

Vorbeugen ist besser ...

Medizinalpilze zum Schutz vor Erkrankungen

In Asien und Südamerika, aber auch in Europa werden Heil- oder Medizinalpilze seit Jahrtausenden angewandt. Schon Gletschermann »Ötzi« trug eine Kette mit getrockneten Heilpilzen bei sich. Ihre Wirkung ist noch nicht vollständig geklärt, doch eins scheint bereits sicher zu sein: Medizinalpilze beeinflussen als biologische Immunmodulatoren das Immunsystem positiv. Über ihre praktische Anwendung sprach TOPFIT mit dem Wackersdorfer Arzt für Naturheilverfahren Dr. med. Andreas Kappl. Von Ruth Auschra

Die westliche Wissenschaft beschäftigt sich eigentlich erst seit rund 25 Jahren mit Medizinalpilzen, hat sie aber bereits als wahre Fundgrube bioaktiver Substanzen entdeckt:

► **Ganoderma lucidum (Reishi, Ling Zhi)**

Der »Pilz der Unsterblichkeit« wird in Asien seit 2000 Jahren heilkundlich eingesetzt. Neben seinen immunstimulierenden Eigenschaften

weisen Studienergebnisse darauf hin, dass der Pilz erhöhte Cholesterinspiegel senken und den Blutzucker normalisieren kann.

► **Grifola frondosa (Maitake)**

Wirkstoffe aus Maitake aktivieren Makrophagen, dendritische Zellen und T-Zellen – einen großen Teil des Immunsystems also. In Studien profitierten selbst Patienten mit Krebs oder HIV-Infektionen von der Einnahme.



► **Agaricus blazei (Royal Sun Agaricus, Sonnenpilz)**

Der Royal Sun Agaricus besitzt die höchste Konzentration wirksamer Polysaccharide und gilt deshalb als potentester Medizinalpilz, was ihn insbesondere für Krebsforscher interessant macht. In einer Studie verbesserte er die Lebensqualität von Krebspatientinnen signifikant.

► **Coriolus versicolor (Yun Zhi, Schmetterlingstramete, Wolkenpilz)**

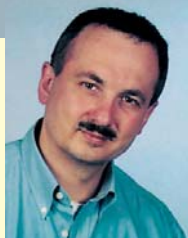
Coriolus wirkt stabilisierend auf das Immunsystem, sodass er in der nassen Jahreszeit gern prophylaktisch gegen Erkältungskrankheiten eingesetzt wird. Auch gegen bakterielle

Medizinalpilze wie *Coriolus versicolor* werden seit Jahrtausenden eingesetzt, um Krankheiten vorzubeugen oder die Heilung zu unterstützen.

und Pilzerkrankungen zeigt er Wirkung.

► **Cordyceps sinensis (Raupenpilz)**

Dieser Pilz lebt im Winter als unterirdischer Parasit auf Raupen, bis er in der warmen Jahreszeit an die Oberfläche wächst. Er wirkt stark vitalisierend auf die inneren Organe. In der Erfahrungsheilkunde wird er bei Wechseljahresbeschwerden, chronischer Hepatitis B oder Nierenerkrankungen eingesetzt.



DAS INTERVIEW ZUM THEMA

Dr. med. Andreas Kappl ist seit 1998 niedergelassen in Wackersdorf. In seiner Praxis arbeitet er vor allem mit Naturheilverfahren; ein Praxisschwerpunkt ist die biologische Tumorthherapie. Während seiner umfangreichen naturheilmmedizinischen Ausbildung beschäftigte er sich u. a. mit Akupunktur, Applied Kinesiology, Osteopathie und NLP. TOPFIT sprach mit ihm über Medizinalpilze.

Herr Dr. Kappl, Sie haben sich auf Naturheilverfahren und hier insbesondere auf die Medizinalpilze spezialisiert. Für wen ist diese sanfte Medizin geeignet?

Dr. Kappl: Der Einsatz von Medizinalpilzen erstreckt sich von der Vorbeugung über leichte Gesundheitsstörungen bis hin zur begleitenden Therapie sehr schwerer Erkrankungen. Herz-Kreislauf-Erkrankungen – die Todesursache Nummer eins – lassen sich mit bestimmten Pilzen ausgesprochen günstig beeinflussen. Andere Medizinalpilze senken den Blutzucker bei Diabetes mellitus. Heilpilze können aber auch bei anderen häufigen Beschwerden eingesetzt werden, beispielsweise bei Wechseljahresbeschwerden mit hormonellen Störungen, chronischen Magen-Darm-Entzündungen und Allergien.

Woher sind Ihnen diese Wirkungen bekannt?

Dr. Kappl: Ich habe eine Weiterbildung als Arzt für Naturheilverfahren absolviert und mich vor allem auch mit der asiatischen Medizin beschäftigt. Hier gibt es eine sehr lange Tradition in der Anwendung von Pilzen. Außerdem verfolge ich natürlich die aktuellen Studienergebnisse und vergleiche sie mit der Praxis. Zur Erkältungsprophylaxe nehme ich selbst beispielsweise eine Mischung aus *Agaricus blazei*, *Ganoderma lucidum*, *Trametes versicolor* und *Grifola frondosa* ein. Auch bei Patienten, die unter häufigen Infekten leiden, habe ich mit dieser Kombination gute Erfahrungen gemacht. Oft ist es sinnvoll, zusätzlich Vitamine oder Spurenelemente einzusetzen.

Wie werden die Medizinalpilze eingenommen?

Dr. Kappl: Ich setze Präparate in Kapselform ein. Diese Kapseln enthalten Pilzpulver und -extrakte. Wichtig ist mir, dass die Rohstoffe sorgfältig gereinigt sind und

auch auf Schadstoffrückstände kontrolliert werden.

Wenn es um Heilpilze geht, wird oft auch über angebliche Wunderheilungen von Krebskranken berichtet. Was halten Sie davon?

Dr. Kappl: Wunderheilungen habe ich noch nicht gesehen, aber die Medizinalpilze haben auch meiner Erfahrung nach durchaus positive Wirkungen bei Krebserkrankungen. Allerdings sollten sie nicht als alleiniges Therapeutikum angesehen werden, sondern in ein ärztliches Behandlungskonzept eingebettet sein. Ich sehe immer wieder, dass sich Krebspatienten schneller erholen, wenn sie neben der Chemotherapie Medizinalpilze einsetzen. Das lässt sich auch im Blutbild ablesen, z. B. an den weißen Blutkörperchen. Insgesamt vertragen diese Patienten eine Chemo- und/oder eine Strahlentherapie erheblich besser, haben geringere Nebenwirkungen und auf diese Weise eine höhere Lebensqualität.

Wie schätzen Sie die Wertigkeit von Studien ein, in denen Medizinalpilze dazu geführt haben, dass Krebszellen abgestorben sind?

Dr. Kappl: Es gibt inzwischen sehr viele solcher Studien, das ist richtig. Ich sehe

es natürlich als ein hoffnungsvolles Zeichen an, wenn im Labor menschliche Krebszellen absterben, nachdem sie mit Medizinalpilzen in Kontakt gebracht wurden. Allerdings dürfen wir solche Ergebnisse aus den Forschungslabors auch nicht überbewerten. Menschen sind nun mal keine Mäuse und reagieren im Einzelfall sicher auch anders als Zellkulturen. Aber ermutigend sind solche Ergebnisse auf jeden Fall!

Wie sieht es mit den Nebenwirkungen aus?

Dr. Kappl: Bei einem Patienten trat eine leichte Diarrhö auf, die aber sofort nach Absetzen der Heilpilzextrakte aufhörte. Ansonsten habe ich bisher noch keine Nebenwirkungen beobachten können. Selbst bei kleinen Kindern – mein jüngster Medizinalpilz-Patient war drei Jahre alt – sind mir keine besonderen Nebenwirkungen aufgefallen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Dr. med. Andreas Kappl
Friedhofstraße 7
92442 Wackersdorf
Tel. 09431/759400
E-Mail: Andreas.Kappl@t-online.de