www.aptekazawiszy.pl
APTEKA ZAWISZY CZARNEGO

Apteka Zawiszy Czarnego
ul. Złotnicza 3, Łódź
42 715 80 29

YANGO Uszak bzowy 90 kapsułek

Cena: 59,90 PLN

Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	90 kaps.
Postać	kaps.
Producent	YANGO SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

Opis produktu

OpisUszak bzowy, znany również jako grzyb mun (Auricularia auricula-judae), to interesujący gatunek grzyba o szerokich zastosowaniach kulinarnych i potencjalnych korzyściach dla zdrowia. Nazwa grzyba pochodzi prawdopodobnie od charakterystycznego kształtu ucha, a delikatna struktura uczyniła go popularnym składnikiem wielu dań kuchni azjatyckiej oraz innych regionów świata. Jednak to nie tylko smak i tekstura przyciągają tu uwagę, lecz także zawarte w uszaku polisacharydy o potencjalnie cennych właściwościach dla ludzkiego organizmu, m.in.:Właściwości immunomodulujące: polisacharydy z uszaka bzowego mogą wspomagać i regulować układ odpornościowy. Badania sugerują, że stymulują one produkcję limfocytów, cytokin i innych komórek odpornościowych, co może poprawić odpowiedź immunologiczną organizmu i wzmacniać odporność1,2.Działanie przeciwzapalne: niektóre polisacharydy z uszaka bzowego wykazują działanie zmniejszające odpowiedź zapalną w organizmie. Związki te mogą redukować stany zapalne poprzez regulację produkcji mediatorów zapalnych, takich jak cytokiny i tlenki azotu3,4,5.Stabilizacja poziomu cukru we krwi: kilka badań sugeruje, że polisacharydy z uszaka bzowego mogą mieć pozytywny wpływ na regulację poziomu cukru we krwi. Badania in vitro i na zwierzętach wykazały, że niektóre polisacharydy mogą wpływać na metabolizm glukozy, poprawiać wrażliwość na insulinę i zmniejszać ryzyko cukrzycy6,7,8.Polisacharydy w uszaku bzowymUszak bzowy jest grzybem nie tylko smacznym, ale także pełnym cennych składników, takich jak polisacharydy. Ich działanie - początkowo znane jedynie praktykom zielarstwa tradycyjnego i medycyny naturalnej - jest dziś szeroko opisane we współczesnych badaniach naukowych.Największe stężenie u występujących w naturze owocników uszaka bzowego zajmują beta-glukany. Znane są one ze swojego pozytywnego wpływu na układ odpornościowy. Badania sugerują, że beta-glukany mogą stymulować aktywność komórek odpornościowych, poprawiać funkcjonowanie białych krwinek i zwiększać produkcję przeciwciał, co może zadziałać przeciwbakteryjnie i przeciwwirusowo. Oprócz tego beta-glukany kojarzone są także z działaniem przeciwzapalnym, co również może wzmacniać naszą odporność w obliczu infekcji1,2,3,4,5.Inne badania sugerują, że beta-glukany mogą opóźniać wchłanianie glukozy z przewodu pokarmowego, co przyczynia się do stabilizacji poziomu cukru we krwi po posiłku. Mogą również wpływać na wrażliwość tkanek na insulinę, co jest kluczowe dla odpowiedniego metabolizmu glukozy6,7,8.Czy uszak bzowy jest jadalny?Uszak bzowy to grzyb jadalny o długiej historii spożywania w kulturze dalekiego wschodu. Przez wieki wykorzystywany był w tradycyjnej kuchni orientalnej, zwłaszcza w chińskiej i japońskiej. Obecnie znany jest już na całym świecie i choć wśród naszych rodzimych grzybiarzy nie cieszy się on zbyt dużą popularnością, coraz częściej spotkać go można w polskich kuchniach.Istnieje wiele powodów, dla których uszak bzowy jest ceniony jako jadalny grzyb. Przede wszystkim ma on przyjemny i dość wyrazisty smak, który można opisać jako mięsisty, orzechowy lub lekko słodkawy. Dodatkowo, po odpowiednim przygotowaniu termicznym, miąższ tego galaretowatego grzyba nabiera swojej chrząstkowatej konsystencji, co sprawia, że jest interesującym

dodatkiem do wielu potraw.Występujące w naturze owocniki uszaka mają również wartość odżywczą. Są one bogate m.in. w białko, które jest niezbędne dla budowy i naprawy tkanek, oraz błonnik, który jest korzystny dla prawidłowego funkcjonowania układu trawiennego. Ponadto, uszak bzowy zawiera witaminy z grupy B, które odgrywają kluczową rolę w metabolizmie energetycznym organizmu. Znajdziemy tu także minerały, takie jak żelazo, potas i fosfor, które są niezbędne dla wielu procesów fizjologicznych.Czy uszak bzowy występuje w Polsce? Jak go rozpoznać?Choć kojarzony jest on głównie z kuchnią chińską, uszak bzowy występuje także w Polsce. Jest to dość pospolity grzyb, który można spotkać w różnych regionach naszego kraju. Uszak preferuje wilgotne i cieniste środowisko, takie jak lasy liściaste lub mieszane.W Polsce uszak bzowy znany jest pod różnymi nazwami, takimi jak ucho bzowe, uszak pospolity lub ucho judasza. Często rośnie na pniach drzew, zwłaszcza na martwych gałęziach i obumarłych konarach, gdzie wytwarza charakterystyczne, skórzaste owocniki o kształcie przypominającym ucho lub miseczkowaty kielich. Młode kępy owocników mają jaśniejszą barwę, a rozmiar ich kapeluszy to około 3 cm. Wraz z dojrzewaniem grzyba owocnik może urosnąć nawet do 15 cm, przybierając coraz ciemniejszą barwę, od szarawego po ciemnobrązowy. Spodnia strona owocnika także jest charakterystyczna. Pokrywają ją gęsto ułożone gładkie blaszki, biegnące od trzonu po brzeg nieregularnie pofałdowanego kapelusza.Pamiętaj, by udając się na grzybobranie upewnić się, że jesteś w stanie prawidłowo zidentyfikować uszaka. Niektóre spokrewnione gatunki mogą być podobne, lecz nie każdy z nich jest jadalny. W razie jakichkolwiek wątpliwości zalecamy konsultację z bardziej doświadczonym grzybiarzem.Czy uszak bzowy rośnie na bzie?Nazwa "uszak bzowy" może sugerować, że gatunek ten spotkamy na pniu bzu czarnego lub jego kuzynach. Prawda jest jednak taka, że uszak bzowy nie jest związany z bzem. Nazwa grzyba związana jest raczej z historycznym określeniem, które może wynikać z podobieństwa owocnika uszaka bzowego do skórzastego, ciemnego owocu bzu. Nazewnictwo to może być mylące, jednak uszak bzowy preferuje zdecydowanie inne środowisko. Spotkać go możemy głównie na wilgotnym drewnie drzew liściastych. Grzybnia uszaka dobrze czuje się także w lasach mieszanych, więc nie powinien zdziwić nas widok uszaka na sośnie czy świerku - szczególnie na pniach martwych lub obumarłych.STAWIAMY NA JAKOŚĆ!Suplementy YANGO produkujemy, zachowując najwyższe rygory kontroli jakości. Dbamy o odpowiednie stężenie substancji czynnych i całkowite bezpieczeństwo produktów. Wierzymy, że w ten sposób możemy skutecznie pomóc Ci w osiągnięciu zamierzonych celów.**Sposób użycia**: 1 kapsułka raz dziennie.Sposób użycia: Kapsułki połknąć i popić dużą ilością wody, po posiłku.**Skład**ekstrakt z uszaka bzowego (Auricularia auricula-judae) standaryzowany na zawartość min. 10% polisacharydów. Skład kapsułki: celuloza roślinna.