

# Die Mykotherapie der TCM, alte Tradition neu entdeckt

## Einführung

Pilze gehören zu den ältesten Naturarzneien der Menschheit. Schon vor mehr als 4000 Jahren wurden sie in der fernöstlichen Volksmedizin wegen ihrer gesundheitsfördernden Eigenschaften verehrt. Die Traditionelle Chinesische Medizin beschreibt rund einhundert überwiegend in Asien beheimatete Pilze in ihrer Wirkung genau. Viele werden noch heute in der fernöstlichen Medizin zur Heilung von verschiedenen Krankheiten, zur Stärkung des Immunsystems und zur Regulierung und Entgiftung des Körpers eingesetzt.

Hierzulande scheint das Wissen über die bemerkenswerten Heilpilze noch wenig verbreitet zu sein. Um die Anwendung von Heilpilzen zu fördern und als eigenständigen Bereich in der Naturheilkunde sachgerecht zu beschreiben, wurde der Begriff „Mykotherapie“ geprägt. Im vergangenen Oktober wurden bei einer Schulung in Winterthur die ersten „TCM Mykotherapeuten“ ausgebildet. Für dieses Jahr ist ein weiterer Grundkurs in TCM Mykotherapie geplant, sowie ein Fortbildungskurs für TCM Mykotherapeuten, die schon Erfahrung in der Anwendung von Heilpilzen haben.

## Historischer Überblick

Die früheste Aufzeichnung über Heilpilze in China stammt aus der Zeit zwischen dem 2. und 3. Jahrhundert aus einem Werk mit dem Titel **Wu Shi Er Bing Fang**. Dort werden zur Behandlung von Analjucken und Hämorrhoiden Pilze erwähnt. Aus dem Klassiker der Materia Medica **Shen Nong Ben**

**Cao Jing** kann man über die Anwendung von Heilpilzen wie dem Eichhase (Zhu Ling), dem Judasohr (Mu Er) oder dem Lackporling (Ling Zhi) lesen. Gerade der Lackporling war der Legende nach am Kaiserhof und bei taoistischen Mönchen äusserst beliebt und galt als göttlicher Pilz der Unsterblichkeit.

Bis zum heutigen Tag wurden zahlreiche Berichte über die Anwendung von Heilpilzen verfasst. Das moderne China hat in den letzten 40 Jahren intensiv an der pharmakologischen Wirkung der Pilze geforscht und viele interessante klinische Studien veröffentlicht.

Aber nicht nur der Osten ist mit der Heilkraft von Pilzen vertraut, auch die Traditionelle Europäische Medizin (TEM) kennt und verwendet Heilpilze in der Therapie. Seit jeher sind die Klöster des Heiligen Benedikt Orte, die in der Sorge um das ganzheitliche Wohl des Menschen stehen. So ist es nicht verwunderlich, dass die heilende Behandlung mit Pilzen, die Mykotherapie, schon vor Jahrhunderten in der europäischen Klostermedizin gekannt und geschätzt war. Überliefert ist zum Beispiel eine Empfehlung der bis heute bekannten Äbtissin und Medizinerin Hildegard von Bingen aus dem 12. Jahrhundert, wo die vitalisierende Kraft des Lackporling in der **Physica** beschrieben wird.

Aktuell erfährt die Mykotherapie im Westen eine eigentliche Renaissance, nachdem sie im Zuge der Industrialisierung und Technologisierung der letzten 150 Jahre in Vergessenheit geriet. Das Bedürfnis der Menschen bei Krankheit „nicht nur“ Hightech Medizin und Medikamente zu gebrauchen, sondern auch vermehrt wieder altbewährte Anwendungen und Naturheilmittel anzuwenden, weckte das Interesse an Heilpilzen. Heute ist die Mykotherapie eine moderne Wissenschaft, die im Grenzbereich zwischen Mykologie und Medizin angesiedelt ist und intensiv an der Wirkung verschiedener Heilpilze forscht.

## Wirkung

Pilze sind keine Pflanzen oder Tiere, sie bilden im weltweiten Gefüge aller Lebewesen ein eigenständiges Reich und besitzen daher auch spezielle Eigenschaften und spezialisierte Wirkungen. Was aber ist es genau, das die Pilze so wertvoll macht? Zur Beantwortung dieser Frage ist es hilfreich, sich die Überlebensstrategien vor Augen zu führen, die die Pilze im Laufe der Evolution in ihrer ökologischen Umgebung entwickeln mussten. Pilze sind in der Natur „Recycler“. In dieser Funktion entwickelten sie zum Beispiel die Fähigkeit, Stoffe zu bilden, die gegen Bakterien, Viren und schädliche Parasiten wirksam sind. Pilze können daher unser Immunsystem auf natürliche Weise stimulieren, aber auch regulieren.

*Die TCM beschreibt diese Wirkungen als eine Unterstützung von Zheng Qi (Aufrechte Qi, oder die Kapazität sich gegen pathogene Faktoren zu schützen), aber auch als Wei Qi regulierend, was bedeutet, dass dieses angemessen im Körper verteilt wird.*

Es stellte sich in der Folgezeit heraus, dass Pilze neben Nährstoffen wie Eiweiss, Vitamine und Mineralien auch zahlreiche bioaktive sekundäre Inhaltsstoffe enthalten, die in erhöhter Konzentration zur Prävention und Therapie von Gesundheitsproblemen geeignet sind und sich äusserst positiv auf das körperliche Wohlbefinden auswirken können. Man spricht hier auch von adaptogenen Substanzen die in der Lage sind, ohne zusätzliche Belastung, den menschlichen Organismus anpassungsfähiger zu machen.

*Entsprechend beschreibt die TCM Heilpilze als nährend, tonisierend, regulierend und entgiftend, was sich positiv auf das Zhong Qi (Mitte Qi) und den Qi Mechanismus auswirkt und gleichzeitig den Körper von schädlichen Toxinen entlastet.*

## Therapiemöglichkeiten

Die Mykotherapie eröffnet neue und interessante Therapiemöglichkeiten und ist sicher und einfach in ihrer Anwendung. Insbesondere geschwächte, dysregulierte und belastete Patienten/innen erfahren eine wohltuende, aufbauende und ausgleichende Wirkung. Häufig werden Heilpilze auch bei ernsthaften Krankheiten wie Zhong Liu (Krebserkrankungen) begleitend eingesetzt, können aber auch zur Prävention, z.B. gegen akute Infektionen (z.B. Grippe), verabreicht werden.

Eine detaillierte Indikationsliste finden Sie unter: [www.gfvs.ch](http://www.gfvs.ch)

Da die meisten Heilpilze auch Speisepilze sind, besteht allgemein eine gute Verträglichkeit und ein sehr tiefes Risiko einer Intoxikation. Heilpilze werden in Form von Pilzpulver als Tabletten oder als Extrakt in Kapselform angeboten, es sind Nahrungsergänzungsprodukte. Beim Kauf von Pilzprodukten sollte man nur Anbieter berücksichtigen, die lückenlos kontrollierte und biologisch angebaute Produkte verkaufen.

Eine Liste von Anbietern finden Sie unter: [www.gfvs.ch](http://www.gfvs.ch)

## Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz GFVS

Im Jahre 2008 wurde die Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz (GFVS) von Thomas Falzone in Zusammenarbeit mit der bereits seit dem Jahre 2004 bestehenden Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V. (GFV) in Deutschland gegründet. Das Ziel der beiden Gesellschaften ist in erster Linie die Anwendungsmöglichkeiten von Heilpilzen sowohl Ärzten / Heilpraktikern als auch Laien seriös zu vermitteln und eine Plattform für den Austausch von Fachinformationen zur Verfügung zu stellen. Desweiteren werden alle

relevanten wissenschaftlichen Fakten über Heilpilze verglichen, gesammelt und veröffentlicht. Hilfesuchende können sich direkt durch Mykotherapeuten der Gesellschaften beraten lassen oder sich einen ausgebildeten Mykotherapeuten in der Nähe empfehlen lassen. Die Gesellschaften sind als Vereine organisiert und finanzieren sich alleine durch Spenden und Fördervereinsbeiträge.

## **Ausbildung zum TCM Mykotherapeut/in**

Mit der Zielsetzung Ärzte und Therapeuten im Bereich der Mykotherapie auszubilden, nimmt die GFVS einen ihrer wichtigsten Aufgaben war. Hierfür wurde in den letzten 2 Jahren eigens ein neues und im deutschsprachigen Raum einzigartiges Kurskonzept entwickelt. In einem 2 tägigen Kurs werden 10 der wichtigsten Heilpilze sowohl aus westlicher Sicht (Biochemisch), wie auch aus der Sicht der TCM (Energetisch) eingeordnet und entsprechend ihrer Wirkungen beschrieben. Im ersten Teil der Ausbildung erfährt der Kursteilnehmer spannende Hintergrundinformationen über die Geschichte, die Biologie, Signatur und allgemeine Energetik der Heilpilze. Im zweiten Teil der Ausbildung steht dann die praktische Anwendung der Heilpilze im Vordergrund und anhand von Übungen und Beispielen gewinnt der Kursteilnehmer Sicherheit im Umgang. Die Kursreferenten, Herr Dr. med. Heinz Knopf und SBO-TCM Therapeut Thomas Falzone, sind beide erfahrene Mykotherapeuten und Kursreferenten. Es ist ihnen wichtig, nicht nur eine hohe fachliche Kursqualität zu bieten, sondern auch eine angenehme Lernatmosphäre zu schaffen, wodurch die faszinierende Welt der Heilpilze spürbar wird.



**Dipl. TCM Therapeut Thomas Falzone und Dr.med. Heinz Knopf**

## **An wen richtet sich die Ausbildung zum TCM Mykotherapeuten?**

Alle TCM Therapeuten oder TCM Studenten mit abgeschlossener Grundausbildung, die sich für eine neue und spannende Therapiemöglichkeit interessieren. Die Mykotherapie ist nicht eine TCM Ernährungsberatung, da man ja Heilpilzpräparate (z.B. Extrakte) zur Einnahme verordnet. Sie ist also eher mit der TCM Phytotherapie verwandt, unterscheidet sich aber deutlich durch ihre einfache und sichere Anwendung von der komplexen Kräuterheilkunde. Die Mykotherapie lässt sich dadurch schnell, einfach und sicher in den Praxisalltag integrieren, als Einzeltherapie oder in Kombination mit bestehenden Anwendungen. Für die Kursteilnahme sind daher auch keine speziellen Vorkenntnisse nötig.

## **Kursinhalt TCM Mykotherapie (2 Tage 16 Ausbildungsstunden)**

- Die Geschichte der Heilpilze (Einführung)
- Die Biologie und Biochemie der Heilpilze
- Die Energetik und Signatur der Heilpilze
- Die 10 wichtigsten Heilpilze und ihre Wirkung
- Die Anwendung und Dosierung der Heilpilze
- Fallbeispiele

### **Die nächsten Kurstermine:**

Grundkurs: 29. und 30. Mai 2010

Kurskosten: CHF 450.-

Weiterbildungskurs: 6. November 2010

Kurskosten: CHF 250.-

Kursort: Academy of Chinese  
Healing Arts  
Winterthur

### **Anmeldung:**

Chiway, Unterer Graben 1, 8400 Winterthur

Tel. 052 365 35 43

info@chiway.ch      www.chiway.ch

### **Weitere Informationen über Heilpilze:**

Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz

Brunngasse 2

8400 Winterthur

info@gfvs.ch      www.gfvs.ch