

# 藥用菌之王 舞茸

經日本神戶藥科大學教授研究  
藥療效用令人鼓舞

舞茸的學名是 *Grifola frondosa*，是世界上體積最大的草菇，最重可達100磅，幾百年來，只在日本東北的深山內野生，素有日本菌王之美譽。

舞茸除了美味可口之外，更備受日本藥草學家重視，據日本民間傳統食療記載，日本人時常深入雪山，尋找這種稀有而具食用療效的巨菇，以醫治患病的親人。幕府時代，此種野生巨菇價值可交換同等重量的白銀，可見舞茸之珍貴。

巨菇舞茸的藥療效用一直被學術界重視，其中日本神戶藥科大學教授難波宏彰博士，在神戶藥科大學持續十年以上的有關研究，結果利用舞茸開發了很多治療各種疾病的新方法。

在80年代中期，舞茸經人工於生化農場培育成功，配合藥草學家的研究，舞茸的藥療功效，從此得到更大發揮。

## 日本教授研究舞茸

據難波博士在其著作《從舞茸的健康世界》一書中指出，舞茸富含β-葡聚糖多醣體，能活化生物的免疫系統，並加以調整，這種多醣體在其他菌類亦存在，而以舞茸中的多醣體能發揮最強之效用。

難波博士曾經以老鼠作多項病患治療的試驗，當中包括高血壓、慢性肝炎、慢性疲勞症候群，糖尿病及抑制腫瘤等。試驗結果，反映出舞茸或舞茸的某種特定成份，對於老鼠能起預防和治療的效果，並將舞茸比喻為抗癌新星。

據香港中文大學生物系副教授張志強於1999年6月，在一份刊物中亦指出，舞茸的抗癌能力，位於菇中之首，能活化專門抗癌的T細胞，經動物研究發現，配合化療，抗癌功效

達八成以上，且能減輕化療的後遺症。除此之外，舞茸所含的糖蛋白，能降低血壓和肝臟脂肪肝，同時亦能保持好膽固醇的數量。

## 美國醫生推介舞茸

1997年5月份哈佛大學醫學博士韋爾(Andrew Weil M.D.)接受美國時代周刊《Times Magazine》訪問時，詳細談論他對健康的見解。根據韋爾博士的經驗，如果病人本身的自癒能力強，配合針藥治療，康復的速度會明顯加快，而要增強自癒能力，除了需要均衡飲食、減少進食毒素，更可以選擇一些增強自身抵抗力的營養品，其中一種被韋爾博士推介的，便是舞茸。

在美國一些癌症專門治療醫院，已開始併用化療與舞茸萃取物(D-Fraction)進行臨床實驗，發現治療效果比單獨使用時更理想。舞茸萃取物(D-Fraction)並非直接殺死癌細胞，而是能藉着增強人體的自然治癒力而強化免疫系統，阻止癌細胞的侵害。

