



Comeback der Heilpilze

Pilzsammlerinnen im tibetischen Hochland
Das Myzel (die Fäden) des Raupenpilzes kann inzwischen auf Nährböden gezüchtet werden.

Fotos: National Geographic/ Michael S. Yamashita (2), ZVG

GUT ZU WISSEN

«Grosse Nachfrage»

Das Interesse an Heilpilzen sei in den letzten Jahren deutlich gewachsen, sagt Thomas Falzone von der Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz (GFVS) zu *Blick am Abend*. Wegen der grossen Nachfrage habe die unabhängige Organisation GFVS ihre Beratungszeiten unlängst ausgeweitet. Nach Anmeldung über www.gfvs.ch können sich Interessierte von ausgebildeten Mykothérapeuten kostenlos über Vitalpilze und mögliche Anwendungen beraten lassen. Die Diplomausbildung zum Mykothérapeuten ist seit Oktober 2009 in der Schweiz möglich. Aus- und Fortbildung sind auf die Reglemente des Erfahrungs-Medizinischen Registers (EMR) ausgerichtet. **Grundsätzlich gehen man in der Mykotherapie Krankheiten und Beschwerden ganzheitlich an**, erklärt Falzone. Dazu gehören die Einnahme von standardisierten Vitalpilzprodukten sowie grundsätzliche Massnahmen wie gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und Stressmanagement. Vitalpilze könnten bei einer Vielzahl von unterschiedlichen Beschwerden ein-

MYKOTHERAPIE → Kräuter haben Pilzen vor Jahren den Rang abgelaufen. Dank neuer Verfahren melden sich die Heilpilze zurück.

andrea trueb
@ringier.ch

Bäckerhefe, Schimmelpilz, Mehltau, Hautpilz, Champignon und Trüffel: Pilze sind so gut wie überall. Ihre Zahl wird auf weltweit 1,5 Millionen geschätzt. Tatsächlich bekannt sind allerdings erst rund 120 000 Arten, zehn Prozent davon sind Grosspilze. Diese besitzen einen eindeutig differenzierten Fruchtkörper, der mit blossen Auge erkennbar ist und mit der Hand gepflückt werden kann. Diese Pilze können als Genussmittel verspeist werden oder kommen – was immer häufiger geschieht – als Heilmittel zum Einsatz.

«**Neue biotechnologische Verfahren brachten den entscheidenden Durchbruch**», schreiben Beate Berg und Jan I. Lelley in ihrer neuen «Apotheke der Heilpilze». Während Pilze früher gesucht und gesammelt werden mussten und die Produktion entsprechend beschränkt blieb, können Heilpilze heute in grossen Mengen kultiviert werden.

Auch wenn die Verwendung von Heilpilzen vor allem der chinesischen Medizin zugeschrieben wird,

war Europa möglicherweise schneller. Der 1998 an der Grenze von Italien und Österreich aufgefundene Steinzeitmensch Ötzi führte nämlich einen Birkenporling mit sich. Der Pilz, der wie ein kleines Vordach am Baustamm hängt, ist zwar jung essbar – wird aber im allgemeinen nicht als Speisepilz bezeichnet. Ihm wird dafür antibakterielle Wirkung zugeschrieben. Zahlreiche Experten sind darum auch der Meinung, **dass Ötzi den Birkenporling wegen seiner Heilwirkung bei sich trug** (in Scheiben geschnitten ist er eine nützliche Wundauflage). Gemäss einer anderen Auffassung trug der Frühmensch den Pilz aus einem rituellen Grund bei sich, Birkenporlinge haben eine leicht halluzinogene Wirkung.

Konkrete Hinweise sind aus der Antike bekannt. So widmete sich etwa Gaius Plinius Secundus (23 bis 79 n. Chr.) in seiner Naturgeschichte «*Historia mundi naturalis*» ausführlich dem Thema Heilpilze. Insbesondere dem Lärchenporling traute der römische Gelehr-



Stärkt das Immunsystem und die Libido
Der Chinesische Raupenpilz befällt bestimmte Raupenarten unter der Erde und nutzt das tote Tier als Nahrung.

te allerhand zu. Gemäss Plinius' Empfehlungen wirkt der Pilz (zusammen mit etwas Wein eingenommen) gegen Spinnen- und Skorpionbisse, Wassersucht, Gelbsucht, Tuberkulose, Magenverstimmung, Milzstörungen, Harndrang und als leichtes Abführmittel. **Auch aus dem Mittelalter sind zahlreiche Anwendungen bekannt.**

Schon Ötzi hatte einen Heilpilz in der Tasche.

Pilzen im Abendland weitgehend in Vergessenheit. **Als im 19. Jahrhundert die ersten Arzneimittelfabriken entstanden, liefen Kräuter den Pilzen schlicht den Rang ab.** Kräuter konnten in Gärten kultiviert und auch in

der freien Natur zuverlässiger alljährlich am gleichen Standort gesammelt werden. Pilze entzogen sich einer industriellen Verwertung und damit einer verbreiteten Nutzung als Arznei.

Eine Ausnahme bildete die Homöopathie, in der bis heute auch Grosspilze eingesetzt werden – im Laufe der Zeit jedoch immer weniger.

Inzwischen haben sich Judasohr, Morchel und Raupenpilz im grossen Stil zurückgemeldet. So werden heute weltweit für mehr als 18 Milliarden Dollar Produkte aus Pilzen mit Heilkraft umgesetzt. In den USA steigt der entsprechende Bedarf jährlich um durchschnittlich 20 bis 40 Prozent. Und auch in der Schweiz wächst die Nachfrage stetig. ●



«**Ganzheitlich**» GFVS-Präsident Thomas Falzone.

gesetzt werden (Kreislaufbeschwerden, Schlafprobleme, Übergewicht, Allergien, Cholesterin, Bluthochdruck). **Darüber hinaus würden Vitalpilze häufig bei Krebserkrankungen eingesetzt.** Hier helfe der Einsatz der Mykotherapie, die belastenden Nebenwirkungen einer schulmedizinischen Behandlung deutlich zu senken.

Die Adresse von Therapeuten, nach Kantonen aufgelistet, unter www.mykotheraeputen.ch oder über die Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz (www.gfvs.ch).