Headline	**Ling Zhi bantu sembuh pelbagai penyakit**		
Date	**17 Sep 2011**	Language	**Malay**
MediaTitle	**Harian Ekspres (KK)**	Page No	**9**
Section	**Tempatan**	Article Size	**429 cm^2**
Journalist	**N/A**	Color	**Full Color**
Frequency	**Daily**	ADValue	**2,210**
Circ / Read	**29,826 / 97,836**	PRValue	**6,630**

Ling Zhi bantu sembuh pelbagai penyakit

CENDAWAN Ling Zhi atau *Ganoderma lucidum*, ialah sejenis herba Timur popular. Cendawan ini berwarna campuran antara merah dan perang dan berkilat seumpama disapu syelek.

Saiznya agak besar berbanding cendawan biasa dan keunikan bentuknya tidak pula menarik perhatian, walhal ia dikatakan mempunyai pelbagai khasiat.

Bukan baru. Malah, khasiatnya diperakui berabad lamanya sejak zaman Dinasti Shu di China iaitu kira-kira 2,400 tahun.

Ketika itu hanya mereka yang berstatus, maharaja atau keluarga diraja yang berupaya memilikinya kerana ia sukar didapatkan dan mahal.

Ada cerita mengatakan seseorang itu perlu memanjat tinggi ke atas gunung dan menjelajah ke alam hutan rimba, bagi menjejaki cendawan Ling Zhi.

Akan tetapi pada era bioteknologi moden ini, manusia tidak perlu lagi bersusah-payah mendaki gunung dan menjelajah hutan untuk mendapatkan Ling Zhi.

Cendawan itu kini ditanam secara komersil di banyak negara seperti China, Jepun dan Amerika Syarikat.

"Di Malaysia tidak berapa ramai yang menanam cendawan Ling Zhi kerana pasarannya tidak begitu memberangsangkan," kata Prof Dr Noorlidah Abdullah dari Institut Sains Biologi Fakulti Sains, Universiti Malaya, kepada Bernama baru-baru ini.

Turut mengamalkan pengambilan air minuman ekstrak daripada Ling Zhi, beliau berkata ia sangat sesuai sebagai langkah awalan menjaga kesihatan.

Dengan mempunyai bahan aktif dikenali sebagai *polisakarida* yang berupaya menguatkan sistem imun, Ling Zhi boleh dijadikan langkah awalan untuk menghalang dan merawat kanser, anti-alergi, anti-radang, antiviral, antibakteria dan antioksidan, katanya.

"Apabila sistem imun kita rendah, maka akan terbentuklah sel-sel kanser. Selain itu, Ling Zhi mempunyai antioksidan paling tinggi berbanding cendawan lain yang ditanam.

"Antioksidan oleh menyingkir radikal bebas yang terbentuk dalam badan melalui metabolisme tubuh. Radikal bebas itu akan merosakkan lipid pada membran sel dan DNA. Jadi bila berlakunya serangan, badan boleh terdedah kepada penyakit seperti jantung, artritis dan penyakit lain.

"Penyakit-penyakit ini timbul apabila umur meningkat akibat kekurangan antioksidan. Kalau ambil Ling Zhi dari awal, sistem imun kita akan sentiasa tinggi dan dapat melindungi diri daripada serangan pelbagai penyakit," kata Dr Noorlidah.

Ling Zhi juga, katanya, baik untuk paru-paru dan hati kerana ia meningkatkan proses detoksifikasi.

Menurut Dr Noorlidah, Ling Zhi boleh beri harapan kepada pesakit diabetes.

Dikatakan khasiat cendawan Ling Zhi berupaya mengelakkan pesakit diabetes daripada dipotong kakinya dan ini diakui pengusaha cendawan, Ganofarm Sdn Bhd, P.G. Cheng.

Berkelulusan ijazah sarjana muda kimia, Cheng yang menanam Ling Zhi sejak tujuh tahun lepas, berkata pengalaman berurusan dengan pesakit diabetes sebelum ini, membuktikan keberkesanan cendawan itu.

"Ada seorang pak cik di Alor Setar kakinya hampir dipotong disebabkan luka.

Lukanya menjadi teruk disebabkan dia ada penyakit diabetes.

"Selepas menggunakan produk Ling Zhi yang diproses menjadi serbuk, kaki pak cik itu dapat diselamatkan dan tidak perlu dipotong," katanya.

Selain selalu menerima kedatangan pesakit diabetes ke ladangnya di Tanjung Sepat, pesakit darah tinggi dan (kulit) ekzema juga berkunjung untuk mendapatkan produk daripada Ling Zhi.

Cheng turut berkata terdapat kajian khasiat Ling Zhi yang mendakwa dapat meningkatkan sistem imun pesakit HIV/Aids.

"Pesakit HIV/Aids berhadapan situasi sistem imun rendah. Ada satu kajian yang dilakukan, mendapati kualiti kehidupan mereka yang mengambil Ling Zhi semakin baik," katanya.

Faktor harganya yang mahal menyebabkan tidak ramai yang membeli Ling Zhi.

Ini mendorong Cheng untuk menanam Ling Zhi dan menghasilkan produk sendiri serta tidak menggunakan khidmat orang tengah untuk mengurangkan kos.

Disebabkan itu, produk Ling Zhi yang terdapat di kedainya seperti pencuci rambut, minuman kesihatan dan kapsul dijual dengan harga berpatutan,

"Sebelum ini, untuk mendapatkan produk Ling Zhi adalah melalui ejen tertentu dan harganya sangat mahal. Disebabkan itu, saya memilih untuk menanam cendawan Ling Zhi dan menghasilkan pelbagai produk berasaskannya.

"Dengan itu, harganya dapat dikurangkan," katanya.

Cheng pernah menjual Ling Zhi segar dan tidak mendapat pulangan memberangsangkan. Ini mendorong Cheng menghasilkan sendiri produk berasaskan cendawan itu.

Beliau turut kesal kerana terdapat sesetengah pihak mengambil kesempatan menjual 'Ling Zhi palsu' di pasaran.

"Ling Zhi yang asli apabila direbus, rasanya sangat pahit. Tetapi, pernah sekali saya pergi ke sebuah pasar, penjual itu mengatakan bahawa dia menjual Ling Zhi.

"Kelihatan serupa Ling Zhi asli, tetapi apabila ditanya sama ada ia pahit atau tidak, penjual itu

Headline	**Ling Zhi bantu sembuh pelbagai penyakit**		
Date	**17 Sep 2011**	Language	**Malay**
MediaTitle	**Harian Ekspres (KK)**	Page No	**9**
Section	**Tempatan**	Article Size	**429 cm^2**
Journalist	**N/A**	Color	**Full Color**
Frequency	**Daily**	ADValue	**2,210**
Circ / Read	**29,826 / 97,836**	PRValue	**6,630**

kata tidak. Daripada situ, kita sudah tahu itu bukanlah Ling Zhi asli," katanya. – Bernama

"Ketika itu hanya mereka yang berstatus maharaja atau keluarga diraja yang berupaya memilikinya kerana ia sukar didapatkan dan mahal."

"Selain selalu menerima kedatangan pesakit diabetes ke ladangnya di Tanjung Sepat, pesakit darah tinggi dan (kulit) ekzema juga berkunjung untuk mendapatkan produk daripada Ling Zhi."

"Cheng pernah menjual Ling Zhi segar dan tidak mendapat pulangan memberangsangkan. Ini mendorong Cheng menghasilkan sendiri produk berasaskan cendawan itu."