

Vitalpilze



Vitalpilze

Was sind Vitalpilze? Wo kommen sie vor und wie ist die Wirkung auf unseren Organismus?

VITALPILZE – KURZE EINFÜHRUNG

Vitalpilze sind auch unter den Namen Heil- oder Medizinalpilze bekannt. Sie wurden und werden in verschiedenen Kulturen in der Heilkunst eingesetzt. Der Bekanntheitsgrad der Vitalpilze nimmt in den letzten Jahren stark zu. Das Wissen um ihre Wirkung basiert heute auf vielen wissenschaftlichen Untersuchungen und Inhaltsstoffanalysen. Die Vitalpilze regen den Körper sanft und nebenwirkungsfrei zur Eigenregulation an und können so den Weg zur Selbstheilung weisen.

Es werden sowohl Vitalpilz - Extrakte wie - Pulver verwendet. Das Pulver wird aus getrockneten Pilzen hergestellt und wird präventiv eingesetzt. Pulver enthält alle Inhaltsstoffe des Pilzes. Extrakte, enthalten nur lösliche Bestandteile, werden aus Pilzpulver mit Hilfe von Lösungsmitteln gewonnen, sind ca. 20-fach konzentrierter als Pulver und werden therapeutisch eingesetzt. Idealerweise werden Präparate mit der Kombination Pulver und Extrakt gewählt, um vom kompletten Pilz und seinen Inhaltsstoffen zu profitieren.

VITALPILZE – WIRKUNGSWEISE - INHALTSSTOFFE

Die Vitalpilze sind reich an verschiedenen Inhaltsstoffen und deren Wirkungen im Körper. Alle Pilze wirken auf unser Immunsystem. Sie regulieren das Gleichgewicht von TH1 und TH2. TH1 und TH2 sind beide für unser Immunsystem wichtige T-Helferzellen. Kommt unser Immunsystem aus dem Gleichgewicht, können Krankheiten wie Allergien, Bluthochdruck, Autoimmunerkrankungen und viele mehr begünstigt werden. Sie wirken als Stimulanz auf verschiedene Modulatoren des Immunsystems: antiviral, antibiotisch, entzündungshemmend, adaptogen, antioxidativ, antitumoral und vieles mehr.

Die Vitalpilze wirken auch als Energielieferanten, indem Sie die Mitochondrien, unsere Kraftwerke der Zellen, mit Energie als ATP (Adenosintriphosphat), versorgen.

Die Heilpilze regen die Drainage an (- Entgiftung), wirken stoffwechselanregend und -ausgleichend und regen die Durchblutung an.

- **Beta-D-Glucane**
Beta-Glucane binden sich an die Oberfläche von Krebszellen, welche dadurch für das Immunsystem besser erkennbar gemacht werden. Sie erhöhen zudem die Alarmbereitschaft des Immunsystems, weshalb dieses dann auf Erreger schneller reagieren kann.
- **Aminosäuren, Polysaccharide, Mineralstoffe (Kalzium, Zink, Kalium, Magnesium und Phosphor), Vitamine, Spurenelemente (Germanium, Molybdän, Vanadium, Eisen), Enzyme und Antioxidantien.**

VITALPILZE – IHRE ANWENDUNG

Auricularia – Der Blutpilz

Die Haupteigenschaft dieses Vitalpilzes ist die Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes. Die Durchblutung insgesamt wird verbessert, ohne die Gefäßwände anzugreifen.

Eine weitere herausragende Eigenschaft ist die Hemmung von Augen- Haut- und Schleimhautentzündungen.

Anwendungsgebiete:

- Stärkung der Blutgefäße und Herz- Kreislaufsystem
- Verminderung des Thromboserisikos
- Regulation der Blutfette
- Entzündungen der Augen, Haut und Schleimhaut
- Immunsystemmodulierung und -regulierung
- Blutdruckregulierend, Bluthochdruck

Hericium erinaceus – Der Magen-/Darm-/Nervenzpilz

Dieser Vitalpilz zeichnet sich durch einen hohen Kaliumgehalt, bei gleichzeitig sehr niedrigen Natriumwerten, und seinen 32 Aromastoffen, die ihm einen zitrus- bzw. kokosähnlichen Geschmack verleihen, aus.

Anwendungsgebiete:

- Regulation von Magen- und Darmproblemen und deren Schleimhäute
- Verbesserung der Aufnahme von Nahrungsbestandteilen im Darm
- Gastrische Entzündungen
- Beruhigung bei innerer Unruhe, depressiven Verstimmungen, Angst und Schlafstörungen
- Begleitende Behandlung bei Haut- und Nervenerkrankungen
- Immunmodulation
- Krebsprävention, insbesondere bei Magen-, Darm-, Speiseröhren- und Hautkrebs

Maitake – Der Adipositas-Pilz

Dieser Vitalpilz zeichnet sich insbesondere durch das Beta-D-Glucan Grifolan aus, das bei der Krebsbehandlung grosse Erfolge erzielen konnte.

Anwendungsgebiete:

- Begleitende Behandlung bei Diabetes mellitus Typ 2
- Krebs, insbesondere Brust-, Lungen-, Leber-, Bauchspeicheldrüsen- und Prostatakrebs
- Begleitend zu Chemo- und Strahlentherapie
- Osteoporose
- Stärkung des Immunsystems
- Metabolisches Syndrom, Adipositas, Bluthochdruck
- Polyzystisches Ovarialsyndrom, Zysten, Myome

Shiitake – Der Königspilz

Dieser Vitalpilz zeichnet sich durch einen hohen Gehalt an essenziellen Aminosäuren und Vitaminen aus. Sein Inhaltsstoff, Lentinan, führt in der begleitenden Krebstherapie zu einer Verbesserung von Lebensqualität und Lebenserwartung.

Anwendungsgebiete:

- Immunschwäche, Erkältung, Grippe, bakterielle und virale Infektionskrankheiten
- Linderung von rheumatischen Beschwerden
- Aufbau der Darmflora
- Regulation des Cholesterinspiegels
- Rekonvaleszenz: sich nicht erholen können nach schwerem Infekt

Cordyceps sinensis – Der Hormonpilz

Dieser Vitalpilz verleiht Kraft, Ausdauer und Willensstärke.

Anwendungsgebiete:

- Stimmungsschwankungen, Depressionen
- Lungenfunktionsstörungen (Asthma, chronische Bronchitis)
- Immunstärkende Eigenschaften
- Regulation Sexualhormone und Schilddrüse

- Verbesserung Stressresistenz
- Energiebooster, z.Bsp. bei Prüfungen

Reishi – Der Herzpilz

Dieser Vitalpilz gilt als wichtiges Anti-Aging-Mittel unserer Zeit und auch sein Ruf als Jungbrunnen wurde wissenschaftlich nachgewiesen.

Anwendungsgebiete:

- Unruhe und Erschöpfung
- Immunmodulation
- Regulation der Blutfettwerte
- Allergien
- Anti-Aging

Agaricus – Der Immunsystempilz

Dieser Vitalpilz ist der grosse Helfer bei der Abwehr von Erkältungskeimen.

Anwendungsgebiete:

- Immunschwäche
- Verdauungsstörungen, Darmregulierung
- Allergien, Abschwächung der Ausschüttung von Histamin
- Entzündungen und Infektionen

Chaga – Der Hautpilz

Anwendungsgebiete:

- Zur Unterstützung der Hautfunktion und der Wundheilung
- Einsatz als allgemeines Tonikum
- Entzündungshemmung, Beruhigung und Stabilisierung bei entzündlichen Magen – Darm - Erkrankungen

VITALPILZE – IHRE DOSIERUNG

Um eine hohe Verträglichkeit zu garantieren wird die Einnahme von Vitalpilzen in Form von Pulver, Tabletten oder Kapseln vorzugsweise vor oder zu den Mahlzeiten mit viel Wasser empfohlen. Generell empfehlenswert ist eine kurmässige Anwendung über mindestens drei bis sechs Monate. Vitalpilze können auch langfristig eingenommen werden.

Die Vitalpilze können problemlos kombiniert werden. Kapseln können auch geöffnet werden.

Mögliche Begleiterscheinungen von Vitalpilzen:

- Veränderter Stuhlgang, vermehrte Schweissbildung mit Geruch, Hautrötung und Juckreiz, Vermehrte Harnbildung und Veränderung in Farbe oder Geruch, Blähungen, Müdigkeit, Magenbrennen oder -Druck.

Eine begleitende Einnahme von Medikamenten ist möglich. Kortisonpräparate schwächen generell die Wirkung von Vitalpilzen. Bei der Einnahme von Immunsuppressiva soll mit dem behandelnden Arzt Rücksprache genommen werden.

Literatur:

Vortrag Bollwerk Apotheke Bern Vital-Pilze durch Jo Marty

Vitalpilzseminar Hawlik 2021

Vitalpilze – Naturheilkraft mit Tradition – neu entdeckt GFV Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.