

## Reishi Pilz

Der Reishi, auch glänzender Lackporling, *Ganoderma lucidum* und *Ling Zhi* genannt, gilt seit jeher als der wirkräftigste Vitalpilz. Vor allem die Premium-Qualität des kontrolliert biologisch gezüchteten roten, schwarzen, purpurnen und des exklusiven weißen Reishi in einer Mischung. Seit 4000 Jahren im Orient im Einsatz, wird Reishi dort als „Pilz des langen Lebens“ bezeichnet, so herausragend und vielseitig sind seine vielen vorbeugenden und therapeutischen Eigenschaften. Der Reishi stärkt das Immunsystem, hilft bei Allergien, in der Krebsbegleitung, fördert die Entgiftung und die Funktion sämtlicher Organe des Körpers. Besonders empfohlen wird er zur Stärkung des Herzens und der Leber. Reishi ist ein Qi-Spender mit antioxidativer Wirkung und ein Adaptogen – er erleichtert die Stressanpassung und schont damit die Nerven.

### **Immunsystem**

Durch die enthaltenen Polysaccharide stärkt der Reishi wie alle Heil- und Vitalpilze das Immunsystem und ist besonders bei reduziertem Immunstatus infolge chronischer Erkrankungen wirksam. Reishi wirkt antiviral und antibakteriell, ist hervorragend geeignet bei viralen Erkrankungen wie etwa bei Eppstein Barr Virus (Pfeifferschem Drüsenfieber), Herpes simplex, Herpes zoster, HIV, Hepatitis A, B und C, HSV-1, HSV-2, Influenza Virus, Dengue Fieber und Malaria – um nur einige wenige zu nennen. Vermutlich ist die antivirale Wirkung auf die Steigerung der Interferonproduktion des Immunsystems zurückzuführen. Der Vitalpilz hilft auch bei bakteriellen Erkrankungen, die etwa ausgelöst werden durch *Bacillus cereus* (Durchfall, Erbrechen), Streptokokken (Angina), Staphylokokken, *Bacillus pneumonia* (Lungenentzündung) oder *Escherichia coli* (Blasenentzündung, Durchfall, Übelkeit und vieles mehr). Sogar bei Pilzbelastungen wie *Aspergillus niger* (Schimmelpilz, der Allergien verursachen kann) oder *Candida albicans* (Darmpilz, Scheidenpilz) kann der Reishi Heilpilz helfen.

### **Krebsbegleitung und Autoimmunerkrankungen**

Vitalpilze sind generell aus der Krebsbegleitung von Mensch und Tier nicht wegzudenken. Ihre Polysaccharide mildern auch Nebenwirkungen von Chemo- und Strahlentherapie. Forschungen gibt es zu Krebserkrankungen von Darm, Leber, Bauchspeicheldrüse, Milz, Lunge, Magen, Brust, Prostata, Gebärmutter, Eierstock und Non Hodgkin Lymphom. Der passende Vitalpilz sollte energetisch ausgetestet werden. Ebenso bei Metastasen. Der Reishi zeigt immunstimulierende Wirkung durch Anregung der Monozyten (Fresszellen), NK-Zellen (Killerzellen), Dendritischen Zellen (demaskierende Zellen) und die Balance eines Missverhältnisses von Th1 zu Th2 Immunantworten („Th2-Shift“) – die Ausrichtung der Immunantworten wird harmonisiert. Ihre Triterpene spielen bei Krebs ebenso eine Rolle durch Anregung von Reparatursystemen der gesunden Zelle, Hemmung des DNA Reparatursystems (Telomerase) von Krebszellen, Hemmung der Angiogenese (Kapillargefäßbildung zu einem Blutgefäß hin), des Krebswachstums und der Metastasenbildung. Viele Vitalpilze sind Aromatase-Hemmer, die übermäßige Östrogenproduktion in Schach halten. Der Reishi ist, wie der *Cordyceps* und der *Agaricus*,

erwiesenermaßen auch Alpha-5-Reduktase-Hemmer. Seine Triterpene hemmen die Umwandlung von Testosteron in Östrogen, wichtig bei Prostatavergrößerung und hormonabhängigem Prostatakrebs.

Außerdem wurden mit dem Reishi-Pilz diverse Autoimmunerkrankungen erfolgreich behandelt wie Rheuma, Morbus Crohn, Lupus erythematoses oder Sklerodermie (die natürliche Schwefelverbindung MSM ist hier auch erfolgreich). Reishi zeigt cortison-ähnliche, entzündungshemmende Wirkung. Bei Hashimoto thyreoiditis ist er weniger geeignet als etwa der *Cordyceps* Vitalpilz.

### **Allergien**

Der Reishi-Pilz wirkt entzündungshemmend und entfaltet seine antiallergische Wirkung unmittelbar bei der Ausschüttung von Histamin. Bei allen allergischen Erkrankungen reagiert das Immunsystem auf an sich ganz harmlose Reize mit unangemessener Heftigkeit. Immunglobuline schütten reichlich Histamin aus. Je nachdem, ob man eher zu Heuschnupfen, Asthma, Schwellungen im Gesicht, Bindegewebsentzündung oder Hautjucken neigt, kann das zu massiven Beschwerden führen: Kleinste Gefäße werden erweitert und durchlässiger, schwellen an, Juckreiz entsteht, die Nasenschleimhaut produziert Schleim, die glatten Muskelzellen der Bronchien ziehen sich zusammen. Der Reishi Pilz vermindert die überschießende Histamin-Produktion und schafft damit speziell in der Allergiezeit Linderung. Der Reishi hilft bei Allergien vom Typ I (Soforttyp), II und III (Arzneimittelallergien) sowie IV (Spättyp), ganz besonders auch bei Nahrungsmittelallergien. Eine japanische Studie aus dem Jahr 1985 zeigte sogar bei Kontaktallergie und Nierenschäden durch allergisch erhöhte Eiweißmengen im Blut Heileffekte.

Reishi eignet sich daher bei Allergien allein oder zusätzlich zur natürlichen Schwefelverbindung MSM und Krillöl. Man sollte ihn genau wie MSM schon einige Wochen vor der Hauptbelastungszeit in geringer Dosierung einnehmen, damit es möglicherweise gar nicht zu allergischen Reaktionen kommt. Man nimmt Reishi eine Stunde vor der Mahlzeit.

### **Leber und Lunge**

Reishi wird wegen seiner fördernden Wirkung auf Milz, Leber, Lunge, Herz und Niere hochgeschätzt. Er gilt als süß und von neutraler Temperatur. Er tonisiert Milz-Qi und Herz-Blut und hilft, Gifte auszuleiten. Das entlastet die Leber. In einer Studie besserte sich bei 92,4 % von 355 Patienten chronische Hepatitis. Reishi schützt die Leber und senkt dank seiner entgiftenden Wirkung die Leberwerte. Er kann außerdem positive Auswirkungen auf das gesamte Verdauungssystem haben, die gesunde Darmflora stärken und das natürliche Gleichgewicht der Mikroorganismen im Darm bewahren. Anwender berichten von unglaublich guter Verdauung, aber auch von Kopfschmerzen als mögliche Entgiftungsreaktion. Vielen hilft der Reishi-Pilz außerdem bei Asthma und Bronchitis, denn auch die Lunge profitiert maßgeblich vom Reishi. Seine deutlichen blutzuckersenkenden Eigenschaften unterstützen Diabetiker. Entzündungen klingen mit seiner Hilfe schneller ab, auch Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre bilden sich zurück. All das nicht nur beim

Menschen jeden Alters, sogar bei Haustieren wirkt der Reishi. Vor allem, wenn sie in die Jahre gekommen sind und gleich verschiedene Erkrankungen haben.

### Herz und Gefäße

Die positive Wirkung des Reishi auf Herz, Kreislauf und Gefäße ist auf seine Triterpene zurückzuführen. Sie senken Cholesterin und Triglyceride, hemmen die Blutgerinnung, wodurch die Fließfähigkeit des Blutes verbessert wird. Unter anderem ist das günstig bei Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko und bei Tinnitus. In den letzten Jahren in Japan und in den USA durchgeführte Forschungen bestätigen auch eine blutdrucksenkende und thrombosevorbeugende Wirkung. Das Herz profitiert von Reishi, da der Heilpilz die Tätigkeit der inneren Herzmuskeln verbessert, der Blutdurchfluss erhöht und der Sauerstoffverbrauch der Herzmuskeln verringert wird. Ein großer Segen ist der Reishi für Raucher. Studien zeigen einen Rückgang von durch das Rauchen bedingten Krankheitssymptomen.

### Anti-Stress-Wirkung

Wie andere Heilpilze auch, ist der Reishi ein wirksames Adaptogen. In Stresssituationen erleichtert er die Anpassung, sodass nicht ständig Stresshormone im Übermaß ausgeschüttet werden müssen. Dadurch schont er die Nerven, aber auch den gesamten Organismus. Denn Stress löst sehr viele Erkrankungen aus. Außerdem wirken einige seiner Substanzen entspannend und beruhigend auf das zentrale Nervensystem, was sich bei Schlaflosigkeit bzw. Nervosität sehr positiv auswirkt.

### Verjüngung

Reishi fördert die Sauerstoffaufnahme im Körper und steigert die Ausdauer. Er vitalisiert und kräftigt, fördert die Regeneration und gilt neben Ginseng als wichtigster Jungbrunnen in der chinesischen Medizin. Reishi enthält viele Antioxidantien, wirkt bei regelmäßiger Einnahme verjüngend, hilft sogar gegen Falten und Altersflecken. Reishi wird in Asien auch als „göttlicher Pilz der Unsterblichkeit“ bezeichnet.

### Was bei Einnahme zu beachten ist

Bei hohen Dosierungen die blutverdünnende Wirkung beachten! Achtung bei Schilddrüsenüberfunktion, Hashimoto thyreoiditis – hier kann die Restfunktion zu stark angeheizt werden, ein anderer Pilz wie z.B. Cordyceps ist hier empfehlenswerter. Einnahme von ACE-Hemmern.

### Reishi unterstützt bei:

- Akuten Infekten
- Allergien
- Altersflecken
- Alterung vorzeitiger
- Angina
- Angst
- Arthritis
- Asthma
- Atemnot
- Autoimmunerkrankungen
- Bakteriellen Infekten
- Bindehautentzündung

- Blasenschwäche
- Bluthochdruck
- Blutkörperchen, wenig weiße und rote
- Bronchitis
- Cholesterin
- Chronischen Entzündungen
- Colitis
- Diabetes
- Durchfall
- Entgiftung
- Erschöpfung
- Fettleber
- Fibromyalgie
- Fiebererkrankungen (Dengue, Malaria)
- Gastritis, Sodbrennen
- Gefäßerkrankungen
- Grauem Star
- Grippeinfekt
- Haarausfall
- Hämorrhoiden
- Hautproblemen
- Helicobacter pylori
- Hepatitis A, B, C
- Herpes-Infektionen
- Herzinsuffizienz
- Herzrhythmusstörungen
- Histaminintoleranz
- Höhenkrankheit
- Hormonschwankungen
- Immunsystem
- Impotenz
- Konzentrationsschwäche
- Kopfschmerzen
- Krebs
- Leistungssteigerung
- Metastasen
- Multipler Sklerose
- Muskeldystrophie
- Nahrungsmittelunverträglichkeit
- Nervenleiden
- Neurodermitis
- Nierenschwäche
- Pilzkrankungen
- Prämenstruellem Syndrom
- Prostataerkrankungen
- Regelbeschwerden
- Schlafstörungen
- Schnupfen
- Schwindel
- Sodbrennen
- Stress
- Tinnitus
- Triglyceriden
- Übergewicht
- Virusinfektionen
- Wechseljahrsbeschwerden