

Die Vitalpilze Coprinus und Polyporus helfen bei Haarproblemen. Warum das so ist und gegen welche Beschwerden dieser Pilz genau hilft, erfahren Sie hier.

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, bzw. 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.

Haare bestehen im Wesentlichen aus Keratin. Keratine sind natürliche Polymere und bestehen fast zur Gänze aus Proteinen. Die Haare wachsen ständig, normales Kopfhhaar wächst etwa 15cm pro Jahr. Die verbreitete Annahme, Körperhaare (Barthaare, Beinhaare) würden durch regelmässiges Rasieren schneller oder vermehrt wachsen, ist übrigens falsch. Genauso wenig konnte bislang ein Einfluss der Mondphasen auf das Wachstum von Haaren nachgewiesen werden. Täglich verlieren wir 60 – 100 Kopfhhaare, da ein Haar eine Lebensdauer von 6-8 Jahren hat. Sie wachsen im Normalfall wieder nach. Wenn der tägliche Haarverlust grösser als 100 Stück ist, beginnt der so genannte Haarausfall, das heisst die Anzahl der Haare nimmt ab. Haarausfall wird meist als blosses kosmetisches Problem betrachtet, deshalb verzichten die meisten Mediziner auf eine Behandlung. Sowohl bei Frauen wie aber auch bei Männern ist der Wunsch gross, den Prozess des immer dünner werdenden Haarschopfs zu verlangsamen oder zu stoppen. Der Haarausfall, medizinisch Alopezie genannt, ist bei Männern ein verbreitetes Phänomen. Jeder zweite Mann hat eine genetisch bedingte Überempfindlichkeit der Haarfollikel gegenüber männlichen Hormonen, sodass sich die Wachstumsphase der Haare verkürzt. Meist bilden sich bereits um das 30. Lebensjahr die typischen Geheimratsecken, anschliessend dünnt sich das Haar am oberen Hinterkopf aus, bis später nur noch ein Haarkranz übrigbleibt oder in manchen Fällen bildet sich eine komplette Glatze. Der Verlauf ist individuell verschieden und hängt vor allem von der genetischen Veranlagung ab. Bei Frauen ist diese Art des Haarausfalls wesentlich seltener

als bei Männern und tritt meist nach den Wechseljahren, nach einer Geburt oder bei langjähriger Einnahme der Pille auf. Meist wird bei Frauen das Kopfhhaar allgemein oder im Scheitelbereich dünner, wirklich kahle Stellen treten nur sehr selten auf. Bei dem so genannten kreisrunden Haarausfall sieht es jedoch anders aus. Er kann Frauen wie Männer gleichermaßen treffen. Dabei fallen die Haare büschelweise an scharf umgrenzten Stellen auf dem Kopf aus. Die Wissenschaft weiss noch nicht genau, was die Ursache hinter dieser belastenden Krankheit ist. Es wird vermutet, dass es sich um eine Autoimmunerkrankung handelt. So plötzlich wie er auftritt, verschwindet der kreisrunde Haarausfall bei den meisten Betroffenen auch wieder. In einigen Fällen kann es allerdings zu einem kompletten Verlust der Körperbehaarung kommen, und schubweise kann der kreisrunde Haarausfall alle paar Jahre wieder auftreten.

Die Gesundheit der Haare kann durch Mangel in der Ernährung, Stress, hormonelles Ungleichgewicht, Medikamente oder dauernde Giftbelastungen gefährdet werden. Eine ausgewogene Ernährung und die Versorgung des Körpers mit den Spurenelementen Zink und Kupfer haben nachweislich einen positiven Einfluss auf das Haarwachstum und die gesunde Struktur des Haars. Zudem kann ein Mangel an Eisen, Folsäure, Biotin und Vitamin C den Haarausfall fördern. Medikamente, welche auf die Geschlechtshormone Einfluss nehmen, können zwar wirksam sein, aufgrund der Nebenwirkungen sind sie allerdings nur in Einzelfällen und nach gründlicher Abwägung zu empfehlen.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM werden seit Jahrtausenden Vitalpilze, auch Heilpilze genannt, verwendet um eine Vielzahl an Krankheiten zu verhindern oder zu lindern. Vitalpilze zeichnen sich aus durch ihre ausgewogene Zusammensetzung von zahlreichen Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Aminosäuren, Polypeptide und Polysaccharide. Diese so genannten Bioaktivstoffe haben eine regulierende und ausgleichende Wirkung auf den gesamten Organismus. Sie entsprechen vollständig der Philosophie der Traditionellen Chinesischen Medizin, welche den Organismus ganzheitlich betrachtet und eine Krankheit als Störung des Idealzustands definiert.

Bei der Behandlung von Haarausfall hat sich der Polyporus umbellatus, auch Eichhase genannt, einen besonderen Namen gemacht. In mehreren Studien konnte nachgewiesen werden, dass die Wirkstoffe des Polyporus das Haarwachstum anregen, eine Verlängerung der Wachstumsphase be-

wirken und sogar dazu führen, dass sich an vormals kahlen Stellen wieder neue Haare bilden. Somit konnte mit modernen Methoden bestätigt werden, was in der chinesischen Medizin seit Jahrtausenden bekannt ist. Ergänzend bietet sich vor allem auch der *Coprinus comatus* an zum Ausgleich von Mangelzuständen und zur verbesserten Versorgung der Haarwurzel.

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

Vitalpilze sind 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.