

Etapele de acțiune la nivel psihosomatic³⁵ general sunt:

1. **Evaluarea și “scanarea” toxinelor din corp: 1-30 zile.**
2. **Detoxifierea și purificarea: 1-30 săptămâni.**
3. **Reglarea și vindecarea: 1-12 luni.**
4. **Refacerea și recuperarea: 1-6 luni.**
5. **Întreținerea, menținerea efectelor, reîntinerirea: 1-3 ani.**

4.2. Mecanismul de acțiune la nivel celular și metabolic

La fel ca și alți antioxidanți, Ganoderma are capacitatea de a neutraliza și elimina toxinele, permițând organismului să fie sănătos și să-și refacă echipamentele energetice, în scurt timp și la nivel optim.

“Scanând” corpul uman, Ganoderma depistează rapid anomaliile de funcție energetică și de structură, acea “stofă mai rară”, de care pomeneam mai sus. Ea ne atrage atenția că-n acel loc anume, e ceva în neregulă, prin apariția unui disconfort oarecare, o eliminare pe piele sau mucoase a unor secreții sau umori interne (exemple: transpirație în exces, salivă abundentă, lăcrimare involuntară, secreții nazale apoase sau mucoase, etc). La nivelul țesuturilor și celulelor, Ganoderma realizează următoarele activități benefice:

- absorbția selectivă a toxinelor;
- reglarea în sânge a oxigenului, grăsimilor, glucozei și a echilibrului acido-bazic (pH-ul);
- favorizarea schimbului selectiv de ioni la nivel de membrană celulară;
- stimularea imunității;
- refacerea țesuturilor distruse de către diferiți “agresori”;
- eliminarea toxinelor.

³⁵ **Psihosomatic** se referă la influența psihismului asupra organismului, la posibilitatea folosirii mijloacelor psihologice în terapie. Psihosomatica este o orientare în medicină, care studiază originea psihică a unor maladii, susținând concepția unității tuturor funcțiilor organismului (n.aut.)

ABSORBȚIA selectivă a toxinelor

Ganoderma detoxificază sângele prin absorbția și neutralizarea (reducerea) radicalilor liberi, prin eliminarea toxinelor chimice, solubile în apă, a acidului uric și-a acidului lactic.

Absorbția toxinelor se realizează atât din spațiile intercelulare, cât și din celulele organelor interne.

Amintim aici de efectul SOD (super oxid dismutaza) - descris în paragraful anterior.

REGLAREA în sânge a oxigenului, grăsimilor, glucozei și-a echilibrului acido-bazic (pH-ul)

Ganoderma realizează activitatea de tonificare prin creșterea oxigenului în sânge.

Practic, ea crește capacitatea hemoglobinei de-a se lega de oxigen și de a-l transporta, potrivit necesităților fiziologice.

De asemenea, intervine în metabolismul grăsimilor, prin scăderea în sângele circulant a colesterolului și a trigliceridelor, realizându-se, practic, o scădere a vâscozității sângelui și a pericolului desprinderii plăcuțelor ateromatoase de pe pereții vaselor de sânge, favorizând circulația sângelui în flux continuu și împiedicând astfel producerea trombozei. (Anexa nr.3)

Ganoderma acționează și pe plachetele sangvine/trombocite, împiedicând agregarea lor, adică formarea unor plăcuțe numite trombi.

Ea este tonicul creierului, printr-un mecanism multiplu: atât de îmbunătățire a circulației sângelui la nivel cerebral, cât și prin creșterea oxigenării acestuia la nivel vertebro-bazilar.

Astfel, sunt ameliorate până la dispariție:

- amețelile,
- tulburările de echilibru și
- starea de oboseală.

O altă acțiune benefică a Ganodermei este aceea de reglare a metabolismului, prin menținerea pH-ului normal în sânge (echilibrul