

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.

Asthma, Bronchitis und Lungenemphysem sind die drei häufigsten Lungen- und Atemwegserkrankungen. Ohne Atmung, welche den lebensnotwendigen Sauerstoff dem Körper zuführt, kann ein Mensch nur wenige Minuten überleben. Rauch, Umweltverschmutzung, Staub, Smog, Abgase, usw. belasten und schädigen die Atemwege. Solche Schädigungen können sehr leicht chronisch werden und damit irreparabel. Dann können nur mehr die Auswirkungen gelindert werden ohne Aussicht auf eine Heilung. Das wird chronisch obstruktive Lungenerkrankung genannt mit der Abkürzung COPD, vom englischen Begriff *chronic obstructive pulmonary disease*. Bezeichnend dafür sind der chronische Husten mit Auswurf, Atemnot und eine eingeschränkte Leistungsfähigkeit. Es handelt sich meist um eine Verengung der Atemwege, welche sich normalerweise flexibel der erforderlichen Menge an Luft anpassen können. Bei einer chronischen Bronchitis ziehen sie sich zusammen und lassen weniger Luft durch. Dadurch entsteht eine Atemnot. Schliesslich kann dies dazu führen, dass das Lungengewebe überdehnt wird und es zu einem Lungenemphysem kommt. Dies führt zu einer grösseren Belastung des Herzens, welches stärker arbeiten muss, um den Körper mit genügend Sauerstoff zu versorgen. Der Herzmuskel schafft diese Belastung nicht ohne weiteres und vor allem nicht jahrelang.

Was meist vergessen wird, auch eine nicht richtig auskurierte Erkältung kann zu einer Bronchitis werden. Starker Husten infolge einer Erkältung mit Auswurf und gelegentlich auch Fieber sollte unbedingt ernst genommen werden. Die Schleimhäute der Bronchien könnten dadurch dauerhaft geschädigt werden und eine chronische Bronchitis kann entstehen. Die beste Vorbeugung ist erwiesenermassen ein intaktes Immunsystem, welches die Krankheitskeime abwehrt und dadurch eine Infek-

tion verhindert. Da leisten die Vitalpilze eine hervorragende und mittlerweile wissenschaftlich nachgewiesene Arbeit. Vitalpilze sind reine Naturheilmittel, die in der Traditionellen Chinesischen Medizin schon seit Jahrtausenden eine überragende Rolle spielen. Sie stärken das Immunsystem und können auch ganz gezielt Bakterien und Viren vernichten. Ling Zhi – der göttliche Pilz der Unsterblichkeit – oder – Pflanze mit spiritueller Kraft – ist ein vielfältiges und eines der ältesten und wirkungsvollsten Naturheilmittel der Menschheit. Der wissenschaftliche Name ist *Ganoderma lucidum*. In Europa ist er unter dem japanischen Namen Reishi bekannt. Reishi stärkt das Immunsystem, hat antibakterielle und antivirale Eigenschaften und sorgt zudem für eine effektivere Zellatmung sowie für verbesserte Fliesseigenschaften des Blutes, was sich bei chronischen Entzündungsprozessen als beruhigend und vorbeugend bewährt hat. Er fördert dadurch die Durchblutung und Entkrampfung der Bronchien. Das Atmen wird somit deutlich erleichtert.

Ein weiterer Vitalpilz, *Cordyceps sinensis* oder auch Raupenpilz genannt, stärkt ebenfalls die natürlichen Abwehrkräfte des Körpers. Zudem verbessert er nachweislich die Sauerstoffversorgung des Blutes. Im Zusammenhang mit Bronchitis ist aber die Eigenschaft des *Cordyceps*, zähen Schleim in der Lunge zu lösen, am wichtigsten. Dies verschafft den Bronchitispatienten eine erhebliche Entlastung.

Die Vitalpilze *Coriolus*, Shiitake und *Agaricus blazei* Murill werden ebenfalls häufig eingesetzt bei Atemwegserkrankungen. Sie verhindern die Vermehrung pathogener Keime und unterstützen die körpereigenen Abwehrkräfte.

Als weitere schwerwiegende und chronische Erkrankung der Atemwege ist das Asthma bronchiale zu erwähnen. Diese Krankheit ist in den westlichen Industrienationen sehr häufig geworden, ca. zehn Prozent aller Kinder und Jugendlichen und ungefähr fünf Prozent der Erwachsenen leiden darunter. Die anfallsweise auftretende Atemnot entsteht durch eine hochakute Verengung der Bronchien, womit vor allem die Ausatmung erschwert wird. Asthma ist meist eine allergische Reaktion, vor allem aufgrund von Hausstaubmilben, Tierhaare oder Blütenpollen. Es können aber auch Infektionen eine wichtige Rolle spielen. Präparate in Sprayform ermöglichen eine rasche Entspannung und Linderung. Eine regelmässige Einnahme von Reishi bewirkt eine Reduktion der Ausschüttung von Histamin, welches für die Ausprägung allergi-

scher Reaktionen verantwortlich ist. Durch die Entzündungshemmung und die verbesserte Sauerstoffversorgung, für die der Reishi bekannt ist, wird die Krankheit positiv beeinflusst. Da der Reishi auch eine wesentliche Stärkung des Immunsystems bewirkt, ist er zur Vorbeugung weiterer Asthmaanfälle besonders geeignet. Der Cordyceps wirkt bei einem Asthmapatienten vorwiegend stabilisierend auf die psychische Verfassung. Seine ausgleichende Wirkung hilft, mit der Krankheit besser umgehen zu können. Zudem sollte der Agaricus als Unterstützung eingesetzt werden. In wissenschaftlichen Untersuchungen konnte seine hohe Wirksamkeit bei Allergien nachgewiesen werden.

Vitalpilze erhält man bei www.vitalpilze.com

Vitalpilze sind 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.