

# nutrition-press

Fachzeitschrift für Mikronährstoffe

**Stiftung  
Warentest**  
verunsichert Verbraucher

**durch falsche Aussagen!**

Mikronährstoffe

Vitalstoffe

Nahrungsergänzungsmittel

Hersteller und Vertriebe

Mit Nahrungsergänzungsmitteln  
können Sie *gesund älter werden!*



# Kompendium der Mykotherapie – Einsatz von Vitalpilzen in Prävention und Therapie

Dieses Buch ist interessant für alle, die Heilpilze unter ernährungsmedizinischen Aspekten therapie-begleitend anwenden möchten.



Beate Berg & Prof. Dr. Jan I. Lelley  
Kompendium der Mykotherapie  
ISBN 978-3-935407-16-8  
(Sonderausgabe)  
ca. 213 Seiten  
Herausgeber: naturaviva Verlags GmbH  
zu beziehen bei:  
GAMU GmbH  
Hüttenallee 241  
D- 47800 Krefeld

In der Heilkunde der Antike waren sie bereits bekannt, sogar Ötzi nutzte sie und die Traditionelle Chinesische Medizin bedient sich ihrer seit eh und je, der fast in Vergessenheit geratenen Heilkräfte der Pilze. Heute gibt es immer mehr Forschungsprojekte, die nun wissenschaftlich nachweisen, was die Naturheilkunde schon lange wusste.

Die therapeutische Verwendung von Pilzen hat in China eine lange Tradition. Im Westen wird man erst aufmerksam auf diese hochwirksamen Heilmittel, seitdem immer

## Aus dem Inhalt:

- Die Welt der Pilze
- Pilze zur Prävention und Therapie von Gesundheitsstörungen
- Mykotherapie in der TCM und ostasiatischen Medizin
- Pilze in der traditionellen europäischen Medizin
- Grundlagen der modernen Mykotherapie
- Krankheitsvorbeugende und therapeutische Wirkung von Pilzen
- Praxis der Mykotherapie

mehr positive klinische Studien zu Heilpilzen erscheinen. Aufgrund der steigenden Bedeutung blieb die Entwicklung der Mykotherapie auch den Medien nicht verborgen. Sie befassen sich oft und gerne mit Pilzen und bieten Informationen über deren Heilkraft an. Nicht alle schaffen es dabei, korrekt und sachlich zu bleiben, was die Orientierung für das Publikum erschwert. Hin und wieder wird der Eindruck erweckt, man könne mit Vitalpilzen nahezu alles heilen. Dabei ist eine fast unüberschaubare Fülle von mehr oder weniger sachlichen und teilweise nicht verständlichen Informationen im Umlauf, sodass sowohl Laien wie auch in Mykologie (Pilzwissenschaften) unerfahrene Therapeuten kaum noch durchblicken und verunsichert sind. Aus diesem Grund möchten die Autoren Beate Berg und Prof. Dr. Jan I. Lelley hier nun eine kurze Zusammenfassung der wichtigsten Informationen über Vitalpilze und Einführung deren Einsatzmöglichkeiten in der Therapie bieten. Mit einer Auswahl der zwölf wichtigsten Speise- und Heilpilze mit Inhaltsstoffen und Anwendungsbeispielen sowie Therapievorschlügen für über 100 Krankheitsbilder, zeigen die Autoren in diesem Buch gut verständlich, was in welcher Form eingesetzt werden kann.

Neben den bekannten wie Reishi, Brasil Egerling (ABM) und jenen der Gattung Cordyceps werden hier auch beliebte Speisepilze wie Champignon oder Shiitake gezeigt, die anhand ihrer Inhaltsstoffe einen wichtigen Beitrag für die Gesundheit leisten können.

## Einführung

Der Ausdruck Mykotherapie kam 1997 zum ersten Mal durch den Mitautor dieses Buches, Professor Jan I. Lelley, in Umlauf. Sie steht für die Verwendung von Pilzen und





reitungen aus mehr als einem Duzend Großpilzen (Makromyceten) werden bei uns von zahlreichen Unternehmen zur Selbstmedikation angeboten, aber auch von Therapeuten empfohlen und verschrieben. Die Produkte gelten als Nahrungsergänzungsmittel.

pilzlichen Substanzen, die der Vorbeugung und Therapie von Gesundheitsstörungen bei Menschen und Tieren dienen können.

In den zurückliegenden 16 Jahren hat dieses Naturheilverfahren, das tief in der traditionellen europäischen und asiatischen Medizin verwurzelt ist und seit etwa 50 Jahren zunehmend durch moderne Forschung wissenschaftlich bestätigt wird, erheblich an Bedeutung gewonnen. Zube-

Das Kompendium der Mykotherapie ist das erste seiner Art in der deutschsprachigen Fachliteratur. Es wurde auf der Grundlage von anerkannten wissenschaftlichen Informationen und jahrelangen praktischen Erfahrungen zusammengestellt. Es enthält neben Informationen über die wichtigsten Heilpilze, ihre Kultivierung, Inhaltsstoffe und Wirkung Therapievorschläge für mehr als 100 Krankheitsbilder sowie interessante Fallbeispiele aus der täglichen Praxis. «

Fotos: ExQuisine – Fotolia (S. 48), gitusik – Fotolia (S. 49)

## Über die Autoren



### Beate Berg

Beate Berg, geboren in Witten/Ruhr, beschäftigte sich aus persönlichen Gründen schon frühzeitig mit den Möglichkeiten von Naturheilverfahren. Ihre Erfahrungen mit Therapien, Erfolge und Grenzen naturheilkundlicher Behandlungen gibt Sie durch die Mitarbeit bei Presse und Fernsehen – unter anderem in der

Hobbythek mit Jean Pütz und in beratender Funktion bei einer Gesundheitssendung mit Hera Lind – weiter.

Beate Berg ist Heilpraktikerin. Sie führt seit mehr als 25 Jahren das Zentrum für Naturheilverfahren in Witten, mit dem Hauptaugenmerk auf orthomolekulare Medizin und Mykotherapie. Weitere Schwerpunkte ihrer Arbeit sind die klassische Homöopathie und die Akupunktur. Sie ist eine gefragte Referentin, wenn es um den Einsatz von Heilpilzen in der täglichen Praxis geht.



### Prof. Dr. Dr. h.c. Jan I. Lelley

Prof. Dr. Dr. h.c. Jan I. Lelley ist seit über 40 Jahren ausgewiesener Wissenschaftler auf dem Gebiet der angewandten Mykologie und Professor für angewandte Pilzkunde an der Universität Bonn.

Neben seinen Vorlesungen an der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität in Bonn über Nutzpilze, ihre Biotechnologie und Produkte hat er sich seit mehr als 15 Jahren auf Pilze mit Heilkraft spezialisiert. Er ist Gründer und Geschäftsführer der Gesellschaft für angewandte Mykologie und Umweltstudien GmbH (GAMU) in Krefeld. Die Haupttätigkeit der Gesellschaft ist die Durchführung von Untersuchungs- und Forschungsvorhaben mit Nutzpilzen. Schwerpunkt ist die Entwicklung und Optimierung der Biotechnologie der Nutzpilze.