

Svetlikava pološčenka (*Ganoderma lucidum*) je sicer dokaj redka na področju Slovenije, a izredno priznana zdravilna goba. Goba, njen micelij in spore vsebujejo različne polisaharide in triterpene, ki posedujejo imunomodulatorno, protialergijsko, protitumorno, protivnetno, protimikrobno, protivirusno, protibakterijsko in protiparazitsko in antioksidativno delovanje, prav tako pa tudi uspešno znižujejo raven škodljivega holesterola ter delujejo proti povišanemu krvnemu tlaku. Pomaga tudi pri ledvičnih težavah, težavah živčevja in dihal. Uporabljajo jo tudi kot afrodiziak (Berlec in Sabotič, 2013).



Reference:

Berlec in Sabotič, 2013. 13. Zdravilne gobe. V: Sodobna fitoterapija z dokazi podprta uporaba zdravilnih rastlin. Kreft S. in Kočvar Glavač N. (ur). Ljubljana, Slovensko farmacevtsko društvo: 630- 687