

## Coprinus Pilz

### COPRINUS VITALPILZ

#### Überblick der wichtigsten Wirkungen

- **Diabetes** - Typ 1 und 2, reduziert Blutzucker, Langzeitzucker, Folgeschäden
- **Immunsystem** - Bakterien, Viren, Pilze, Krebs
- **Krebs** – v.a. Brust, Prostata
- **Bakterien** - Staphylokokken (Blasenentzündung)
- **Pilze** - Candida albicans, Aspergillus niger
- **Darm** – Verstopfung, Hämorrhoiden
- **Gefäße** – Arteriosklerose, Durchblutung, Cholesterin
- **Übergewicht** – Gegen Gewichtszunahme
- **Migräne**

#### TCM-Wirkungen

- Der Coprinus ist süß, thermisch neutral
- Wirkt auf: Milz, Magen, Lunge, Niere
- Stärkt die Mitte (mittleren Erwärmer Magen, Milz, Pankreas)
- Tonisiert und reguliert Milz-Qi und Magen-Qi
- Nährt Lungen-Yin, Magen-Yin, Nieren-Yin
- Wirkt Hitze entgegen, kühlt Blut-Hitze, Leere-Hitze
- Baut Flüssigkeit auf bei Trockenheit

Der Coprinus comatus, auch Mao Tuo, Schopftintling oder Spargelpilz, ist auch in unseren Wäldern heimisch. Er ist nicht nur ein ausgezeichnete Speisepilz, sondern auch ein bemerkenswerter Medizinalpilz. Als Besonderheit enthält er die meisten Lektine von allen Vitalpilzen, komplexe Proteine, die verschiedene biochemische Reaktionen in der Zelle auslösen können. Wie der Pleurotus enthält auch der Coprinus Vitamin C. Außerdem bietet er alle zwanzig Aminosäuren, einschließlich der acht essentiellen und der antioxidativen sowie entzündungshemmenden Aminosäure L-Ergothionein, die Vitamine B1, B2, und B3 und neben Kalium, Kalzium, Magnesium, Eisen, Kupfer, Mangan, Zink das seltene Spurenelement Vanadium. Wie alle Vitalpilze ist auch der Coprinus reich an Triterpenen und Polysacchariden, verfügt außerdem über spezielle, wie das Polysaccharid Fucogalactan und das Coprinus comatus Polysaccharid-1.

#### Reguliert den Blutzuckerspiegel

Der Coprinus wird bei Typ 1 und Typ 2 Diabetes eingesetzt, da man damit gleich mehrere bei Diabetes wichtige Effekte erzielen kann. Die Insulinempfindlichkeit der Zellen in der Peripherie steigt, wie das auch nicht-insulinotrope Medikamente bewirken. So wird der Insulinresistenz, die mit gefährlichen Blutzuckerspitzen verbunden ist, entgegengewirkt und der Zucker wird besser in den Zellen verwertet. Zusätzlich werden die insulinproduzierenden Betazellen der Bauchspeicheldrüse geschützt und, so lässt die Forschung vermuten, beim Typ 2 Diabetiker sogar etwas revitalisiert. Bereits 90 Minuten nach der ersten Einnahme ist eine leichte Blutzuckersenkung (um 41 %) festzustellen, nach drei Stunden beträgt sie immer noch 30 %, nach weiteren sechs Stunden noch 20 %. Interessant ist die senkende Wirkung des Coprinus auf

den Langzeitzuckerwert HbA1c, der Aussagen über den Verlauf der Blutzuckerwerte der letzten zwei bis drei Monate zulässt.

Wie schnell und wie stark man auf den Coprinus reagiert, ist immer individuell und muss mit Messungen genau überprüft werden, da die medikamentöse Therapie darauf abzustimmen ist. Der behandelnde Arzt ist von der zusätzlichen Maßnahme zu informieren. Die blutzuckersenkende Wirkung des Coprinus kann eventuell auch noch durch einen weiteren blutzuckersenkenden Vitalpilz wie etwa den Maitake, den Chaga, den Agaricus blazei murrill oder den Shiitake optimiert werden. Die auf Anhieb besten Ergebnisse erzielt man immer, wenn man zuerst energetisch austestet. Sollte man dazu keine Gelegenheit haben, erkennen Diabetiker die Wirkung auch rasch, wenn sie ihren Blutzucker regelmäßig kontrollieren.

#### Gegen Diabetes-Folgeschäden

Überhaupt schützt der Pilz gegen Folgeschäden, die im Zuge von Diabetes auftreten können. Der Coprinus wirkt etwa stark antioxidativ und durchblutungsfördernd. Dafür scheint in erster Linie seine Aminosäure L-Ergothionein verantwortlich zu sein, die Arterien schützt, indem sie durch Absenkung des Langzeitzuckerwerts HbA1c Gefäßschäden durch Glykosylierungsprozesse („Verzuckerung“) reduziert.

#### Verhindert Gewichtszunahme

Da Gewichtszunahme einen weiteren Risikofaktor für Diabetiker darstellt, ist auch noch ein anderer Effekt des Coprinus hilfreich. Er reguliert nicht nur den Blutzucker, sondern auch die Glukoseverwertung. Man nimmt man nicht zu, obwohl man sich in gleicher Weise ernährt. Außerdem regt der Coprinus den Stoffwechsel an, was sich ebenfalls bremsend auf das Zunehmen auswirkt, oft wichtig bei Fettleibigkeit.

#### Wirksamer Cholesterinsenker

Die Inhaltsstoffe Comatin, Lovastatin sowie weitere Statine werden dafür verantwortlich gemacht, dass ein weiterer positiver Effekt auftritt: LDL-Cholesterin lässt sich damit ebenfalls zuverlässig senken. Auch Triglyceride – oft bei Diabetikern erhöht und riskant für die Gefäße – werden durch den Coprinus reduziert.

#### Brust- und Prostatakrebs

Labor-Untersuchungen aus den USA zeigen, dass der Coprinus das Wachstum von Brustkrebszellen in größerem Ausmaß hemmt und ihren Zelltod einleitet. Das gilt dank antiandrogener Wirkung gleichermaßen für hormonabhängigen Brust- und Prostatakrebs.

Auch auf Prostatakrebszellen soll der Coprinus diese Wirkung haben. Krebshemmend zeigte sich der Coprinus zudem auf Leukämie, Leberzellkrebs, Sarkom 180 und Ehrlich Karzinom, was möglicherweise auf die Lektine des Coprinus zurückzuführen ist. Im Coprinus ist die Lektinaktivität höher als bei allen anderen Vitalpilzen. Von Selbstmedikamentation ist aber bei so schweren Erkrankungen wie Krebs abzuraten und nicht jeder behandelnde Arzt erlaubt die zusätzliche Einnahme, da Wechselwirkungen mit Medikamenten nicht ausgeschlossen sind.

## Bauchspeicheldrüse und Migräne

Coprinus wird bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse eingesetzt und bei Migräne.

## Gegen Verstopfung und Hämorrhoiden

In China werden große Mengen Coprinus gegessen, gilt er doch als ganz besonders gesundes Lebensmittel. Die Lektine des Coprinus regen die Darmperistaltik an, unterstützen bei Hämorrhoiden und helfen gegen Verstopfung. Man muss sie aber für eine regulierende Wirkung über mehrere Wochen regelmäßig anwenden. Der Stuhl kann sich schwarz färben, was aber unbedenklich ist. Außerdem entlasten sie die Leber. Wer allerdings mit Durchfall reagiert, sollte auf den Coprinus verzichten und lieber einen der anderen blutzuckersenkenden Pilze probieren wie den Maitake, den Chaga oder den Shiitake.

## Natürliches Antibiotikum, Viren, Pilze

Alle Vitalpilze wirken Entzündungen, Viren, Bakterien und Pilzen entgegen und balancieren aufgrund ihres hohen Gehalts an Polysacchariden das Immunsystem etwa bei Autoimmunerkrankungen. Beim Coprinus ist die antibakterielle Wirkung erwähnenswert, speziell gegen Staphylokokken, wie den multiresistenten Eitererreger *Staphylococcus aureus* und die antimykotische Wirkung, etwa gegen *Aspergillus niger* (schwarzer Schimmelpilz) oder *Candida albicans*. Die entzündungshemmende Wirkung des Coprinus kann für vieles genützt werden. Speziell hemmt er Blasenentzündung, die wiederum Diabetes-Patienten besonders oft trifft.

## Anwendung in der Tierheilkunde

Der Coprinus wird bei Diabetes (auch EMS-Pferden), Verstopfung, Bauchspeicheldrüsen- und Autoimmunerkrankungen, bakteriellen Entzündungen, auch bei multiresistenten Keimen, Mykosen (z. B. *Candida*), zur Durchblutung, bei Krebs (Sarkome, Tumore des Stützgewebes), Myomen, Lipomen und Hufrehe angewendet.

## Worauf man achten sollte

Allfällige Dosisänderungen bei Medikamenten vom Arzt vornehmen lassen. Bei Durchfall eventuell nicht geeignet. Der Coprinus enthält viele Lektine, die eventuell nicht vertragen werden und zu Magen-Darmbeschwerden wie Durchfall führen können. Mit nur kleinen Dosen beginnen und bei Reaktionen die Einnahme beenden.

Wichtiger Hinweis zu Krebs: Aus Traditionen oder guten Erfahrungen kann man seriöserweise aber noch lange keine wissenschaftlich bestätigte Krebsheilung ableiten und daher weder von einem adäquaten Ersatz zur Chemotherapie sprechen noch zur begleitenden Selbstmedikamentation raten. Nicht jeder behandelnde Arzt erlaubt die Einnahme von Vitalpilzen, da Wechselwirkungen mit Medikamenten nicht ausgeschlossen sind.

## Coprinus unterstützt bei:

- **Arteriosklerose**
- *Aspergillus niger*
- Autoimmunerkrankungen
- **Bakteriellen Infekten**
- **Bauchspeicheldrüsenerkrankungen**
- **Blasenentzündung**
- **Brustkrebs**
- Darmprobleme
- **Candida Albicans**
- **Cholesterin**
- **Diabetes Typ 1 und 2**
- **Durchblutung**
- Entzündungen
- Fettleibigkeit
- **Gewichtskontrolle**
- Hämorrhoiden
- Herz-, Kreislaufkrankungen
- Immunsystem
- **Krebs**  
(Brust-, Prostata-, Leber-, Bindegewebe- und Stützgewebekrebs, Sarkome, Leukämie)
- Lebervergiftung
- **Metabolisches Syndrom**
- **Migräne**
- Mykosen
- **Prostatakrebs**
- Schimmelpilze
- Staphylokokken
- Stress
- **Triglyceriden**
- **Übergewicht**
- Verdauungsprobleme
- **Verstopfung**
- Virale Infekte