



Heilpilze – Gesundheit aus der Natur

Wieder einmal sorgten ein guter Referent und ein interessantes Thema für ein volles Haus bei der monatlichen Vortragsreihe des Mutlanger Freundeskreis Naturheilkunde. Der Vizepräsident des Deutschen Naturheilbundes Peter Emmrich, Facharzt für Allgemeinmedizin, Diplom Biologe und Chemiker, referierte vor gut 160 Besuchern über chinesische Heilpilze. In erster Linie sagt man diesen Pilzen eine immunstimulierende Wirkung nach. Darüber hinaus wird über eine ungewöhnliche Vielfalt an weiteren Heilwirkungen auch bei chronischen Krankheiten berichtet.

In der traditionellen chinesischen Medizin spielen Heilpilze schon seit 5000 Jahren eine große Rolle. Entsprechend groß ist daher der Erfahrungsschatz. Inzwischen haben wenige, moderne Studien die heilende Wirkung von Pilzen untermauert. Nach wie vor kommen diese Pilze aus dem asiatischen Raum, werden aufbereitet und stehen dann als Pulver oder in Kapselform zur Verfügung. Bei der Einnahme von Heil- oder Vitalpilzen werden im Körper Regulationsmechanismen in Gang gesetzt und sorgen für ein Gleichgewicht im Körperhaushalt.

Heilpilze haben keine Giftwirkung! Dennoch sollte man sich vor der Anwendung unbedingt von einem erfahrenen Therapeuten beraten lassen, um den passenden Pilz zum Krankheitsbild zu finden. Dazu können aufwändige Blutuntersuchungen notwendig sein. Im Blutbild zeigt sich, welche Substanzen sinnvoll sind. Nebenwirkungen sind bei der Einnahme von Heilpilzpulver nicht zu erwarten. Anfängliche Blähungen verschwinden, wenn die Dosis zunächst verringert wird. Ein Gewöhnungseffekt tritt auch bei einer Einnahme über einen längeren Zeitraum nicht auf. Im Gegenteil: eine kontinuierliche Einnahme ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung.

Anschließend ging es um Mandelpilz, Judasohr, Schopftintling, Chinesischer Raupenpilz, Schmetterlingstramete, Igelstachelbart, Klapperschwamm, Austernpilz, Eichhase, Glänzender Lackporling und Shiitake-Pilze. Emmrich beschrieb sehr anschaulich wofür die einzelnen Pilze eingesetzt werden.

Am Beispiel des Glänzenden Lackporlings, auch als Reishi bekannt, soll dies verdeutlicht werden. Als „Pilz des ewigen Lebens“ stärkt er die Leber und unterstützt die Entgiftung. Vor allem seine entzündungshemmende Wirkung macht ihn zu einem Pilz mit breitem Einsatzspektrum. Allen chronischen Krankheiten liegt eine Entzündung zu Grunde. Ob es sich hier um Arthritis, Rheuma oder Fibromyalgie handelt, Bronchitis oder gar Asthma, Neurodermitis, Magen-, Darm- oder Leberbeschwerden, Nasennebenhöhlenentzündungen oder um eine allgemeine Schwäche der Nerven - eine Behandlung mit Reishi kann helfen. Daneben verwies Emmerich immer wieder auf weitere Möglichkeiten Krankheiten naturheilkundlich zu behandeln, zum Beispiel mit Schüssler Salzen, Selen oder Vitaminen.

Emmrich verstand es, sein breites Wissen auf sehr unterhaltsame Weise an die interessierten Zuhörer weiter zu geben und so ging der informative Abend mit viel Beifall für den Referenten zu Ende.