

SALUTE ALTERNATIVE MOLTO USATI IN GIAPPONE E CINA, ORA VENDUTI ANCHE DA NOI



Spuntano come funghi nuove terapie naturali

Pontenzierebbero le difese, ma servono più studi

Che con i funghi ci voglia cautela è cosa nota se si parla di alimentazione. A maggior ragione la cautela ci vuole se si decide di utilizzarli per la nostra salute. Ultimamente sono stati molto pubblicizzati, anche con espressioni decisamente roboanti, funghi "curativi" sia giapponesi che cinesi, venduti come integratori tanto in erboristerie, che in farmacie e supermercati.

Ma questi funghi hanno davvero proprietà terapeutiche?

Possono, addirittura, "allungare la vita"?

E non esporranno, invece, a qualche rischio?

Effettivamente alcuni funghi giapponesi e cinesi hanno dimostrato di avere un' interessante attività immunostimolante. Il più studiato è senz' altro il **Coriolus** (*Trametes versicolor* o *T. orientalis*) che ha proprietà antimicrobiche, è in grado di potenziare le nostre difese immunitarie e viene utilizzato nei pazienti oncologici subito dopo l' intervento chirurgico, anche insieme alla chemioterapia. I più recenti studi clinici, condotti su persone affette da carcinoma gastrico e del colon-retto, hanno dimostrato che con il Coriolus si ha un significativo prolungamento della sopravvivenza rispetto al gruppo dei pazienti trattati con la sola terapia convenzionale. Ora è in corso un trial clinico di fase III (quindi condotto in più centri, su un elevatissimo numero di soggetti) in pazienti operati di cancro gastrico. Lo studio terminerà nel corso del 2010, ma le persone coinvolte nella ricerca saranno seguite per altri cinque anni. Se il Coriolus è il fungo più studiato, il più raro, e quindi anche il più costoso, è il Maitake (*Grifola frondosa*), ultimamente, oggetto di diverse ricerche.

Gli effetti più importanti del **Maitake** sarebbero l' aumento della produzione di interferone e l' aumento dell' attività "Natural Killer". Potenziali campi di applicazione sono, quindi, la terapia complementare nei pazienti oncologici e nei soggetti con infezioni da HIV o colpiti da altri virus (da quelli dell' influenza all' herpes). Mancano tuttavia adeguati studi clinici per fare affermazioni certe, osservazione che si può fare anche per un altro fungo giapponese molto apprezzato fin dalla dinastia Ming, quando era considerato un "elisir di lunga vita", lo **Shiitake** (*Lentinus edodes*). Un soprannome

simile "elisir dell' immortalità" è attribuito anche al **Reishi** (*Ganoderma lucidum*) fungo cinese che ha dimostrato di possedere un' attività immunostimolante utile nei pazienti oncologici e in funzione antinvecchiamento: contrasta infatti l' azione dannosa dei radicali liberi.

Ma anche un vicino parente dei nostri prataioli interessa la medicina, si tratta dell' **Agaricus** (*Agaricus blazei* Murrill), fungo commestibile nativo del Brasile, molto popolare in Giappone fin dagli anni Sessanta dove è coltivato a uso medicinale. Tradizionalmente, in Giappone, veniva usato per la cura di molte malattie come aterosclerosi, iperlipidemia, diabete, dermatiti e cancro. Numerosi sono i lavori in vitro e in vivo che dimostrano le proprietà immunostimolanti e antimutagene dell' Agarico.

Sperimentalmente ha dimostrato anche di avere effetti protettivi nei confronti della tossicità di alcuni farmaci chemioterapici e ha confermato un' interessante attività immunostimolante. Ogni anno in Giappone si calcola che 300.000-500.000 persone utilizzino un estratto acquoso di Agarico per la prevenzione e il trattamento di patologie oncologiche, in particolare per migliorare la qualità di vita dei pazienti in chemioterapia e aumentare le loro difese immunitarie.

Ma anche per questo fungo mancano trial clinici adeguati e va sottolineato che non è privo di rischi: i problemi sono legati non solo alla possibile contaminazione da metalli pesanti e sostanze radioattive (problema peraltro comune all' uso di tutti i funghi) ma anche alla presenza di una particolare tossina, l' agaritina, dalla quale devono essere esenti i prodotti in commercio.

Fabio Firenzuoli Direttore Unità medicina naturale, Ospedale S. Giuseppe, Empoli RIPRODUZIONE RISERVATA

Firenzuoli Fabio

Pagina
(7 marzo 2010) - Corriere della Sera

56

Fonte:

http://archiviostorico.corriere.it/2010/marzo/07/Spuntano_come_funghi_nuove_terapie_co_9_100307115.shtml



<http://www.erboristeriarcobaleno.com/micoterapia.html>

