



Dr. Samuel Hahnemann

Homöopathischer Verein 1907 e.V.

Weingarten/Baden

www.homoeopathie-weingarten.de

Heilen mit Pilzen

Infos geschrieben & zusammengestellt von Susanne S. Bürkert, Heilpraktikerin, www.naturheilpraxis-buerkert.de

Sind Pilze eigentlich Pflanzen?

Nein, sie bilden in der Biologie neben Tieren und Pflanzen ein drittes, eigenes Reich. Sie sind zwar sesshaft, können sich also nicht fortbewegen, deshalb denken viele Menschen, sie seien Pflanzen. Pilze können aber keine Photosynthese betreiben, wie das Pflanzen tun. Wie Tiere ernähren sie sich von organischen Substanzen. Deshalb sind sie mit den Tieren näher verwandt, als mit den Pflanzen. Es gibt eine Vielzahl von verschiedenen Pilzen, einzellige wie die Backhefe und vielzellige wie die Ständerpilze.

Pilze in Industrie und Medizin

- Designerin Stella McCartney arbeitet jetzt mit **Pilzleder**.
- **Pilzverpackungen**: sind biologisch abbaubar und werden bereits von Unternehmen wie Dell zur Verpackung ihrer Computer verwendet.
- Forscher in Yale stellten fest, dass es einen seltenen Pilz gibt, der **gerne Plastik „frisst“**.
- **Alexander Fleming** (06.08.1881 - 11.03.1955) entdeckte das **Penicillin** im Sept. 1928 durch eine „zufällige Schlamperie“. Er vergaß, seine angesetzten Staphylokokken-Kulturen während seines Urlaubs abzudecken. Über die Luft konnten sich Sporen von keimtötenden Schimmelpilzen der Gattung Penicillium ansiedeln. Und diese Schimmelpilze haben seine Bakterienkulturen abgetötet.
- Er bekam 1945 „für die Entdeckung des Penicillins und seiner heilenden Wirkung bei verschiedenen Infektionskrankheiten“ den Nobelpreis für Medizin.
- Mit Beginn des 20. Jahrhunderts wurde somit der Nutzen von Pilzkulturen für medizinische Zwecke entdeckt, etwa zur Herstellung von Antibiotika wie Penicillin, Steroiden (insbesondere Nebennierenrinden- und Keimdrüsenhormone) sowie Enzympräparaten (Rizoenzyme), bspw. zur Unterstützung der Verdauung infolge einer gestörten Funktion des Pankreas (z.B. bei Verdauungsschwäche).

Pilze - Grundlagen

- **Aufbau von Ständerpilze**
 - Fruchtkörper – das ist das was aus der Erde herausragt,
 - Myzel¹,
 - Hyphen – Pilzfäden, sind sehr weit verzweigt, reichen sehr weit in die Tiefe, haben eine sehr große Ausdehnung.
- **Bedeutung von Pilzen in der Natur**
 - Pilze können Holz abbauen → Holzrecycling. Sie sind sehr enzymreich – sonst könnten sie nicht ins Holz eindringen
 - Sie entgiften Böden (Algen entgiften die Gewässer) = tolles Entgiftungsmittel
 - Symbiose: 80-90% aller Pflanzen werden in ihrem Wachstum von Pilzen gefördert → die Pflanzen bekommen dadurch viel mehr Nährstoffe
- **Bedeutung für die Menschen**
 - Viele Pilze sind Lebensmittel bzw. Nahrungsmittel.
 - Bestimmte Pilze dienen zur Fermentierung (Alkohol, Milchprodukte, Backhefe).
 - Einige Pilze wie der Fliegenpilz (Agaricus) sind wichtige Ausgangssubstanzen für homöopathische Mittel.
 - Es gibt psychotrope Pilze, die ua. im Schamanismus oder in schwacher Dosis bei Demenz eingesetzt werden.

¹ **Myzel, Mycel** = Pilzgeflecht aus verzweigten Pilzfäden (= Hyphen), das den Vegetationskörper der meisten Pilze bildet.

- Pathogene Pilze in unserem Körper wie z.B. Candida albicans führen zu Beschwerden und Krankheiten.
- Heilpilze, sind Ständerpilze, die auf Holzspänen gezüchtet werden. Sie haben vielseitige Einsatzmöglichkeiten.

Wichtige Inhaltsstoffe der Heilpilze

- Hoher Gehalt
 - **Vitamine** (B, D und E)
 - 400 g Champignons pro Woche decken den Vitamin D-Bedarf
 - Vitamin C-arm → zu jedem Pilzgericht gehört frische Petersilie (ist reich an Vitamin C)
 - **Eiweiße** – Pilze sind das Eiweiß des Waldes. Sie besitzen meist alle 8 essentiellen Aminosäuren und sind deshalb besonders gut für Vegetarier geeignet.
 - **Leucin** - Regulation von Stoffwechsel und Thymus.
 - **Isoleucin** - Regulation von Stoffwechsel und Thymus.
 - **Lysin** – Produktion von Antikörpern, Hormonen und Enzymen.
 - **Methionin** – wichtige Schwefelquelle für den Stoffwechsel, Wundheilung, schützt Leber und Bauchspeicheldrüse.
 - **Phenylalanin** – Ausgangsstoff für Neurotransmitter wie Adrenalin – mindert Hunger und Schmerzgefühl.
 - **Threonin** – unentbehrlich für Knochenwachstum, unterstützt den gesamten Stoffwechsel.
 - **Tryptophan** – Vorstufe von Serotonin (Glückshormon), regt die Verdauungssäfte an, stimuliert die Bildung von Wachstumshormonen, senkt den Cholesterinspiegel.
 - **Valin** – Muskelkoordination, Entwicklung von Eierstöcken, Brustdrüsen.
 - **Kalium**, wenig Natrium,
 - **Polysaccharide** wie Beta-Glucane, die gut für unsere Immunsystem sind,
 - **Triterpene** – Reishi hat am meisten,
 - **Adenosin** – verbessert die Blutfließfähigkeit, gut bei Thrombosegefahr,
 - **Chitin** – man nimmt weniger Fett auf,
 - **Geranium**,
 - **Selen** – Antioxidans spielt in der Krebstherapie eine große Rolle,
 - **Folsäure**,
 - **Biovitalestoffe**.
- Niedriger Gehalt
 - Vitamin C,
 - **Kalorien** – gut bei Adipositas, ideal zum Abnehmen (Chitin hemmt zusätzlich die Fettaufnahme),
 - **Natrium** dafür viel Kalium - gilt nur für frische Pilze,
 - **Cholesterin** (frei),
 - **Purin** (deshalb ist der Verzehr von Pilzen gut bei einem hohen Harnsäurespiegel bzw. bei Neigung zu Gicht).

Hier einige Heilpilze im Überblick

botanischer Name	deutscher Name	Indikation
Agaricus blazei murrill, ABM	Mandelpilz	gut fürs Immunsystem, Beta-Glukane↑
Auricularia polytricha	Judasohr	Blutverdünner
Coprinus comatus	Schopftintling	senkt den Blutzucker
Cordyceps sinensis	Raupenpilz	Niere, Kraft, Ausdauer, Willensstärke
Coriolus versicolor	Schmetterlingstramete	stark antiviral
Hericium erinaceus	Igelstachelbart	Magen, Darm, Nervenwachstum
Maitake	Klapperschwamm	senkt die Blutfette, hilft beim Abnehmen, Arteriosklerose
Pleurotus ostreatus	Austernpilz	Muskeln, Sehnen, Gelenke, Vitamin-B-Lieferant, senkt Homocystein
Polyporus umbellatus	Eichhase	Wassereinlagerungen, Lymphstau

botanischer Name	deutscher Name	Indikation
Reishi	glänzender Lackporling	Pilz des ewigen Lebens, Leber, Triterpene [↑]
Shiitake	König der Heilpilze	enthält alle essentielle Aminosäuren

Agaricus blazei murrill, ABM - Mandelpilz

- Immundefizit
- Autoimmunerkrankungen
- häufige Infekte
- Allergien: Neurodermitis, Asthma
- Folgen von Bestrahlung
- vorzeitige und physiologische Alterung
- vergrößerte Milz
- Verdauungsprobleme
- erhöhter Cholesterinspiegel
- Bluthochdruck
- Diabetes Typ I und II
- chronische Müdigkeit
- Stress
- Intoxikation
- Leber: Hepatitis B, toxische Hepatitis, Leberzirrhose
- Krebs: Leber, Haut, Brust, Prostata, Eierstöcke, Gallenblase, Lunge, Leukämie, Non Hodkin Lymphom

Auricularia polytricha - Judasohr

- Schleimhautentzündungen
- Luftröhrenentzündung
- trockener Husten
- Hautkrebs, Hautgeschwüre
- Obstipation (Verstopfung)
- Hämorrhoiden
- Diabetes Typ II
- erhöhte Blutfette: Cholesterin, Triglyceride
- Arteriosklerose
- Insuffizienz peripherer Gefäße
- Neigungen zu Thrombose: Schafensterkrankheit, Herzinfarkt, Schlaganfall

Coprinus comatus - Schopftintling

- Diabetes Typ I und II
- Verstopfung, Hämorrhoiden
- Lebervergiftung
- Stress
- Darmentzündungen

Cordyceps sinensis - Raupenpilz

- Rekonvaleszenz
- Müdigkeit, Depressionen, Schlaflosigkeit
- Impotenz, Sterilität (männlich und weiblich)
- Infekte im Gastrointestinaltrakt (Magen und Darm)
- unregelmäßige Menstruation
- Nierenschwäche
- erhöhtes Cholesterin, zu wenig gutes Cholesterin HDL
- Diabetes Typ II
- Arthrose,
- Husten, Asthma, chronische Bronchitis

Coriolus versicolor - Schmetterlingstramete

- begleitend zu Chemo- und Strahlentherapie
- Viruserkrankungen: Grippe, Herpes, Gürtelrose, Hepatitis C, HIV, HPV (humanes Papilloma-Virus, zuständig für Muttermundkrebs)
- chronische Müdigkeit, Erschöpfung, Potenzstörungen
- Candidose, Candida im Darm
- Krebs: Speiseröhre, Magen, Nasenrachen, Lunge (nicht kleinzellig), Brust, Prostata, Dickdarm, Anal, Eierstöcke, Gebärmutterhals, Blase, Lymphom

Hericium erinaceus – Igelstachelbart

- Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Beklemmungen, Ängste
- Krebs: Darm, Magen
- Immunschwäche
- Gedächtnisschwäche, Depressionen, M. Alzheimer
- Magenschleimhautentzündung
- Reflux, Sodbrennen
- chronisch entzündliche Darmerkrankung: Colitis ulcerosa, M. Crohn
- Stress, Magen- und Darmgeschwür

Maitake - Klapperschwamm

- erhöhte Blutfette, Triglyceride
- Diabetes Typ II
- Immunschwäche, Grippe
- Virushepatitis
- Osteoporose
- Bluthochdruck
- Stress
- HIV
- Magenschleimhautentzündungen
- Hämorrhoiden, Verstopfung
- Krebs: Brust, Lunge, Magen, Leber, Blase, Prostata, Gehirn, Melanome
- begleitend zur Chemotherapie
- Neigung zu Metastasen an Leber und Knochen

Pleurotus ostreatus - Austernpilz

- erhöhtes Cholesterin
- vorbeugend gegen Arteriosklerose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Krebs: Prostata

Polyporus umbellatus - Eichhase

- Ödeme, Wasseransammlungen
- Bluthochdruck
- Nebenwirkungen der Chemotherapie
- Krebs: Lunge, Blase, Leukämie

Reishi – glänzender Lackporling – Pilz des ewigen Lebens

- Schlaflosigkeit, Müdigkeit
- vorzeitige Alterung
- Herz-Gefäß-Erkrankungen: Rhythmusstörungen, Atemnot
- Allergie: Hautausschläge, Asthma, Lebensmittelunverträglichkeiten
- Lunge: chronische Bronchitis, Asthma
- Magen-Darm-Trakt: Verstopfung
- Krebs: Nasenrachen, akute myeloische Leukämie
- zu wenige Leukozyten
- rheumatoide Arthritis
- Pfeiffersches Drüsenfieber

Shiitake – König der Heilpilze

- erhöhter Cholesterinspiegel
- Arthrose
- Viruserkrankungen: Grippe, Schnupfen
- Leberverfettung
- Herzrhythmusstörungen
- Stress und seine Folgen
- Schäden durch Chemotherapie
- erhöhte Harnsäure, Gicht
- Kraftlosigkeit
- Hautausschläge
- Krebs: Lunge, Brust, Leukämie
- Arteriosklerose
- Impotenz

Achtung: Bei schweren Erkrankungen sollte man die Mykotherapie zusätzlich zur Schulmedizin einsetzen, jedoch niemals alleine. Lassen Sie sich am besten von einer/ einem erfahrenen Mykotherapeut:in beraten!