

Heilpilze und ihre Wirkung

Name:

Empfohlen bei:

Inhaltsstoffe und Wirkungen:

Agaricus blazei Murrill
Sonnepilz
Himematsutake



- Immunschwäche
- Tumorerkrankungen, präventiv und begleitend
- Darmfunktionsstörungen
- Hautheilungsstörungen

hoher Gehalt an β -D-Glucanen, die stark immunstimulierend wirken und eine Anti-tumor-Wirkung sowohl *in vitro* als auch in Tierversuchen und klinischen Studien zeigen

Auricularia polytricha
Chinesische Morchel
Mu Er



- Herz-Kreislaufkrankungen
- Hypertonie
- Immunschwäche

Adenosin, Polysaccharide: gemischte α, β -Glucane welche antitumorige und Cholesterinsenkende Wirkung zeigten
Polyphenole (nicht spezifiziert): Leberschützender Effekt im Tierversuch
Weitere Inhaltsstoffe: Ceramide, Sterole, Cerebroside

Coriolus versicolor
Schmetterlingsporling
Yun Zhi / Kawaratake



- Immunschwäche
- Tumorerkrankungen, präventiv und begleitend
- Leberfunktionsstörungen

Sterole, Triglycerid Trilinolein, **Triterpene, Triterpen-Carbonsäure, Cerebrosid, Polysaccharide:** die Proteingebundenen β -D-Glucane PSP, PSK, B-1,3 und B-1,4. Für PSK wurde *in vitro* und *in vivo* (an Mäusen) eine Wirksamkeit bei Magenkrebs festgestellt. In klinischen Studien konnte eine Wirksamkeit als Adjuvans in Kombination mit Chemotherapie bei der Behandlung von Magen-, Speiseröhren-, Darm-, Brust- und Lungenkrebs festgestellt werden. In diesen Studien zeigte sich auch, dass PSK ein Wiederauftreten der Tumoren unterdrücken kann. Dies geschieht durch Stärkung des körpereigenen Immunsystems durch Erhöhung der Natural killer (NK) und Lymphocyte-activated killer (LAK) Zellen.

Cordyceps sinensis
Chinesischer Raupenpilz
Dong Chong Xia Cao



- Immunschwäche
- Leistungsschwäche
- Sexualstörungen
- Depressionen

Cordycepin (3'-Deoxyadenosin) (schnelle, Ketamin-ähnliche, anti-depressive Effekte; Antitumor- u. Antimetastatische Wirkung)
Adenosin, Polysaccharide (nicht spezifiziert), D-Mannitol, Palmitinsäure, Linolsäure
(Gesamtextrakt erzeugt Anstieg des Plasma-Testosteronspiegels und der Steroidenzym-E2-Expression, wodurch erhöhte Spermienproduktion und -motilität im Tiermodell resultiert)

Ganoderma lucidum
Glänzender Lackporling
Reishi



- Hypertonie
- Immunschwäche
- Rekonvaleszenz
- Schlafstörungen
- Tumorerkrankungen, begleitend

Triterpen-Carbonsäuren: hepatoprotektive und antitumorale Wirkung, sowie 5 α -Reduktase-Inhibition
Sterole: Wirkung auf Darmkrebszellen *in vitro* nachgewiesen
Polysaccharide: β -D-Glucane
Weitere Inhaltsstoffe: Cumarin, D-Mannitol, Alkaloide

Grifola frondosa
Laubporling
Maitake



- Immunschwäche
- Tumorerkrankungen, begleitend und präventiv
- Osteoporose
- Übergewicht
- Hypertonie

Polysaccharide: β -D-Glucane (immunstimulierend)
D-(+)-Trehalose: α -Glucosidaseinhibitor (hypoglykämischer Effekt)
Sterole: Cyclooxygenaseinhibition
Fettsäuren: antioxidative Wirkung
Weitere Inhaltsstoffe: Lys-N die nur in diesem Pilz vorkommt, „Lab-Tool“ für den Proteinverdau vor Proteomics-Experimenten benutzt, da siehochspezifisch nach NH von Lysin schneidet)

Hericium erinaceus
Knolliger Stachelbart
Yamabushitake



- Immunschwäche
- Tumorerkrankungen, präventiv
- Ängsten, Unruhe, Schlafstörungen

Erinacine: stim. nerve-growth-factor-Synthese reduzieren A β -Plaques in Alzheimer-Modell
Erinacrine: α -Glucosidasehemmer (hypoglykämischer Effekt)
Lovastatin: rel. hoher Gehalt in diesem Pilz; auch synth. hergestellt als klassischer Wirkstoff zur Behandlung von Hypercholesterinämie
Polysaccharide: hepatoprotektive Wirkung, zwei hochmolekulare Verbindungen schützten im Tiermodell Neuronen vor A β -induzierter Neurotoxizität

Lentinula edodes
Pasaniapilz
Shiitake



- Immunschwäche
- Fettstoffwechselstörungen
- Ängsten, innerer Unruhe, Schlafstörungen

Lentinan (ein β -D-Glucan, ist in Japan seit 1985 als Adjuvans zur Behandlung von Magenkrebszellen (hypoglykämischer Effekt))
Lenthionin (zyklische schwefelhaltige Verbindung mit antibiotischer Wirkung gegen Bakterien und Pilze; inhibiert außerdem Thrombozytenaggregation)

Pleurotus ostreatus
Austernpilz
Ping Gu



- Hypercholesterinämie
- Tumorerkrankungen
- Übergewicht

Vitamine: Thiamin (B1), Riboflavin (B2), Niacin (B5), Pyridoxin (B6), Biotin (B7), Cobalamin (B12), Folsäure, Vitamin C, Calciferol (Vitamin D)
Schwefelhaltige Aminosäure: Ergothionein
Biogenes Amin: γ -Aminobuttersäure (GABA)
Polysaccharide: Verschiedene β -D-Glucane
Monacolin: Lovastatin, Wirkstoff zur Behandlung von Hypercholesterinämie verwendet)

Polyporus umbellatus
Eichhase
Zhuling



- Alopezia
- Hypertonie
- Immunschwäche
- Tumorerkrankungen, präventiv und begleitend

Ergosta-4,6,8(14),22-tetraen-3-on (sehr starker diuretischer Effekt, zytotox. Wirkung auf menschliche Magenkrebszellen, verhindert Fortschreiten von Nierenerkrankungen und Nierenfibrose
5 α -Ergosta-7,22-dien-3 β -ol 5 $\alpha,8\alpha$ -Epidioxy-22E-Ergosta-6,22-dien-3 β -ol (Ergosterolperoxid) (antiinflamm., immunsuppressiv, antiviral, trypanozid, antitumor), **Ergosterol, D-Mannitol**

Poria alba
Kokospilz
Fuling



- Immunschwäche, humorale Abwehr
- Hypercholesterinämie
- Augeninnendruckerhöhung
- Palpitationen und Angst

Triterpensäuren (insgesamt 34 derzeit bekannt), die wichtigsten: Pachymsäure, Dehydropachymsäure, Polyporsäure C (giftig), Dehydroberbericinsäure, Tumulosinsäure
3-*epi*-Dehydrotumulosinsäure, 3-Oxo-16,25-dihydroxylanosta-7,9(11), 24(31)-trien-21-carbonsäure, 3-Oxo-6,16-dihydroxylanosta-7,9(11), 24(31)-trien-21-carbonsäure
Polysaccharide