

## Reishi Pilz

### REISHI VITALPILZ

#### Überblick der wichtigsten Wirkungen

- **Allergien**
- **Immunsystem** – Viren, Bakterien, Pilz, Krebs
- **Krebs** – Metastasen, Nebenwirkungen Chemo- und Strahlentherapie, Resistenzen bei Chemotherapie
- **Autoimmunerkrankungen**
- **Viren** – Epstein Barr, Herpes, HIV, Hepatitis A, B, C, HSV-1,2, Influenza, Dengue Fieber
- **Bakterien** – Bacillus cereus, Streptokokken, Staphylokokken, Bacillus pneumonia, Escherichia coli
- **Leber** – Fettstoffwechsel, Gallenfluss, Leberfunktion, Hepatitis, Leberzirrhose
- **Lunge** – Asthma, COPD, Husten, Bronchitis
- **Herz** – ischämische Erkrankungen, Herzrhythmusstörungen, nervöses Herz, Angina pectoris
- **Gefäße** – Arteriosklerose, Blutfluss, Bluthochdruck, Cholesterin, Tinnitus
- **Entzündungen**
- **Magen** – Gastritis, nervöse Magenbeschwerden
- **Gelenke** – Arthritis, Rheuma
- **Haut** – Neurodermitis, Nesselausschlag, Herpes zoster
- **Prostata** – Vergrößerung
- **Oxidativer Stress – vorzeitige Alterung**
- **Gedächtnis**
- **Verstopfung**
- **Stress**
- **Schlafstörungen**
- **Nervöse Unruhe**
- **Erschöpfung**
- **Energiespender** - bei Müdigkeit und im Sport
- **Sauerstoffversorgung** - Blut und Gewebe
- **Vitalität, Anti-Aging**

#### TCM-Wirkung

- Der Reishi ist süß (Erdelement), thermisch neutral
- Wirkt auf: Herz, Leber, Lunge, Milz, Niere, Magen
- Tonisiert Qi, Wei-Qi, sehr effizient Zheng-Qi (wahres Qi der Meridiane)
- Nährt Blut von Herz, Leber, Lunge, Milz, Niere
- Reguliert Qi, löst Leber-Qi-Stagnation auf
- Beseitigt Hitze
- Leitet Feuchtigkeit und Schleim aus
- Leitet Hitze-Toxine aus
- Kühlt Leber-Blut
- Nährt Leber-Yin und Herz-Yin
- Beruhigt den Geist

Der Reishi, auch glänzender Lackporling, Ganoderma lucidum und Ling Zhi genannt, gilt seit jeher als der wirksamste 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 der 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 Funktion sämtlicher Organe des Körpers und nährt sie. 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, schont und schützt die Nerven.

TCM-Arzt Li Shih-Chen schreibt im Buch „Pen Tsao Kang Mu“ (1578 n. Chr):

*„Verzehrt man Ling Zhi über eine längere Periode, erhöht sich die Intelligenz und verschwindet die Vergesslichkeit. Die Flinkheit des Körpers wird nicht enden, und die Jahre verlängern sich zu solchen von unsterblichen Feen.“*

#### Stärkt das Immunsystem bei Viren und Bakterien

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 Epstein 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 mit Aspergillus niger (Schimmelpilz, der Allergien verursachen kann) oder Candida albicans (Darmpilz, Scheidenpilz) kann der Reishi Vitalpilz helfen.

#### Krebsbegleitung im Westen und in der TCM

Vitalpilze wie der Reishi sind generell aus der Krebsbegleitung von Mensch und Tier nicht wegzudenken. In der TCM ist der Reishi hier grundlegend von Interesse, da er die Mitte stärkt, Qi-Blockaden löst, Schleim und Hitze ausleiten. Ihre Polysaccharide mildern auch Nebenwirkungen von Chemo- und Strahlentherapie und verhindern oft Nebenwirkungen wie Verschlechterung des Blutbildes oder die Bildung von Resistenzen bei Chemotherapie, was sie bei einem Wiederauftreten des Tumors wirkungslos machen würde. Es wurde gezeigt, dass der Reishi die Empfindlichkeit der Lungenkrebszellen gegenüber Chemotherapie fördert bzw wiederherstellt, wenn eine Therapieresistenz eingetreten ist. Er verringert auch die Bildung und Ausbreitung von Metastasen. In Japan wird der Reishi von der Regierung zur Krebsbegleitung und Nachsorge empfohlen und es spricht auch vieles dafür, im Westen Vitalpilze und Chemotherapie zu verbinden, vor allem bei Lungenkrebs. Forschungen zur krebshemmenden Wirkung gibt es zu Krebserkrankungen von Haut, Darm, Leber, Bauchspeicheldrüse, Milz, Lunge, Magen, Brust, Prostata, Gebärmutter, Eierstock, Gehirn, Niere und Non Hodgkin Lymphom. Der passende Vitalpilz sollte energetisch ausgetestet werden. Der Reishi zeigt zelltoxische

Wirkung auf Krebszellen - seine Ganoderminsäuren erhöhen die Interleukin- und Interferon-Ausschüttung, führen zum Absterben von Krebszellen, indem sie in die Mitochondrienfunktionen eingreifen. Seine Polysaccharide haben 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 bremsen die Umwandlung von Testosteron in Östrogen. Das ist wichtig bei Prostatavergrößerung und hormonabhängigem Prostatakrebs. Günstig ist dabei die Kombination des Reishi mit Vitamin C.

### **Dämpft Autoimmunerkrankungen**

Außerdem werden mit dem Reishi-Pilz diverse Autoimmunerkrankungen erfolgreich behandelt, indem er die Immunantworten balanciert und somit überschießende Reaktionen dämpft. Erfolge gibt es bei etwa bei Rheuma, Morbus Crohn, Lupus erythematodes oder Sklerodermie. Reishi zeigt cortisonähnliche, entzündungshemmende Wirkung. Bei Hashimoto thyreoiditis ist er aber weniger geeignet als etwa der Cordyceps.

### **Histaminsenkend bei Allergien**

Der Reishi 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 Heilung bei Kontaktallergie und Nierenschäden durch allergisch erhöhte Eiweißmengen im Blut.

Man sollte den Reishi schon einige Wochen vor der Hauptbelastungszeit in geringer Dosierung einnehmen, damit es möglicherweise gar nicht zu allergischen Reaktionen kommt. Denn neben der Akuthilfe gegen Histamin balanciert er auch überschießende Immunreaktionen, allerdings braucht das seine Zeit.

### **Lindert Gelenkentzündungen**

Der Reishi verfügt über besonders viele Triterpene, mehr als hundert verschiedene wurden bisher analysiert. Sie haben dem Cortison ähnliche, entzündungshemmende Wirkungen. Schmerzhaftes Gelenkentzündungen beispielsweise lassen sich mit dem Reishi lindern. Er senkt auch den Harnsäurespiegel bei Gicht, ist vorbeugend sowie bei akuten Entzündungsschüben hilfreich.

### **Stärkt die Leber, entlastet bei Hautkrankheiten**

In einer Studie besserte sich bei 92,4 % von 355 Patienten chronische Hepatitis. Reishi schützt die Leber und senkt damit indirekt die Leberwerte. Er tonisiert Milz-Qi und Herz-Blut und hilft, Gifte auszuleiten. Das entlastet die Leber und oft auch die Haut bei Hautproblemen mit Leberbeteiligung wie Neurodermitis. Die Histaminreduktion wirkt sich bei vielen entzündlichen Hauterscheinungen günstig aus von Neurodermitis über Nesselausschlag bis Herpes zoster.

### **Hilft Stoffwechsel und Verdauung**

Er hat außerdem positive Auswirkungen auf das gesamte Verdauungssystem, stärkt die gesunde Darmflora und das natürliche Gleichgewicht der Mikroorganismen im Darm. Anwender berichten von unglaublich guter Verdauung und Stoffwechselaktivierung, teilweise sogar von Gewichtsabnahme und ein Ende ihrer Verstopfung, aber auch von Kopfschmerzen als mögliche Entgiftungsreaktion.

### **Lunge: Husten- und schleimlösend**

Vielen hilft der Reishi bei Husten, Asthma und Bronchitis, denn auch die Lunge profitiert maßgeblich vom Reishi. Auch weitere Atemwegserkrankungen wie COPD können gelindert werden.

### **Diabetes und Gastritis**

Seine blutzuckersenkenden Eigenschaften unterstützen Diabetiker. Entzündungen klingen mit seiner Hilfe schneller ab, auch Sodbrennen. Gastritis, 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.

### **Anti-Stress-Wirkung**

Taoistische Mönche setzen den Reishi ein, um leichter innere Ruhe und Gelassenheit zu erreichen. Er hat beruhigenden Effekt auf das Zentralnervensystem. Das wirkt sich auch günstig aus bei Migräne, Schlafstörungen, Nervenschwäche, Erschöpfung, Schwindel, Unruhe und Ängsten.

Wie andere Vitalpilze auch, ist der Reishi ein wirksames Adaptogen. In Stresssituationen erleichtert er die Anpassung, sodass nicht ständig Stresshormone im Übermaß ausgeschüttet werden müssen. Dadurch schonert 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.

## Gegen Arteriosklerose – für Herz und Gefäße

Die positive Wirkung des Reishi auf Herz, Kreislauf und Gefäße ist auf seine speziellen Triterpene zurückzuführen. Sie wirken gefäßerweiternd und Stress ausgleichend bei psychisch bedingten Blutdruckbeschwerden. Sie senken neben Triglyceriden auch LDL-Cholesterin – durch Reduktion der Cholesterinaufnahme und Unterdrückung des Cholesterinaufbaus – und heben HDL-Cholesterin an. Sie hemmen die Thrombozytenaggregation (Blutgerinnung), wodurch die Fließfähigkeit des Blutes leicht verbessert wird (weniger effektiv als bei anderen Pilzen, daher prä- und postoperativ einsetzbar). Unter anderem ist das günstig bei Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko sowie bei Tinnitus. In den letzten Jahren in Japan und in den USA durchgeführte Forschungen bestätigen die blutdrucksenkende und thromboseverhindernde Wirkung. Der Pilz senkt den arteriellen Blutdruck vergleichbar mit ACE-Hemmern, jedoch ohne Nebenwirkungen. Dazu trägt auch seine entspannende Wirkung bei psychovegetativen Beschwerden bei. Das Herz profitiert von Reishi, da der Vitalpilz die Tätigkeit der inneren Herzmuskeln verbessert, den Blutdurchfluss erhöht, die Durchblutung der Herzkranzgefäße verbessert und den Sauerstoffverbrauch der Herzmuskeln verringert. Ein großer Segen ist der Reishi für Raucher. Studien zeigen einen Rückgang von durch das Rauchen bedingten Krankheitssymptomen.

Der Reishi kann günstig sein bei Herzrhythmusstörungen, Herzrasen, zur Herzstärkung bei Herzschmerzen. Er wirkt entzündungshemmend, antioxidativ und reinigend auf Gefäße und sorgt außerdem für eine höhere Sauerstoffsättigung des Blutes (und nebenbei durch sein Germanium auch des Gewebes).

## Verzögert das Altern, hilft dem Gedächtnis

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, wie das Enzym Superoxid-dismutase, das entgiftet und freie Radikale unschädlich macht. Reishi wirkt bei regelmäßiger Einnahme verjüngend, sogar gegen Falten und Altersflecken und stärkt die kognitiven Funktionen des Gehirns wie etwa das Gedächtnis. Reishi wird in Asien auch als „göttlicher Pilz der Unsterblichkeit“ bezeichnet.

## Schmerzhemmend und antioxidativ

Sehr schmerzhaftes Erkrankungen wie Gürtelrose (Herpes zoster) oder Fibromyalgie lassen sich durch den Reishi lindern. Die antioxidative Wirkung ist eine Besonderheit aller Vitalpilze. Der Reishi schützt auch noch vor Röntgen- und UV-Strahlen, was sich etwa bei langen Flugreisen (Strahlenbelastung!), Röntgenuntersuchungen, Sonnenbädern (Hautschutz!) oder Strahlentherapie als günstig erweisen kann.

## Blutbildend und leistungssteigernd

Der Reishi unterstützt die Bildung von Leukozyten. Außerdem wirkt er nicht nur gegen Müdigkeit und ist ein guter Energiespender, er ist sogar so leistungssteigernd, wahrscheinlich durch vermehrte Sauerstoffaufnahme des Blutes, dass damit Spitzenleistungen möglich sind (gilt nicht als Doping). Chinesische Sportler haben das – wie beim Cordyceps - schon öfter unter

Beweis gestellt. Durch die verbesserte Sauerstoffaufnahme profitieren speziell Bergsteiger und es kommt generell weniger zu „Muskelkater“ beim Sport.

## Für Prostata und Gebärmutter

Der Reishi zeigt positive Effekte bei der gutartigen Prostatavergrößerung bei Männern mit vermehrtem Harndrang. Seine Triterpene hemmen die Umwandlung von Testosteron in Östrogen (Alpha-5-Reduktase-Hemmung), schützen vor hormonabhängigem Prostatakrebs. Sein Ganoderol B könnte den antiandrogenen Effekt verursachen und den erfolgreichen Einsatz bei Prostatakrebs und gutartiger Prostatavergrößerung erklären. Der Pilz fördert zudem die Funktion der Gebärmutter und stärkt die Sexualfunktion.

## Anwendung in der Tiermedizin

Der Reishi wird bei allen Krebserkrankungen, Allergien, zur Stärkung des Immunsystems, bei Halsschmerzen, Erkältung, Katzenschnupfen oder FIP (Feline Infektiöse Peritonitis) eingesetzt. Er hemmt Bakterien und Viren, reguliert das Blutbild. Auch zur Leberstärkung bei allen Erkrankungen der Leber, bei Stoffwechselstörungen, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, Herzrhythmusstörungen, Hufrehe, Haut- und Fellerkrankungen, verschiedene Entzündungen (z.B. Augen und Schleimbeutel), Rheuma und andere Erkrankungen des Bewegungsapparates. Der Reishi hilft bei der Wundheilung, Wasser in der Lunge, Übergewicht und zur Stärkung alter Tiere.

## Was bei Einnahme zu beachten ist

Bei Hashimoto thyreoiditis kann die Restfunktion zu stark angeheizt werden, ein anderer Pilz wie z.B. Cordyceps ist dann empfehlenswerter, nur unter ärztlicher Kontrolle anwenden. Reishi wirkt leistungssteigernd, fällt aber nicht unter das Doping-Gesetz. Allfällige Dosisänderungen bei Medikamenten, eventuell auch bei Blutdruck-, Blutzucker- und Cholesterinsenkern, vom Arzt vornehmen lassen. Der Reishi harmonisiert nicht immer mit Medikamenten. Bei Einnahme von ACE-Hemmern und bei bestehenden schweren Vorerkrankungen mit mehreren Medikamenten lieber darauf verzichten.

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.

## Reishi unterstützt bei:

- Ängsten
- Allergien
- Allergische Hauterscheinungen
- Altersflecken
- Altersschwäche
- Alterung vorzeitiger
- Alzheimer
- Angina
- Appetit schwach
- Arteriosklerose

- **Arthritis**
- Arthrose
- Aspergillus niger
- Asthma
- Atemnot
- **Atemwegserkrankungen**
- **Autoimmunerkrankungen**
- Bacillus pneumonia
- **Bakteriellen Infekten**
- Bindehautentzündung
- **Blasenentzündung chronisch**
- Blasenschwäche
- Blutbildung
- **Bluthochdruck**
- Blutgerinnungshemmung (wenig)
- **Bronchitis**
- Candida albicans
- Cholesterin
- **Chronischen Entzündungen**
- Colitis ulcerosa
- **COPD**
- **Darmentzündung**
- Darmprobleme
- **Demenz**
- Depressionen
- Diabetes
- Durchfall
- Entgiftung
- Eppstein-Barr-Virus
- **Erkältungsneigung**
- **Erregungszustände**
- Erschöpfung
- Escherichia coli
- Fettleber
- **Fettstoffwechselstörung**
- Fibromyalgie
- **Fiebererkrankungen (Dengue, Malaria)**
- **GABA**
- **Gastritis**
- Gebärmuttererkrankungen
- **Gedächtnis**
- **Gicht**
- Grauem Star
- **Grippalem Infekt**
- Haarausfall
- Hämorrhoiden
- Hautentzündungen
- Helicobacter pylori
- Hepatitis A, B, C
- **Herpes-Infektionen**
- **Herz-, Keislauferkrankungen**
- Herzinsuffizienz
- **Herzrhythmusstörungen**
- **Herzklopfen**
- **Histaminintoleranz**
- HIV
- Höhenkrankheit
- Hormonschwankungen
- **Immunschwäche**
- Impotenz
- Konzentrationsschwäche
- **Kopfschmerzen**
- Krebs (Nasenrachenraum, myeloische Leukämie, Darm, Leber, Bauchspeicheldrüse, Milz, Lunge, Magen, Brust, Prostata, Gebärmutter, Eierstock, Gehirn, Niere und Non Hodgkin Lymphom)
- **Kurzatmigkei**
- **Leberstärkung**
- **Leistungssteigerung**
- Leukozyten
- Lungenentzündung
- **Lungenverschleimung**
- Lupus erythematoses
- Magenprobleme
- Metastasen
- **Mononukleose**
- Morbus Crohn
- Multipler Sklerose
- **Müdigkeit chronisch**
- Muskelanspannung
- Muskeldystrophie
- Nahrungsmittelunverträglichkeit
- Nervenleiden
- **Nervosität**
- Neurodermitis
- Nierenschwäche
- Osteoporose
- Oxidativer Stres
- Pilzkrankungen
- Prämenstruellem Syndrom
- **Prostatavergrößerung**
- Regelbeschwerden
- Regeneration nach Operationen
- **Rheuma**
- Sauerstoff Blut, Gewebe
- Schimmelpilz
- **Schlafstörungen**
- Schmerzen
- Schnupfen
- Schwindel
- Sklerodermie
- Sodbrennen
- **Spannungsgefühl**
- Sport
- Staphylokokken
- Strahlenbelastung
- Streptokokken
- Stress
- Tinnitus
- Triglyceriden
- Übelkeit
- Übergewicht
- **Unruhe**
- **Verdauungsprobleme**
- Verstopfung
- Völlegefühl
- **Viralen Infekten**
- **Wechseljahresbeschwerden**
- Zwölffingerdarmgeschwür