



Heilen mit Pilzen

Die Behandlung von Krankheiten mithilfe von Pilzen ist in Asien weit verbreitet. In Europa nicht, obwohl in den Pilzen ein riesiges Potenzial steckt, wie die Mykotherapeutin Nadja In-Albon erklärt.

Kaum ein anderes Medikament hat so vielen Menschen das Leben gerettet wie das Penicillin. Dass das *Penicillium chrysogenum*, eine Schimmelpilzart, in der Lage ist, Bakterien zu töten, hat der Bakteriologe Alexander Fleming 1928 nur per Zufall entdeckt. Das Wissen um die Heilwirkung von Pilzen war aber längst vorhanden: So soll die aus der späten Jungsteinzeit stammende Gletschermumie Ötzi, die 1991 in Südtirol gefunden wurde, Birkenporlinge mit sich getragen haben, um Magenschmerzen zu kurieren. Mit dem Aufkommen der modernen Medizin im 19. Jahrhundert verschwanden die Heil- und Vitalpilze aber zusehends – zumindest in Europa, denn in Asien erfreuen sie sich nach wie vor grosser Beliebtheit. Der Maitake zum Beispiel, in Europa als Klapperschwamm bekannt, wurde in Asien gar als Krebstherapeutikum zugelassen. In Europa haben die Pilze jedoch einen schweren Stand. Zwar gibt es auch in Europa Ärzte und Heilpraktiker,

die auf Mykotherapie setzen, wie man die Behandlung mit Heil- und Vitalpilzen nennt. Weil die heilende Wirkung dieser Pilze aber wissenschaftlich nicht anerkannt ist, dürfen sie in Europa nur als Nahrungsmittelergänzung verkauft werden, auch in der Schweiz.

Vielfältige Pilze

Die Kosten für die Mykotherapie, deren Ursprung in der Traditionellen Chinesischen Medizin zu finden ist, müssen die Patienten deshalb selber übernehmen. «Das ist schade», bedauert die Mykotherapeutin Nadja In-Albon. «Schliesslich wären die Pilze eine besonders gute Alternative zur pharmazeutischen Chemie.» Beispielsweise wenn man das Immunsystem stärken wolle oder gegen Bluthochdruck, Stoffwechselstörungen oder Allergien vorgehen wolle: «Die Liste der Beschwerden, die gelindert werden können, ist lang», so die 36-Jährige. Verwendet werden aber insbesondere zwölf Arten, von denen einer in Europa ein

bekannter Speisepilz ist: Champignons schmecken nicht nur gut, sie stärken auch das Immunsystem, wirken zudem antibakteriell und helfen gegen Appetitlosigkeit und Erschöpfung. Der Klassiker unter den Heil- und Vitalpilzen ist allerdings der Lackporling, der in China «Pilz der Unsterblichkeit» und in Japan Reishi genannt wird. Er wirkt sich vor allem positiv auf das Kreislauf- und Immunsystem aus.

Keine Wunder erwarten

«Pilze haben ein riesiges Potenzial, aber sie sind kein Wundermittel», betont Nadja In-Albon. «Sie können demnach weder Krebs heilen noch Aids. Aber sie vermögen vorzubeugen und die Schulmedizin zu unterstützen.» Doch damit die Pilze ihre Wirkung auch entfalten können, müssen sie in konzentrierter Form eingenommen werden: «Ein paar Pilze gekocht zu essen, genügt leider nicht. Da müsste man schon Unmengen an Pilzen verspeisen», hält Nadja In-Albon fest. Die Pilze werden stattdessen getrocknet und zu einem Pulver vermahlen. Aus diesem Pulver wird ein Extrakt gewonnen, das entweder in Kapseln abgefüllt oder zu einem Elixier verarbeitet wird. Die Produkte sind nicht gerade billig. So kosten 240 Kapseln Maitake beispielsweise 139.90 Franken. Nadja In-Albon relativiert: «Wenn man die Preise mit denen von konventionellen Arzneien vergleicht, kommt man ungefähr auf dasselbe.» Nur dass man im Gegensatz zu chemischen Arzneien keine Nebenwirkungen fürchten müsse. Grund für die hohen Preise ist die aufwendige Produktion. Pilze müssen auf sauberem Boden wachsen, weil sie sonst die Schadstoffe aus dem Grund in sich speichern – und das wiederum wäre schlecht für den Konsumenten. Mehr Informationen unter www.potzpilz.ch. **Florencia Figueroa**



Fotos: zlg

Die Heil- und Vitalpilze werden entweder als Kapseln (wie auf dem Bild) oder als Elixier eingenommen.



Foto: Wikimedia

Wie Pflanzen sich erinnern

Experimente belegen schon lange, dass Pflanzen hochempfindlich auf verschiedenste Reize reagieren. Doch können sie sich auch erinnern? Forscher glauben, dass sie dazu durchaus in der Lage sind.

Was ihn dazu bewogen hatte, einen Lügendetektor an seine Lieblingspflanze anzuschliessen, konnte Grover Cleveland Backster im Nachhinein nicht genau sagen. Tatsache ist aber, dass der Verhörspezialist nach diesem Test, den er 1966 durchgeführt hatte, einer der Ersten war, der davon überzeugt war, dass Pflanzen nicht nur Schmerzen spüren können, sondern auch «mentale» Fähigkeiten besitzen. Inzwischen gilt es als unbestritten, dass Pflanzen jegliche Umwelteinflüsse wahrnehmen können wie beispielsweise Temperatur, Licht, Wind oder Feuchtigkeit. Auch sind sie imstande, schnell auf Veränderungen zu reagieren. Knabbert zum Beispiel eine Raupe an einem Blatt,

stellen manche Pflanzen einen Stoff her, der die natürlichen Fressfeinde der Raupe anlockt. Was die Wissenschaftler jedoch besonders fasziniert: Die Pflanzen scheinen auch über eine Art Gedächtnis zu verfügen. So können sie sich zum Beispiel an Kälteperioden erinnern, weshalb sie auch wissen, wann die beste Zeit zum Blühen ist. Die Venusfliegenklappe soll gar zählen können. So haben Forscher der Universität Würzburg Anfang Jahr herausgefunden, dass sie ihre Falle erst zuschnappen lässt, wenn die Beutetiere ihre Sinneshaare mindestens zweimal berührt haben. Und erst ab der fünften Berührung leitet die fleischfressende Pflanze den Verdauungsprozess ein. Allerdings konnte sich bisher niemand er-

klären, wie das Gedächtnis der Pflanzen funktioniert, schliesslich fehlen ihr die wichtigsten Voraussetzungen dafür: ein Gehirn und Nerven. Doch nun scheinen Forscher um die Molekularbiologin Susan Lindquist der Lösung des Rätsels ein grosses Stück näher gekommen zu sein: Sie haben entdeckt, dass die Pflanzen imstande sind, bestimmte Proteine in Prionen umzuwandeln. Diese Moleküle können Informationen speichern und sie auch übertragen, zudem beeinflussen sie Anlagerungen im Erbgut. Die Forscher glauben, dass diese Prionen die Basis für das Pflanzengedächtnis bilden. Noch ist die Theorie spekulativ, aber für viele Forscher klingt sie plausibel.

Florencia Figueroa