

*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.*

Unter dem Begriff Rheuma werden eine Vielzahl an Erkrankungen zusammengefasst. Grundsätzliche Übereinstimmung ist, dass es sich um schmerzhafte Prozesse im Bewegungsapparat handelt. Die drei häufigsten Rheuma-Erkrankungen sind rheumatoide Arthritis, Gicht und Fibromyalgie. Als schmerzhafte Entzündungsreaktion könnte man verallgemeinernd die rheumatischen Erkrankungen bezeichnen. Zumindest bei den drei häufigsten Formen ist eine so genannte Autoimmunreaktion des Körpers kennzeichnend. Bei jedem Rheumatiker liegt eine Überreaktion des Immunsystems zugrunde, die zur Bekämpfung körpereigenem Gewebe und auf diese Weise zur entzündlichen Zerstörung von Muskel- oder Gelenkgewebe führt. Der Grund für diese falsche Reaktion des Immunsystems und welche Auslöser dafür verantwortlich sind, ist bis jetzt noch nicht definitiv geklärt. Es scheint, dass erbliche Faktoren eine Rolle dabei spielen und dass möglicherweise Infektionen den Ausbruch der Krankheit begünstigen. Eine Heilung ist trotz intensiver Forschung nach wirksamen Medikamenten bisher noch nicht gelungen. Man konzentriert sich deshalb darauf, die Schmerzen zu lindern, um die Lebensqualität des Patienten zu verbessern. Durch verschiedene Massnahmen kann man immerhin das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen. Wie bei vielen anderen Krankheiten spielt auch hier die Ernährung eine wichtige Rolle, speziell die Versorgung mit Mineralien und Vitaminen ist sehr wichtig. Eine gezielte Bewegungstherapie kann dazu beitragen, dass die Beweglichkeit erhalten bleibt, ohne die angegriffenen Strukturen zu sehr zu belasten.

Meistens treten die ersten Symptome der rheumatischen Arthritis in der Nacht und in den Morgenstunden auf. Die Fingergelenke sind geschwollen, warm und schmerzen. Spätestens wenn weitere

Gelenke betroffen sind, erhärtet sich der Verdacht auf rheumatoide Arthritis. Drei Viertel der Betroffenen sind Frauen. Die meisten Fälle werden zwischen dem 35. und 45. Lebensjahr diagnostiziert. Dabei ist nebst den Informationen über Rheumafälle in der Familie und sichtbaren Gelenkveränderungen auch eine Blutuntersuchung wichtig. Sie zeigt oft stark erhöhte Entzündungswerte sowie eine Blutarmut, die ebenfalls auf die Entzündung zurückzuführen ist. Zusätzlich ist bei den meisten Betroffenen auch der so genannte Rheumafaktor nachweisbar, das sind bestimmte Antikörper, die darauf hinweisen, dass es sich beim Rheuma um eine Autoimmunreaktion handelt. Seltener wirkt sich diese fehlgesteuerte Abwehr nicht nur auf die Gelenke und die angrenzenden Sehnen und Knorpel aus, sondern auch auf andere Organe wie zum Beispiel Augen, Haut, Herz, Lunge sowie Speichel- und Tränendrüsen. Die Erkrankung schreitet auch bei früh einsetzender Therapie kontinuierlich fort. Dank speziell entwickelter Greifhalter können die Betroffenen trotz der schlechten Bewegungsfähigkeit der Finger noch lange ein selbständiges Leben führen.

Wenn die Muskulatur anstelle der Gelenke betroffen ist, spricht man von Fibromyalgie. Sie ist ausserordentlich schmerzhaft und schränkt die Lebensqualität der Betroffenen stark ein. Auch hier sind deutlich mehr Frauen als Männer betroffen. Eine nachweisbare körperliche Veränderung an den Muskeln gibt es nicht, auch die Blutwerte liegen im Normalbereich. Oft liegt lediglich eine veränderte Schmerzwahrnehmung im Gehirn vor. Das führt dazu, dass die Betroffenen oft nicht ernst genommen werden. Typische Symptome bei Fibromyalgie sind starke Muskelschmerzen vor allem im Bereich des Nackens, Rückens und der Schultern, Schlafstörungen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, depressive Verstimmung und Verdauungsstörungen.

Ebenfalls zu den rheumatischen Erkrankungen gehört die Gicht. Sie tritt im Gegensatz zu den beiden anderen Haupttypen meist hochakut auf, ist auf klare Auslöser zurückzuführen und betrifft fast ausschliesslich Männer. Innereien und reichlich Bier am Abend führen bei Betroffenen meist zu einem Gichtanfall am nächsten Morgen. Die Ursache für Gicht ist meist eine erblich bedingte Stoffwechselstörung, die zu erhöhten Harnsäurewerten im Blut führt. Aufgrund der extrem starken Schmerzen wird der Betroffene schnell einen Arzt aufsuchen. Ein akuter Gichtanfall lässt sich meist recht gut behandeln. Für die Langzeitbehandlung gibt es Mittel, die gezielt die Bildung von Harnsäure

re hemmen, allerdings oft mit Nebenwirkungen. Bei einer chronischen Gicht besteht die Gefahr, dass durch Harnsäureablagerungen die Nieren stark geschädigt werden.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin werden seit Jahrtausenden Vitalpilze, auch Heilpilze genannt, mit grossem Erfolg zur Linderung zahlreicher Beschwerden und zur Vorbeugung gegen viele schwere Krankheiten verwendet. Seit einigen Jahren werden die Vitalpilze wissenschaftlich genauestens untersucht. Erstaunlicherweise konnten schon fast alle der den Vitalpilzen nachgesagten Eigenschaften nachgewiesen werden. Die zahlreichen hochwirksamen Bioaktivstoffe sind dafür verantwortlich. Aufgrund ihrer ausgleichenden und regulierenden Wirkungen auf den gesamten Organismus erfahren die Vitalpilze seit altersher die höchste Wertschätzung in der Volksheilkunde der asiatischen Länder. Da Vitalpilze viel Vitamine und zahlreiche wertvolle Mineralien enthalten sind sie besonders für erblich vorbelastete Menschen eine geradezu ideale Vorbeugung gegen Rheumakrankheiten. Sie sind ausserdem wertvoll, da einige ihrer Inhaltsstoffe direkt entzündungshemmend und schmerzlindernd wirken. Von grosser Bedeutung ist auch die regulierende (adaptogene) Wirkung auf das Immunsystem, das bei Autoimmunerkrankungen wie dem Rheuma oft gebremst werden muss. So können Vitalpilze sowohl vorbeugend eingesetzt werden, um das Erkrankungsrisiko zu senken, als auch während eines Rheumaschubs spürbar zur Linderung der Beschwerden beitragen. Der Cordyceps sinensis und der Coriolus versicolor, am besten als Kombipräparat, sind besonders geeignet zur Verbesserung der Situation bei Entzündungsprozessen und können dadurch die Lebensqualität massiv verbessern. Zur Regulierung der Fehlsteuerungen im Immunsystem können der Shiitake, der Reishi, der Maitake und der Agaricus beitragen. Der Reishi wirkt zudem schmerzlindernd. Der Shiitake und der Auricularia werden bei Gicht besonders empfohlen, da sie den Harnsäurespiegel im Blut senken können. Bei Fibromyalgie kann wiederum der Cordyceps mit dem Coriolus zusammen einiges bewirken, da diese Pilze ausgleichend auf die Psyche wirken und so auf sanfte Art und nebenwirkungsfrei die Stimmungslage verbessern. Cordyceps hemmt bestimmte Enzyme, welche für die Entstehung von Depressionen verantwortlich gemacht werden und schützt nachweislich gegen Stress.

Vitalpilze sind 100% natürliche Heilmittel und haben keinerlei Nebenwirkungen. Ihre vielfältigen Wirkstoffe sind heute bereits zu einem grossen

Teil wissenschaftlich erforscht und deren Wirkungen nachgewiesen. In zahlreichen Studien wurde bestätigt was die Traditionelle Chinesische Medizin seit Jahrtausenden behauptet. Heutzutage werden meist Extrakte in Kapseln im Handel angeboten. Man kann bedenkenlos über viele Jahre hinweg täglich solche Kapseln einnehmen, ohne dass irgendwelche Nebenwirkungen auftreten.

Folgende Vitalpilze helfen bei Rheuma

- Auricularia
- Coriolus
- Reishi
- Shiitake

Produkte mit hoher Qualität und trotzdem günstigen Preisen sind erhältlich bei [www.vitalpilze.com](http://www.vitalpilze.com)