

Die Begriffe Vitalpilze und Heilpilze werden im alltäglichen Gebrauch als Synonyme verwendet. Die Vitalpilze sind an sich eine Auswahl an Speisepilzen, welche zum Teil sogar hier bei uns wachsen. Die anderen Pilze stammen zur Hauptsache aus Asien, vor allem aus China. Vitalpilze gelten mittlerweile auch bei uns in Europa als wahre Gesundheitsbrunnen. Sie sind allesamt ungeheure Kraftpakete, angefüllt mit Biovitalstoffen wie Polysaccharide, Polypeptide, Mineralien, Spurenelemente, Vitamine und Aminosäuren. Seit einiger Zeit werden die Vitalpilze auch von der Wissenschaft zur Kenntnis genommen und die den Vitalpilzen nachgesagten Wirkungen konnten durch diverse Studien und Untersuchungen wissenschaftlich belegt werden.

Müdigkeit, eine Krankheit? Sicher nicht! Müde und am Ende der Kräfte fühlt sich jeder hin und wieder. Das kann durchaus auch angenehm sein, nach einem Tag harter Arbeit und wer die Möglichkeit hat, genügend Schlaf zu bekommen, ist in ein paar Stunden wieder ausgeruht und fit. Es gibt jedoch Menschen für welche bleierne Müdigkeit, Erschöpfung und Antriebslosigkeit ständige Begleiter sind, obwohl sie genügend Schlaf bekommen. Das sind tatsächlich Anzeichen einer ernstzunehmenden Erkrankung. Erschwerend kommt hinzu, dass die Betroffenen oft den Vorwurf hören, sie würden sich das nur einbilden. Man nennt diese Krankheit chronisches Müdigkeitssyndrom oder CFS vom englischen Chronic Fatigue Syndrom. Es ist nicht bekannt, wieviel Menschen darunter leiden, da wahrscheinlich nur ein kleiner Teil sich behandeln lässt. Das chronische Müdigkeitssyndrom ist nicht zu verwechseln mit dem Burn-out-Syndrom, welches zwar Symptome wie Müdigkeit kennt aber vor allem mit Versagensängsten, Gereiztheit und depressiven Verstimmungen gekennzeichnet ist. Bei CFS sind neben der Erschöpfung die Einschränkungen der Leistungsfähigkeit, Konzentrationsprobleme, Vergesslichkeit, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen und Schlafstörungen die bekanntesten Symptome. Häufig kommen auch noch Muskelschwäche, Gelenkschmerzen, Frösteln sowie geschwollenen und druckempfindlichen Lymphknoten hinzu. Alle diese Symptome können natürlich auch auf andere Krankheiten hindeuten und es ist meist ein langer Weg bis alles mittels Laboruntersuchen und gründlicher Diagnostik ausgeschlossen ist und nur noch CFS übrigbleibt. Allerdings steht eine klare wissenschaftliche Definition noch aus. Bezeichnend für CFS ist vor allem, dass auch bei genügend und als normal empfundenem Schlaf sowie im Urlaub keinerlei Besserungen eintreten.

Über die Ursachen, welche zu CFS führen, herrscht unter Medizinern noch Unklarheit. Es wurden einige Faktoren definiert, die sicherlich eine Rolle spielen, es ist jedoch nicht sicher, ob diese die eigentlichen Ursachen sind, oder nur als Auslöser der Krankheit funktionieren. Ernährungsmangel könnte einer dieser Faktoren sein. Sobald dem Körper wichtige Spurenelemente, Mineralien oder Vitamine fehlen, wird er langfristig geschwächt. Dies kann sich in Form ständiger Ermüdung äussern. Wir sind heutzutage vielen Giftstoffen ausgesetzt, im Wohnumfeld, in der Luft, im Trinkwasser, in Medikamenten oder in der Nahrung sind Substanzen, die unser Körper nicht immer verträgt oder nicht in der Lage ist, abzubauen. Auch dies kann sich als chronisches Müdigkeitssyndrom manifestieren, wenn der Organismus durch den dauernden Kontakt mit Giftstoffen geschwächt ist. Chronische Konflikte, das heisst dauerhafte psychische Belastungen, wie Mobbing, hoher Leistungsdruck oder Probleme im sozialen Umfeld können zwar CFS fördern, sind jedoch im Gegensatz zum Burn-out-Syndrom nie die Ursache. Man kann davon ausgehen, dass körperliche Ursachen weitaus bedeutender sind in der Entstehung von CFS. Ein weiterer wichtiger Faktor könnten so genannte chronische Infektionen sein. Infektionen des Nervensystems mit Herpesviren oder des Darms mit Hefepilzen führen nicht zu einer heftigen Abwehrreaktion des Körpers, sie schwelen jedoch dauerhaft im Hintergrund und belasten das Immunsystem permanent. Diese chronische Schwächung kann zu CFS führen. Diese Faktoren zeigen deutlich, dass es bei einer Behandlung des CFS vor allem darauf ankommt, das Immunsystem zu stärken, die Entgiftung des Körpers zu fördern und die Versorgung mit wichtigen Nährstoffen sicherzustellen.

Vitalpilze, auch Heilpilze genannt, erfüllen diese Anforderungen optimal. In der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM wird diese kleine Gruppe von Pilzen für vielerlei Leiden seit Jahrtausenden eingesetzt. Mittlerweile wurden die Wirkungen wissenschaftlich überprüft und in zahlreichen Studien belegt. Speziell der Cordyceps sinensis, auch Raupenpilz genannt, wird häufig für die Behandlung von dem chronischen Müdigkeitssyndrom empfohlen. Seine ausgleichende Wirkung auf die Psyche bewirken eine Reduktion der Symptome und eine Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens. Studien belegen, dass dieser Vitalpilz den Hormonhaushalt reguliert und bestimmte Enzyme hemmt, welche für die Entstehung von Depressionen verantwortlich gemacht werden. Der Cordyceps, welcher in der freien Natur gesammelt wird,

ist teurer als Trüffel. Heute kann er jedoch wie fast alle anderen Vitalpilze in Kultur gezüchtet werden und ist dadurch erschwinglich geworden. Bekannt wurde Cordyceps vor allem wegen seiner luststeigernden Wirkung. Einer der wegen seines breiten Anwendungsgebietes bedeutendsten Pilze in der Mykotherapie ist der Reishi, welcher sich auch bei CFS sehr gut eignet. Er ist in der Lage, dem Organismus beim Umgang mit Stresssituationen zu helfen, da er beruhigend und entspannend auf das vegetative Nervensystem wirkt. Mit seiner Vielzahl an Nährstoffen gleicht er eventuell vorhandene Mängel im Organismus aus. Oft werden auch der Agaricus und der Shiitake bei CFS angewandt. Sie haben ebenfalls eine ausgleichende Wirkung auf das Nervensystem, stärken das Immunsystem und geben dem Körper viele wichtige Bioaktivstoffe.

- Agaricus
- Cordyceps
- Reishi
- Shiitake

Produkte mit hoher Qualität und trotzdem günstigen Preisen sind erhältlich bei www.vitalpilze.com

Vitalpilze sind 100% natürliche Heilmittel und völlig ohne Nebenwirkungen. Dadurch sind diese Vitalpilze sehr gut geeignet als vorbeugende Massnahme, speziell bei Risikogruppen. Man kann sie über viele Jahre hinweg bedenkenlos täglich zu sich nehmen.