

Ein Geschenk der Natur

Ob „König der Pilze“ oder „Göttlicher Pilz der Unsterblichkeit“ – vor über 2000 Jahren galten sie als **Lebenselixiere** und waren sehr kostbar. Heute bedürfen Vitalpilze der Aufklärung.



© B. Wylezich / fotolia.com

Pilze sind Organismen, die einem eigenen Reich zugeordnet werden. Sie wachsen unter widrigsten Bedingungen mit bemerkenswerten Überlebensstrategien, und sie sind resistente und intelligente Recycler. In der Natur erfüllen sie vor allem ihre Aufgabe als Saprotrophe. Als saprotroph definiert man Organismen, die tote organische Materie abbauen. Einige Pilze weisen parasitäre, andere symbiontische Eigenschaften auf. Anders als Pflanzen, die ihren Energiebedarf über Photosynthese decken, und Tiere, die ihre Nahrung fressen, dringen Pilze in das Innere ihrer „Beute“ ein und scheiden darin ihre Verdauungsenzyme aus. Im verflüssigten Zustand kann der Pilz die Nahrung dann aufnehmen. Diese Form der Ernährung bestimmt maßgeblich den unterirdischen Körperbau eines Pilzes. Dieser ist ein

fast endloses, weit verzweigtes Geflecht aus dünnsten Zellfäden und der eigentliche Vegetationskörper – unsichtbar im Boden oder im Gehölz. Die moderne Forschung interessiert sich nicht nur dafür, sondern auch für den Fruchtkörper, der dem Pilz als Fortpflanzungsorgan dient.

Besonderheit Vitalpilze Pilze ziehen Menschen seit jeher in ihren Bann. Die ägyptischen Pharaonen betrachteten sie als „Pflanze“ der Unsterblichkeit und die berühmte, rund 5250 Jahre alte Gletschermumie „Ötzi“, die 1991 in den Ötztaler Alpen in Südtirol gefunden wurde, trug in ihrer Gürteltasche neben Zunder und Pyrit zur Feuerentfaltung auch zwei Birkenporlinge mit sich. Wissenschaftler vermuten, dass Letztere als Heilmittel dienten. Viele Vitalpilze sind nicht nur ein aromatischer Leckerbissen, einige von ihnen werden seit

jeher in der traditionellen asiatischen Heilkunst zur Linderung von Befindlichkeitsstörungen eingesetzt. Dieses Wissen gab es auch in Europa. Mit Einzug der modernen Schulmedizin geriet es aber in Vergessenheit. Inzwischen erfährt die lange Tradition der Pilzheilkunde, die auch in der Klostermedizin vor allem durch Hildegard von Bingen gefördert wurde, einen Aufschwung.

Charakteristische Wirkstoffe Die bislang bekannten Wirkstoffe in Vitalpilzen wie Polysaccharide, Glykoproteine, Terpene, Nukleosidderivate und Polyphenole sind offenbar in der Lage, ungleichgewichtige Prozesse im Organismus auf einzigartige Weise zu regulieren. Dem gegenüber steht ihr präventives Potenzial, Beschwerden vorzubeugen. Interessanterweise werden immunmodulierende Substanzen, sogenannte Biological Response

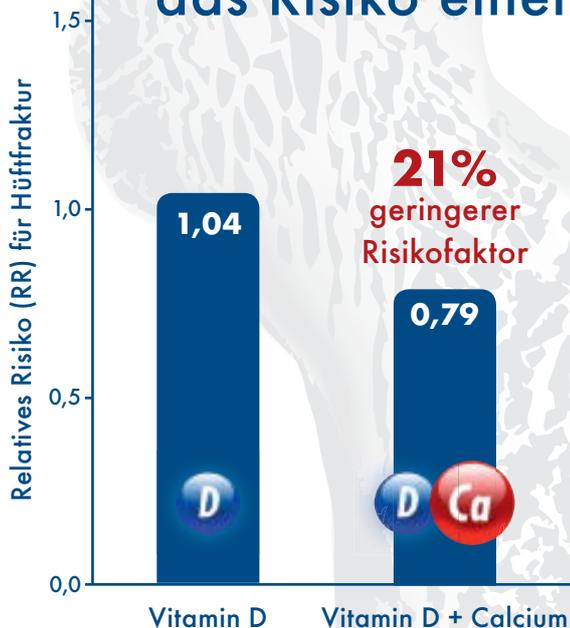
Modifiers, in der westlichen Welt, wenn überhaupt, vor allem zur Schadensbegrenzung empfohlen. In Asien werden sie hingegen meist ganzheitlich eingesetzt.

Unter zahlreichen Therapeuten – Ärzten für Naturheilverfahren, Heilpraktikern und Tierheilpraktikern – erfreuen sich Vitalpilze wieder großer Beliebtheit. Für die Behandlung mit ihnen hat sich der Begriff Mykotherapie etabliert. Kombiniert mit weiteren Substanzen, wiespezifischen Pflanzenextrakten, Vitaminen und Mineralstoffen, spricht man von der sogenannten Mykomolekularen Therapie. Letztere hält aktuell Einzug in der Apotheke und erschließt PTA und Apothekern ein neues Beratungsfeld für naturheilkundlich ausgerichtete Kunden. ■

*Iris Priebe,
PTA und Medizinjournalistin*

Ohne Calcium keine Osteoporose-Prophylaxe

Mit Calcium und Vitamin D verringert sich das Risiko einer Hüftfraktur um 21%*



Eine detaillierte Meta-Analyse* belegt eindeutig die Notwendigkeit von Calciumgaben zusätzlich zu Vitamin D zur effektiven Prophylaxe von Frakturen.

Die Ergebnisse von 4 Studien mit nur der Gabe von Vitamin D wurden verglichen mit den Ergebnissen von 6 Studien mit der Gabe der Kombination aus Calcium und Vitamin D. Bei der Kombination von Calcium (1.000–1.200 mg) und Vitamin D (700–800 I.E.) waren die Effekte auf Knochendichte und Bruchrisiko signifikant höher.

Empfehlen Sie den Marktführer:**

Calcium-Sandoz® D Osteo

mit 3-fach-Effekt durch Vitamin D:

- ✓ Steigert die Calcium-Aufnahme
- ✓ Erhöht die Calcium-Einlagerung
- ✓ Verbessert die Knochendichte



* Boonen et al., 2007; J.Clin. Endocrinol. Metab. 92: 1415-1423.

** IMS Pharmascope: Marktführer nach Sell-out units 12.2013 vs 12.1012.

Calcium-Sandoz® D Osteo Kautabletten, 500 mg/400 I.E. Wirkstoffe: Calcium (als Carbonat)/Colecalciferol **Zusammensetzung:** 1 Kautbl. enth. 1.250 mg Calciumcarbonat (entspr. 500 mg Calcium), 4 mg Colecalciferol-Trockenkonz., (entspr. 10 µg/400 I.E. Colecalciferol [Vit. D₃]), Sorbitol (Ph.Eur.) E 420, Orangenaroma (enth. Isomalt, Orangenaroma, Glycerol(mono/di)speisefettsäureester), Povidon K 30, Mg-stearat (Ph.Eur.), Aspartam, all-rac- α -Tocopherol, Sucrose, Na-ascorbat, mittelkett. Triglyceride, hochdisp. Siliciumdioxid, Stärke mod. (Mais). **Anwendungsgeb.:** Vorbeug. u. Behandl. v. Vit.-D- u. Ca-Mangelzust. b. ält. Menschen. Vcxit-D- u. Ca-Supplement z. Unterstütz. einer spez. Therap. z. Prävent. u. Behandl. der Osteoporose. **Gegenanz.:** Überempfg. geg. Inhaltsst., Erkrank. u./od. Zustände, die z. Hyperkalzämie u./od. Hyperkalzurie führen, Nephrokalzinose, Nephrolithiasis, Hypervitaminose D. **Nebenwirk.:** Überempfg.-reakt., Einzelfälle v. system. allerg. Reakt. (anaphylakt. Reakt., Gesichtssödem, angioneurot. Ödem), Hyperkalzämie, Hyperkalzurie, Blähungen, Verstopf., Diarrhö, Übelk., Erbrechen, Abdominalschmerzen, Pruritus, Hautausschlag, Urtikaria. Enth. Aspartam, Sorbitol, Isomalt, Sucrose (Zucker). Weit. Einzell. u. Hinw. s. Fach- u. Gebrauchsinfo. Apothekenpflichtig. **Mat.-Nr.:** 3/51007925 **Stand:** März 2015, Hexal AG, 83607 Holzkirchen, www.hexal.de Z: DE/HEX/CAL/1114/0042a