

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 asiatischen Ländern wie China. Vitalpilze gelten mittlerweile auch bei uns in Europa als wahre Gesundheitsbrunnen. Sie sind allesamt ungeheure Kraftpakete, angefüllt mit Biovitalstoffen wie Polysacchariden, Polypeptiden, Mineralien, Spurenelementen, Vitaminen 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.

Schmerzen sind Warnsignale und deuten darauf hin, dass im Körper oder der Psyche etwas nicht stimmt. Schmerzen können unter Umständen chronisch werden und die Behandlung gestaltet sich dann äusserst schwierig. Schmerzen können einen einzelnen Punkt im Körper betreffen oder eine ganze Region, sie können einigermassen erträglich in der Stärke oder auch niederschmetternd sein. Schmerzen sind das häufigste Krankheitssymptom. Sie stehen normalerweise nicht für sich allein, sondern sind Anzeichen einer Erkrankung. Damit erfüllen sie einen wichtigen Zweck, da wir mit dem Schmerz wissen, dass mit dem Körper etwas nicht in Ordnung ist. Durch das mehr oder weniger unangenehme Schmerzgefühl erleben wir eine Einschränkung der Lebensqualität und somit haben wir genügend Motivation, dem Problem auf den Grund zu gehen. Leider wird das auch bei starken Schmerzen nicht immer gemacht, da uns die moderne Pharmaindustrie genügend Möglichkeiten bietet, den Schmerz mittels einer Tablette auszuschalten. Im Einzelfall und kurzfristig sind diese Möglichkeiten durchaus sinnvoll und richtig. Auf längere Sicht jedoch überwiegen die Nachteile, welche nebst den Nebenwirkungen auch nicht zu übersehende Abhängigkeitsgefahren beinhalten. Das allzulange "Ausschalten" des Schmerzes ohne die Ursache zu behandeln, bewirkt eine Verschlimmerung der zugrunde liegenden Erkrankung und zusätzlich besteht die Gefahr, dass sich der Schmerz selbständig macht und chronisch wird. Dann nutzt das Schmerzmittel nichts mehr und der Schmerz wird zum dauernden Begleiter. Dies geschieht dadurch, dass mit der Zeit unumkehrbare chemische Umbauprozesse in den Zellen und Nervenfasern stattfinden. Von den Nerven wird die Schmerzinformation weiterhin an das Gehirn gesendet, obwohl die ursprüngliche Ursache des Schmerzes nicht mehr vorhanden ist. Deshalb ist

es sehr wichtig, den Schmerz von Anfang ernst zu nehmen. Wenn der Schmerz chronisch geworden ist, steht den Betroffenen ein langer Leidensweg bevor. Das Behandlungsziel ist dabei leider nicht mehr, den chronischen Schmerz zu besiegen, sondern den Betroffenen das Leben mit den Schmerzen möglichst erträglich zu machen. Wenn das Schmerzgedächtnis des Körpers erst einmal aktiviert ist, ist es sehr schwierig bis unmöglich, dies wieder rückgängig zu machen. Mit individuell zugeschnittenen Methoden, wie verschiedener Entspannungstechniken, gezielte Gabe bestimmter Medikamente und Akupunktur lässt sich oft sehr viel erreichen.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin werden seit Jahrtausenden mit Erfolg die Vitalpilze, auch Heilpilze genannt, zur Linderung von zahlreichen Beschwerden und zur Vorbeugung gegen viele schwere Krankheiten angewendet. Ihr breites Anwendungsspektrum und die ganzheitliche Wirkungsweise begründen die hohe Verehrung, welche den Vitalpilzen in asiatischen Ländern entgegengebracht wird. In den westlichen Industrieländern wurde man erst durch die Berichte von japanischen Wissenschaftlern über die phänomenalen Eigenschaften auf die Vitalpilze aufmerksam. Mittlerweile sind die vielen Bioaktivstoffe, welche in diesen Pilzen enthalten sind, zu einem grossen Teil bereits analysiert und geprüft worden. Dabei konnte man die den Vitalpilzen nachgesagten Wirkungen wissenschaftlich belegen. In China und Japan sind die Vitalpilze schon längst Bestandteil der Schulmedizin geworden und werden von Ärzten regelmässig verschrieben. Vitalpilze, allen voran der Reishi (*Ganoderma lucidum*), bieten sehr wirksame und vor allem gut verträgliche Lösungen für die Behandlung von chronischen Schmerzen. Bestimmte Inhaltsstoffe des Reishi fördern die Bildung körpereigener Botenstoffe, welche schmerzlindernd wirken. Gleichzeitig unterstützt der Reishi den Organismus ganz allgemein bei Heilungsprozessen. Er fördert die Durchblutung, hemmt die Entzündungsprozesse und sorgt für eine gute Versorgung mit zahlreichen wichtigen Mikronährstoffen, Vitaminen, Spurenelementen und Mineralien. Ausserdem hat der Reishi erwiesenermassen auch eine entspannende, krampf lösende und psychisch ausgleichende Wirkung. Dies ist gerade bei Menschen, welche unter Schmerzen leiden und dazu neigen, in ständiger Anspannung zu leben sehr wichtig. Die dauernde Anspannung kann sich sonst wiederum zu einer chronischen und schmerzhaften Muskelverspannung entwickeln. Oft wird auch der *Hericium erinaceus* (Igel-

stachelbart) bei chronischen Schmerzen erfolgreich eingesetzt, meist in Kombination mit Reishi.

Vitalpilze sind natürliche Heilmittel und haben keinerlei Nebenwirkungen. Ihre vielfältigen Wirkstoffe sind heute bereits zu einem grossen Teil wissenschaftlich erforscht und deren Wirkungen nachgewiesen. In zahlreichen Studien wurde bestätigt was die Traditionelle Chinesische Medizin seit Jahrtausenden behauptet. Heutzutage werden Vitalpilze meist als Kapseln oder Tabletten angeboten. Man kann bedenkenlos über viele Jahre hinweg täglich solche Produkte einnehmen, ohne dass irgendwelche Nebenwirkungen auftreten.

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