冬,香港同仁堂中医药研究院温暖相随。在虫草胶囊上市8周年之际,为了感谢新老客户的支持,香港同仁堂中医药研究院特联合有关部门在全国寻找100名久治不愈各类慢性病患者,享受三重优惠!

打进健康热线前100名更有惊喜豪礼!

健康热线 0371-

53766965



豪礼1:享受补贴

豪礼2:享免费再领

豪礼3:享温暖礼包

◆郑重承诺:如果在市面上买到质量、含量和我们一样,但价格比我们低的冬虫夏草,我们不但无条件退款,还将双倍返还!

◆特别提醒:购买时请认准“香港同仁堂中医药研究院监制”字样,郑州同禧堂大药房(黄河路五院对面)有售,省内免费邮寄,货到付款!

放化疗不痛苦

肿瘤不扩散

患胃部肿瘤多年长期在医院做放化疗,由于每次化疗都出现恶心、呕吐、吃饭无法下咽等不良反应,已经骨瘦如柴,头发也脱落了很多。服用虫草胶囊后,免疫力立刻就上去了,放化疗症状得到了很大的缓解,吃饭香了,体重也增加了,面色好看多了,头发也不再大把大把地掉了。更令人欣喜的是,医院检测发现,肿瘤细胞没再出现更进一步的扩散现象。

10年哮喘治不好

冬虫夏草把喘消

有多年慢性支气管炎病史,以前咳得很厉害,早上醒来咳一阵,晚上睡前要咳一阵,到了半夜醒来还要咳一阵,别人都说“一日三咳”。自从听说虫草胶囊对提升免疫系统很有效,买来服用一个星期左右,白天基本上不咳了,喉咙也不痛了,痰变得稀了,约两个星期后,晚上半夜都不咳了。一个月过去后晚上早上都不咳了,身体好多了。以前我上个楼梯都要咳喘半天,现在抬一袋米上四楼都没有关系!

12年糖尿病史

终于有了大改变

今年刚满54岁的伯伯,得糖尿病却有12年了。夜尿特别多,医院检查也出现持续的蛋白尿,有糖尿病性肾病的初期症状,全家都特别担心。买了5盒虫草胶囊,服用了2个多月后,水肿、乏力、蛋白尿、血尿等情况就有了明显改善,到医院查肾功能的指标都有所降低,医生都说情况非常乐观,病情得到很好的控制,而且作为身体健康根本的免疫力也上去了。看到检查效果这么好,伯伯高兴得又自己去药房买了10盒虫草胶囊。