

Die Begriffe Vitalpilze und Heilpilze werden im alltäglichen Gebrauch als Synonyme verwendet. Die Vitalpilze sind an sich eine Auswahl an Speisepilzen, welche zum Teil sogar hier bei uns wachsen. Die anderen Pilze stammen zur Hauptsache aus Asien, bzw. China. Vitalpilze gelten mittlerweile auch bei uns in Europa als wahre Gesundheitsbrunnen. Sie sind allesamt ungeheure Kraftpakete, angefüllt mit Biovitalstoffen wie Polysaccharide, Polypeptide, Mineralien, Spurenelemente, Vitamine und Aminosäuren. Seit einiger Zeit werden die Vitalpilze auch von der Wissenschaft zur Kenntnis genommen und die den Vitalpilzen nachgesagten Wirkungen konnten durch diverse Studien und Untersuchungen wissenschaftlich belegt werden.

Arteriosklerose ist eine Wohlstandskrankheit. Bei sehr vielen Menschen sind Ablagerungen in den Arterien vorhanden, die so genannte Arterienverkalkung. Durch solche Ablagerungen kann der Blutfluss behindert werden und das kann zu lebensbedrohenden Situationen führen. Eine grosse Gefahr bei Arteriosklerose besteht darin, dass dies von den betroffenen Menschen meist lange gar nicht bemerkt wird. Das Blut fliesst ja noch durch die Arterien, auch wenn sich schon Bindegewebe, Blutfette und Kalk an den Innenwänden abgelagert haben. Oft sind es mehrere Faktoren, die zu der gefährlichen Verengung der Arterien führen. Bluthochdruck, Übergewicht, zu wenig Bewegung, Rauchen, zu hoher Cholesterinspiegel und Diabetes sind in den westlichen Industrienationen weit verbreitet. Irgendwann treten die Folgen gravierend ein und können mitunter lebensbedrohend sein. Es kann nämlich jederzeit bei einer Verengung ein kleines Blutgerinnsel hängenbleiben und je nachdem wo das ist ergibt sich daraus ein Herzinfarkt oder Schlaganfall. Das positive an dieser Krankheit ist, dass die Betroffenen den Verlauf der Krankheit zum grossen Teil selbst in der Hand haben. Durch die Vermeidung von Risiken und eine Umstellung der Lebensgewohnheiten kann sogar zu einem Rückgang der Ablagerungen führen. Die übliche Therapie der Arteriosklerose besteht einerseits in der Vermeidung der Risiken und andererseits im Einnehmen von Medikamenten, die die Blutgerinnung hemmen und den Blutfluss verbessern. Dazu gibt es meist auch noch spezielle Medikamente, die den Cholesterinspiegel senken. Wenn die Krankheit schon weit fortgeschritten ist, werden operativ Gefässstützen (Stent) eingesetzt oder mit einem Bypass der Blutfluss sichergestellt. In jedem Stadium der Krankheit ist eine Verbesserung der Blutwerte von entscheidender Bedeutung. Hier können die Vitalpilze ihre Stärken ausspielen. In der Traditionellen Chinesischen Medizin

werden Vitalpilze schon seit sehr langer Zeit als wirksame Mittel zur Verbesserung des Blutflusses geschätzt.

An oberster Stelle steht der Shiitake (*Lentinula edodes*). Er kann sowohl den Cholesterinspiegel senken wie auch den Blutdruck senken. Darüber hinaus wirkt der Shiitake stärkend auf das Bindegewebe und kräftigt die Gefässwände. Der Wirkstoff Provitamin D, welcher reichlich im Shiitake enthalten ist, fördert den Kalziumstoffwechsel und trägt dazu bei, dass abgelagertes Kalzium aus den Gefässwänden abgebaut wird. Somit werden die Arterien wieder regeneriert. Ausserdem wird die Kollagenproduktion angeregt und die Gefässe werden damit wieder stabiler und elastischer. Erhältlich bei www.shiitake-pilz.com

Der *Auricularia* (Judasohr) hat ebenfalls sehr gute Wirkungen bei Arteriosklerose, beziehungsweise als vorbeugende Massnahme. Gemäss verschiedenen Untersuchungen kann der *Auricularia* bei Patienten mit geschädigten Arterien die Durchblutung deutlich verbessern. Er hemmt auch die Blutgerinnung und Entzündungsprozesse in den Gefässen. Er reguliert den Blutdruck und wirkt als Radikalfänger. Erhältlich bei www.auricularia-pilz.com

Der dritte Vitalpilz, welcher bei Arteriosklerose hervorragende Wirkungen gezeigt hat, ist der Reishi oder Ling Zhi oder glänzender Lackporling genannt (*Ganoderma lucidum*). Reishi reguliert den Blutdruck und reduziert die Blutfette. Erhältlich bei www.reishi-pilz.com

Vitalpilze sind 100% natürliche Heilmittel und völlig ohne Nebenwirkungen. Dadurch sind diese Vitalpilze sehr gut geeignet als vorbeugende Massnahme, speziell bei Risikogruppen. Man kann sie über viele Jahre hinweg bedenkenlos täglich zu sich nehmen.