# Cordyceps – dobíječ životní energie

**V současnosti žijeme v době, která s sebou přináší řadu negativních a vyčerpávajících zpráv a záležitostí. Na náš organismus tyto vlivy nepochybně působí. Z toho důvodu hledá řada lidí podporu v podobě různých „pomocníků“ a dobíječů životní energie. Zkusili jste třeba Cordyceps?**

## O co se jedná?

Cordyceps, zvaný též jako *„housenice čínská“*, patří mezi nejcennější houby čínské medicíny. O houbách, které pocházejí z Dálného východu, často kolují zvěsti, že mají blahodárný vliv na náš organismus. V případě Cordycepsu jde v podstatě o spojení houby a housenky. Spory této jedlé parazitické houby se uchytí na povrchu larvy hmyzu, vytvoří v ní podhoubí, ze kterého poté vyroste nová houba.

Ve volné přírodě však na Cordyceps s největší pravděpodobností nenarazíte. Vyskytuje se v nadmořských výškách od 3 500 m převážně v horách Tibetu.

## Proč je vzácný?

Poptávka po Cordycepsu je dána zejména jeho zdravotními účinky, které lze přirovnat například k ženšenu. Působí tedy blahodárně na imunitu, energii a vitalitu. Důvěryhodnost této houby posilují i příběhy popisující sílu tradiční tibetské a čínské medicíny. Prodejce MycoMedica dokonce uvádí příběh popisující pozitivní účinky Cordycepsu na zvířatech:

*„Dochované starodávné příběhy popisují, jak pasáci yaků odhalili účinky Cordycepsu. Zvířata, která mimo trávy spásla i Cordyceps byla vitálnější, silnější i zdravější a také potentnější. To samozřejmě přimělo pastevce, aby sami tuto houbu začali využívat. Psané historické záznamy, které máme k dispozici, pak pocházejí z doby cca 620 n.l."* (citováno z webu MycoMedica.cz).

Tržní hodnotu Cordycepsu navíc zvyšuje fakt, že v průběhu posledního čtvrtstoletí jeho výskyt poklesl až o 90 %. Proto se v současnosti započalo s jeho umělým pěstováním.

## Kde mohu Cordyceps pořídit a kolik to bude stát?

Aktuálně máte možnost pořídit si Cordyceps volně ve formě kapslí, bylinných kapek nebo nápoje v lékárnách a specializovaných obchodech s doplňky stravy, např. v prodejnách Dr.Max, Benu, Pilulka.cz, GymBeam nebo MycoMedica.

Cena produktů se různí, počítejte s intervalem od 199 Kč do 990 Kč. Faktorů určujících cenu výrobku je celá řada – značka výrobce, počet kapslí, množství mg Cordycepsu v 1 tabletě…

## Stačí pouze užívání Cordycepsu?

Pamatujte, že dobití životní energie a udržení celkového zdraví nedosáhnete pouze užíváním Cordycepsu či jiných doplňků stravy, ale ideálně v kombinaci se zdravou výživou bohatou na kvalitní živiny a vitamíny a pravidelným pobytem na čerstvém vzduchu.

## Zdroje informací o Cordycepsu:

Cordyceps. *MycoMedica.cz* [online]. [cit. 2022-06-16]. Dostupné z: https://www.mycomedica.cz/cordyceps.html

Cordyceps - housenice čínská. *BENU* [online]. [cit. 2022-06-16]. Dostupné z: https://www.benu.cz/cordyceps

Housenice čínská - Cordyceps sinensis. *Prirodnilekarna.cz* [online]. [cit. 2022-06-16]. Dostupné z: https://www.prirodnilekarna.cz/clanky-housenice-cinska-cordyceps-sinensis.html