

„**Reishi – mehr als nur ein Pilz**“ (Quelle und rechtlicher Hinweis siehe 1)



Freunden der Naturheilkunde und in alternativmedizinischen Kreisen ist der „Pilz des langen Lebens“ bereits über einen längeren Zeitraum bekannt. Trotzdem hat der Reishi in der westlichen Welt noch nicht die Beachtung erlangt, wie es im asiatischen Raum der Fall ist. Dort wird er bereits seit über 4000 Jahren hoch geschätzt und gehört in der chinesischen, sowie japanischen Volksmedizin zu den ältesten Naturarzneien der Menschen. Ebenso wird er von vielen Experten als „König der Kräutermedizin“ bezeichnet und vielerorts als Symbol des Glücks, der Vitalität und des langen Lebens verehrt. Asien führt die Liste der jährlich kultivierten Mengen nach wie vor an, doch auch die USA und Europa haben in den letzten Jahren den „Ling Zhi“, wie er auch genannt wird, Stück für Stück für sich entdeckt. Die Wertschätzung, die diesem Pilz besonders in Asien entgegengebracht wird, die aber auch nach und nach in die westliche Welt allmählich überströmt, überrascht nicht, wenn man sich die lange Liste seiner Wirkungsorte betrachtet.

Momentan sind sechs verschiedene Arten des Heilpilzes bekannt, von denen alle, je nach Farbe, eine andere Wirkung zeigen. So wird der rote Reishi am meisten verwendet, welcher die inneren Organe stärkt, die Gedächtnisleistung unterstützt und die Vitalität steigert. Diese positiven Effekte erklären vermutlich die Tatsache, dass der Ling Zhi in Japan als Medikament zugelassen ist und zum festen Repertoire der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) gehört. In der westlichen Welt dagegen, ist er bis zum jetzigen Zeitpunkt nicht mehr als ein Nahrungsergänzungsmittel, obwohl die Liste der Krankheiten und Beschwerden, bei denen sich Reishi traditionell als Naturheilmittel bewährt hat, lang ist. So lässt sich durch traditionelle Anwendungen belegen, dass dieser Heilpilz beispielsweise bei Asthma, Depressionen und

Magengeschwüren hilft und die Blutfettwerte senkt. Klinische Studien versprechen sogar eine nachweisliche Wirkung bei Krebs, Thrombose, Hepatitis, ebenso eine Regulierung des Blutdrucks. Doch wie genau wirkt Reishi nun auf das menschliche Immunsystem und warum kann er als Naturheilmittel einige Beschwerden lindern und sich gegen eine Reihe von Krankheiten als hilfreich erweisen? Unser Immunsystem ist täglich zahlreichen Angreifern, wie Bakterien, Viren und Pilzen ausgesetzt, die unserem Organismus Schaden zufügen können. Weiße Blutkörperchen (Leukozyten) leisten die Hauptarbeit, damit gefährliche Eindringlinge früh genug abgewehrt werden können. Damit diese auch täglich und vor allem erfolgreich bekämpft werden, benötigt der Körper ausgeprägte Ruhephasen und eine ausgewogene Ernährung. Leider ist das im stressigen Alltag nicht immer möglich. Mit der Einnahme von Reishi optimiert man die Abwehrkraft des Immunsystems, denn die enthaltenen Polysaccharide (Mehrfachzucker) dienen als Energiespeicher – wichtige Energie für die Immunabwehr. Durch verschiedene genauere Untersuchungen am „Pilz des langen Lebens“ ließen sich etliche Polysaccharide isolieren und deren Wirkungsweise erforschen. Darunter fallen Blutdruck senkende, Anti – Tumor wirkende und immunstimulierende Polysaccharide. Außerdem regt Reishi die körpereigene Produktion von Interferon an, welches die Ausbreitung von Viren im Körper stoppt.



Am Beispiel einer Allergie, kann man die Wirkung des Reishi - Pilzes auf das Immunsystem verdeutlichen. Da ein „allergisches“ Immunsystem nicht in der Lage ist zwischen schädlichen und nicht schädlichen Stoffen zu unterscheiden, kommt es zu einer Überreaktion des Körpers auf bestimmte Stoffe aus der Umwelt. An dieser Stelle setzt der Heilpilz ein: Er reguliert und gleicht das Immunsystem aus und senkt das Reaktionspotential des „allergischen“ Immunsystems, sodass die Intensität der Reaktionen des Körpers auf z.B Pollen verringert wird. Auch bei Atemwegserkrankungen, wie Asthma kann dieser Pilz helfen. Da es sich bei Asthma um das Ergebnis einer Entzündung der Atemwege handelt, kommt es früher oder später zu einer überempfindlichen Reaktion der Atemwege auf jegliche Reize, was sich in einer Verengung der Luftröhre oder in krampfhaftem Zusammenziehen der Bronchialmuskulatur äußert und schließlich in Atemnot endet. Reishi mindert die Asthma – Symptome und bessert die Atmung, sowie die Sauerstoff – Versorgung im Blut, die besonders wichtig bei Atemwegsproblemen ist.

Patienten, die an typischen Volkskrankheiten, wie Fettstoffwechselstörungen bzw. hohe Cholesterinwerte, sowie Diabetes leiden, können durch die Einnahme des Ling Zhi Pilzes ein etwas erleichtertes Leben führen. An einem gestörten Fettstoffwechsel und damit verbundenen hohen Cholesterinwerten, leiden circa 20 Millionen Menschen in Deutschland – das sind 25% der Gesamtbevölkerung. Bei lang anhaltenden hohen Werten, besteht die Gefahr einer Arterienverkalkung, was wiederum einen Herzinfarkt hervorrufen kann. Mehrere Studien aus China konnten beweisen, dass die Einnahme von Reishi, über einen Zeitraum von drei Monaten, den Gehalt des gefährlichen LDL – Cholesterins, welches die Verkalkungen erst auslöst, um bis zu 40% senken konnte und den des wichtigen HDL – Cholesterins, welches diese wieder beseitigt, erhöht.

Hierzulande leiden bereits 12 – 15 Millionen Menschen an einer Diabetes Vorstufe. 5 -10% dieser Menschen erkranken jährlich an der Typ 2 – Diabetes, die 90% aller Diabetiker betrifft. An dieser Stoffwechselkrankheit zu leiden, bedeutet gleichzeitig die Unfähigkeit des Körpers Insulin zu produzieren oder zu nutzen. Dieses Hormon wird gebraucht, um den Zucker, den wir zu uns nehmen, aus dem Blut in die Zellen zu bringen, wo er als Energielieferant benötigt wird. Bei Patienten beider Diabetes Typen, misst man erhöhte Blutzuckerwerte, weil eben das Hormon Insulin, welches den Blutzucker senkt, fehlt oder nicht voll wirksam ist. Klinische Studien aus Malaysia, China und Japan belegen, das Diabetes – Patienten, die sich für die Einnahme von Reishi entschieden, ihren Blutzucker konstanter halten konnten, sodass die Einnahme von Medikamenten und äußerliche Insulinzufuhr (durch Spritzen) verringert werden konnte. Leider war das ausschließlich bei Patienten zu beobachten, bei denen die Krankheit nicht sehr weit fortgeschritten war.

Reishi

Geschrieben von: Webmaster

