

Φαρμακευτικός μύκητας κόρντισεπς: μπορεί να είναι χρήσιμος στην αθηροσκλήρωση;

Ιωάννης Σ. Κιούσης, Δ.Ι.ΕΚ Διατροφής & Διατολογίας, Χαλάνδρι, Αθήνα



Υπό την Αιγίδα των:

European Atherosclerosis Society
Ευρωπαϊκή Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης



International Atherosclerosis Society
Διεθνής Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης

Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης



7^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΜΠΟΣΙΟ ΤΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
1 & 2 Δεκεμβρίου 2017 Ξενοδοχείο Divani Caravel, Αθήνα

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

Για τον φαρμακευτικό μύκητα κόρντισεπς υπάρχει μία εκτενής βιβλιογραφία, η οποία συνεχώς αυξάνεται, ιδίως τα τελευταία 30 χρόνια. Συνολικά, περισσότεροι από 2.000 ασθενείς με διάφορες παθήσεις έχουν λάβει μέρος σε σχετικές κλινικές δοκιμές. Κατά την ανασκόπηση των ευρημάτων τους, διαπίστωσα ότι ένα σημαντικό μέρος αυτών των μελετών αναφερόταν στις υπολιπιδαιμικές και αντιαθηρωματικές δραστηριότητες του Κόρντισεπς.

ΣΤΟΧΟΣ

Η ανασκόπηση εργασιών για τις επιδράσεις του φαρμακευτικού μύκητα κόρντισεπς στην χοληστερόλη και στα τριγλυκερίδια με σκοπό την εξαγωγή συμπεράσματος για τη θέση του στην αντιμετώπιση και στην πρόληψη της αθηροσκλήρωσης. Η δοσολογία και η ασφάλεια του μύκητα, επίσης, θα συζητηθούν

ΜΕΘΟΔΟΙ

Έγινε αναδρομή της βιβλιογραφίας μέσω PubMed, ClinicalTrials.gov, Google Scholar και GreenMedInfo. Άρθρα συμπεριλήφθηκαν μόνο αν αποτελούσαν μελέτες σε ανθρώπους.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι περιληφθείσες μελέτες αξιολογούσαν τις επιδράσεις του Κόρντισεπς σε ασθενείς με υπερλιπιδαιμία, στεφανιαία νόσο και νεφρικό μόσχευμα. Ανασύρθηκαν 6 κλινικές μελέτες σε 710 ασθενείς. Και οι 6 μελέτες ανέφεραν ότι το φαρμακευτικό μανιτάρι κόρντισεπς μείωσε σημαντικά την χοληστερόλη και τα τριγλυκερίδια, ενώ αύξησε σημαντικά την HDL χοληστερόλη. Πιο συγκεκριμένα : Τριγλυκερίδια: μείωση 9-26%, ολική χοληστερόλη: μείωση 10-21%, HDL χοληστερόλη: αύξηση 10-30%. Επίσης, σε μία μελέτη αναφέρθηκε ότι παρατηρήθηκε μία μείωση της β-λιποπρωτεΐνης κατά 12%. Η ημερήσια δοσολογία ήταν τρία γραμμάρια, και η λήψη γινόταν 3 φορές την ημέρα. Σε ορισμένες περιπτώσεις αναφέρθηκαν ήπιες αντιδράσεις (π.χ. ξηροστομία, ναυτία, πεπτική διαταραχή).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το κόρντισεπς θα μπορούσε να μειώσει την χοληστερόλη και τα τριγλυκερίδια, και να αυξήσει την HDL χοληστερόλη, ενώ οι ερευνητές έκριναν ότι είναι ασφαλές και με λίγες παρενέργειες.

Συνολικά, το Κόρντισεπς συσχετίστηκε με μία μείωση της χοληστερόλης και των τριγλυκεριδίων αλλά και μία αύξηση της HDL χοληστερόλης. Αυτά τα δεδομένα σε συνδυασμό με ότι το Κόρντισεπς επιδρά στη μείωση του οξειδωτικού στρες που έχει ως αποτέλεσμα την οξείδωση των λιπιδίων αυξάνοντας την απορρόφηση των ελεύθερων ριζών οξυγόνου, την ικανότητα του να μειώνει το ιξώδες του αίματος και την ικανότητα του να μειώνει τον αριθμό των αιμοπεταλίων που συσσωρεύονται στις πλάκες, υποδεικνύουν ότι το κόρντισεπς ίσως είναι χρήσιμο στην αθηροσκλήρωση, αποτελώντας ένα πιθανό ιαματικό παράγοντα πρόληψης και αντιμετώπισης της αθηροσκλήρωσης. Περαιτέρω κλινική μελέτη κρίνεται απαραίτητη.

ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

1. Shao G, You ZJ, Gu XC, Wang XT, Zhu DC, Wang SY, Liao SZ, Shi XZ, Huang JR. Treatment of hyperlipidemia with *Cordyceps sinensis*: A double blind placebo control trial. *Int J Orient Med* 1990;15(2):77-80.
2. Quin NP, Huang SQ, Shen YY, Yie W. Observations of ef-ficacy of JinShuiBao in treating 42 patients with hyper-lipidemia. *J Administration Traditional Chinese Med* 1995;5(suppl):25-26.
3. Che YS, Lin LZ. Clinical observation on therapeutic ef-fects of JinShuiBao on coronary heart disease, hyper-lipidemia, and blood rheology. *Chinese Traditional Herbal Drugs* 1996;27(9):552-553.
4. Tong Y. Clinical observations of JinShuiBao in the treat-ment of hyperlipidemia. *J Administration Traditional Chinese Med* 1995;5(suppl):7-8.
5. *Transplant Proc.* 2009 Jun;41(5):1565-9. doi: 10.1016/j.transproceed.2009.02.085. Clinical application of *Cordyceps sinensis* on immunosuppressive therapy in renal transplantation. Li Y1, Xue WJ, Tian PX, Ding XM, Yan H, Pan XM, Feng XS.
6. *Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi.* 2004 Sep;24(9):808-10. [Clinical study on application of bailing capsule after renal transplantation]. Sun M1, Yang YR, Lu YP, Gao R, Wang L, Wang J, Tang K.
7. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine, Part I, Volume 4, number 3, 1998, pp. 289-303, The Scientific Rediscovery of a Precious Ancient Chinese Herbal Regimen: Cordyceps Sinensis, Jia-Shi Zhu, M.D., Ph.D., Georges M. Halpern, M.D., Ph.D., and Kenneth Jones*

Στοιχεία Επικοινωνίας

- 211.11.13.247, 6979.333.002, 6948.436.358

- kiousisgiannis@gmail.com