

Nutrition-Press

Fachzeitschrift für Mikronährstoffe

Pilze & Co: Übeltäter und Retter



Prof. Dr. Jan I. Lelley
Heilpilze und Perspektiven
der Mykotherapie



Manfred Scheffler
Freiheit für gesunde
Nahrung



Dr. Gottfried Lange
Prävention ist machbar –
JETZT

Mikronährstoffe

Vitalstoffe

Nahrungsergänzungsmittel

Hersteller und Vertriebe

www.nutrition-press.com



Heilpilze und Perspektiven der Mykotherapie

Die Welt der Pilze

Von den Bäckerhefen, Bierhefen, Weinhefen bis zum Champignon und Eierschwamm, von den Schimmelpilzen, Rostpilzen, vom Mehltau an Rosen bis zur köstlichen Trüffel, von den lästigen Darm- und Hautpilzen bis zum Riesenhallimasch bilden Pilze nach den Insekten das zweitgrößte Reich von Lebewesen auf Erden.

Die Zahl der weltweit bekannten und vermuteten Pilzarten wird auf 1,5 Mio. geschätzt. Tatsächlich bekannt sind bisher erst etwa 120.000 Arten. In unserem Fokus für die nachfolgende Betrachtung stehen jedoch nur die so genannten „Großpilze“ (Makromyceten), deren Artenzahl auf ca. 12.000 bis 14.000 geschätzt wird. Ein Teil der Großpilze sind so genannte Nutzpilze. Als Nutzpilz bezeichnen wir jeden Großpilz, dessen Fruchtkörper oder Myzel oder beide Teile für wirtschaftliche und/oder gesellschaftliche Zwecke verwendet werden können. Nutzpilz ist jeder kultivierte Großpilz und manche Wildpilze (z. B. Eierschwamm) von wirtschaftlicher Bedeutung. Und nun gelangen wir zu einer Gruppe der Nutzpilze, die uns ganz besonders interessiert, die der Heilpilze. Als Heilpilz, Vitalpilz oder auch Medizinalpilz bezeichnen wir jeden Nutzpilz, der für die Vorbeugung und/oder Therapie von gesundheitlichen Störungen bei Mensch und Tier kultiviert und in einer für den Einsatz besonders geeigneten Weise (getrocknet und gemahlen, als Extrakt, als Tinktur) aufbereitet und dargereicht wird.

Das verlorene Wissen über die Heilkraft der Pilze

Das Wissen über die Heilkraft zahlreicher Großpilze ist ein Gut, das die Menschen weltweit schon seit Jahrtausenden besitzen. Unsere Vorfahren, gleichermaßen in Ost und West, haben diese Heilkraft auch gezielt genutzt. Ethnomykologische Studien zeigen, dass Pilze als Heilmittel auch in Europa eine bemerkenswerte Rolle gespielt haben. Der bekannteste Heilpilz der Antike, der Lärchenporling (*Laricifomes officinalis*), galt geradezu als Allerheilmittel. Er fand unter der Bezeichnung „Agaricum“ in zahlreiche Therapievorschläge Eingang. Selbst der römische Gelehrte Gaius Plinius Secundus beschrieb etwa 15 verschiedene Indikationsmglichkeiten für das Agaricum. Das Lorsche-Arzneibuch, das Werk „Physica“ der Benediktiner-Äbtissin Hildegard von Bingen,



die Werke der berühmten Kräuterbuch-Autoren Hieronymus Bock, Peter Melius, Adamus Lonicerus und anderer enthalten ebenfalls Anwendungsempfehlungen für Pilze bei der Therapie von Gesundheitsstörungen.

Nach Beginn der Industrialisierung der Arzneimittelherstellung geriet jedoch das Wissen über die Heilkraft der Pilze im Abendland in Vergessenheit. Standen doch Pilze – da man sie nicht anbauen konnte – im Gegensatz zu den Heilkräutern als Rohstoff für Arzneien nicht zur Verfügung. Nur in wenigen Gegenden, vornehmlich in Ostasien, wurden Theorie und Praxis der Pilzheilkunde bis in das 20. Jahrhundert überliefert.

Die Wiederentdeckung der Heilpilze dank moderner Forschung

Biotechnologen haben schließlich die Grundlage für eine fundamentale Änderung auf diesem Gebiet und die Aufwertung der Pilze mit Heilkraft geschaffen. Sie haben weltweit Verfahren für die Kultivierung dieser Organismen entwickelt, die es heute ermöglichen, in großtechnischem Maßstab Pilzfruchtkörper und Pilzmyzel zu erzeugen.

In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts begann auch die wissenschaftliche Erforschung der Heilkraft der Großpilze. Sie hat seitdem in internationalem Maßstab eine ungeahnte Entwicklung genommen. Auf internationalen Kongressen, Tagungen, in einer nahezu unübersehbaren Fülle von Publikationen wird das Thema mittlerweile behandelt. Durch den Verzehr von Produkten aus Pilzen, so genannten „mushroom nutraceuticals“, Nahrungsergänzungsmitteln aus Pilzen mit Heilkraft, gelang es auch weltweit vielen Menschen, ihre Gesundheit zu erhalten oder sie wiederzuerlangen.

Deshalb verwundert es nicht, dass der Vertrieb der „mushroom nutraceuticals“ in den vergangenen 20 Jahren weltweit große Fortschritte gemacht hat. Betrug der Umsatz 1994 weltweit nur 3,8 Milliarden USD, erhöhte sich dieser Wert bis 2000 auf 14 Milliarden USD und wird gegenwärtig auf mehr als 18 Milliarden USD geschätzt. Allein in den Vereinigten Staaten steigt der Bedarf an mushroom nutraceuticals jährlich zwischen 20 und 40 Prozent. Auch in Deutschland wird der Umsatz mit Nahrungsergänzungsmitteln aus Heilpilzen inzwischen jährlich auf mehrere Millionen Euro geschätzt. Viele dieser Produkte werden via Internet an Endkunden verkauft. Doch setzen erfreulicherweise auch immer mehr Heilpraktiker und Ärzte für Naturheilverfahren solche Heilpilzprodukte in ihren Therapiemaßnahmen ein. Sie praktizieren die Mykotherapie.

Die Mykotherapie

Die Bezeichnung „Mykotherapie“ ist eine Neuschöpfung.

Sie wurde aus dem Wort „Phytotherapie“ abgeleitet. Phytotherapie bedeutet die Wissenschaft von der Heilbehandlung mit pflanzlichen Substanzen. Mykotherapie heißt sinngemäß die Heilbehandlung mit Pilzen und pilzlichen Substanzen. Mit diesem Ausdruck bezeichnen wir Maßnahmen, die zur Prävention und/oder Therapie einer Krankheit dienen und bei denen als Heilmittel Großpilze verwendet werden. Die Mykotherapie ist eine moderne Wissenschaft, die im Grenzbereich zwischen Mykologie und Medizin angesiedelt ist. Primäres Ziel der Mykotherapie ist die Anregung, Unterstützung und Aktivierung des körpereigenen Abwehrsystems. Der therapeutische Einsatz der Heilpilze kann

- kausal sein, mit dem Ziel, die Ursache der Krankheit zu beseitigen
- symptomatisch sein, um die Beschwerden einer Krankheit zu lindern
- adjuvant sein, um z. B. den Nebenwirkungen einer Tumorbehandlung entgegenzuwirken

Die therapeutische Wirkung, die Heilkraft der Pilze wird durch ihre sekundären Inhaltsstoffe ausgelöst. Die wichtigsten sind Polysaccharide, insbesondere Betaglacane, Triterpene, Lektine, das Ergothionein und Polyphenole.

Nahrungsergänzungsmitteln aus Heilpilzen gehören in die Apotheke

Dafür gibt es mehrere Gründe. Fast alle Pilze mit Heilkraft sind zugelassene, offiziell anerkannte Speisepilze und sie gelten als Lebensmittel. Dennoch erwarten die Kunden eine qualifizierte Beratung bezüglich ihrer Verwendung, die nur in den Apotheken geleistet werden kann.

Die Heilwirkung der Pilze wird intensiv erforscht und die Empfehlungen, die gegeben werden können, sind durch Forschungsergebnisse, inzwischen aber auch durch praktische Erfahrungen von Ärzten, Heilpraktikern und Privatpersonen belegt. Diese Informationen werden permanent gesammelt, verdichtet, ausgewertet und können den Apotheken zur Verfügung gestellt werden.

Produkte aus Pilzen mit Heilkraft bieten für verschiedene Indikationen eine gute und weitgehend nebenwirkungsfreie Alternative zu anderen Präparaten. Das ermöglicht dem Apotheker, seine Kunden gezielt zur Verwendung von Pilzprodukten zu führen. Der Einsatz von Produkten aus Pilzen mit Heilkraft muss immer über einen längeren Zeitraum (mindestens drei Monate) erfolgen. Deshalb wurden gute Erfahrungen mit Produktabonnements gemacht. Produktabonnements bedeuten für die Apotheke Kundenbindung. Den Kunden sollte bei einem Abonnement ein Preisvorteil angeboten werden. Generell sind Produkte aus Pilzen mit Heilkraft relativ hochpreisig. Sie bieten der Apotheke eine gute Gewinn-

marge. Zugleich jedoch ist eine Pilztherapie mit Fertigprodukten deutlich preiswerter und viel bequemer als der tägliche Verzehr äquivalenter Mengen von Frischpilzen, die zum gleichen Erfolg führen könnten.

Perspektiven der Mykotherapie

Die Mykotherapie avanciert inzwischen zu einer festen Größe im Bereich der Naturheilverfahren. Und ihre Perspektiven sind umso günstiger, je schneller und umfassender in den folgenden Bereichen weitere Fortschritte erzielt werden können:

- bei der Optimierung der Erzeugung der Pilzbiomasse,
- bei der Fortentwicklung der Verfahrenstechnik für die Extrakterstellung mit dem Ziel der Kostenreduktion, Erhöhung der Ausbeute und Erzeugung standardisierter Extrakte,
- bei der Durchführung von Interventionsstudien mit Heilpilzprodukten, um positive Ergebnisse aus Labor- und Tierexperimenten bestätigen zu können,
- bei der Entwicklung und Herstellung von ergänzenden balanzierten Diäten, mit konkreter therapeutischer Empfehlung.



Prof. Dr. Jan I. Lelley
Gesellschaft für angewandte Mykologie und
Umweltstudien GmbH (GAMU), Krefeld, Deutschland
Fachlicher Beirat des NEM e.V.



apeiron
natural care

sanfte Naturkosmetik

Pflege, die Haut
und Sinne berührt.

Lohnhersteller für:

- ✍ zertierte Naturkosmetik
- ✍ Nahrungsergänzungsmittel
- ✍ Private Label