

*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.*

Der Agaricus blazei Murill, auch Sonnenpilz oder Mandelpilz genannt, ist ein schmackhafter und beliebter Speisepilz. Er ist der jüngste unter den Vitalpilzen und wurde erst vor einigen Jahren wissenschaftlich untersucht. Die Untersuchungen haben gezeigt, dass der Agaricus als eigentlicher Immunregulator bezeichnet werden kann und deshalb insbesondere in der Krebstherapie zu Recht eingesetzt wird.

An seinem Aussehen erkennt man, dass der Agaricus zur Familie der Champignons gehört. Er hat eine klassische Pilzform und trägt hell- bis dunkelbraune Hüte. Aufgrund seines leicht mandelartigen Geruchs und Geschmacks gilt er als Gourmetpilz. An der Luft und im Wasser oxidiert er rasch und wird an den Druckstellen dunkel. Er zeichnet sich aus durch eine ausgewogene Kombination wertvoller Vitamine (Riboflavin, Niacin, Biotin, Folsäure, Ergosterin), Mineralstoffe (Kalium, Zink, Eisen, Kalzium, Magnesium) und Aminosäuren sowie durch einen hohen Anteil an Polysacchariden. Verantwortlich für die hohe therapeutische Wirksamkeit sind vor allem definierte Beta-Glucane und Ergosterin, die Vorstufe von Vitamin D. Im heutzutage in Kapsel- oder Extraktform erhältlichen Agaricus sind diese Wirkstoffe in hochkonzentrierter Form enthalten. Zusätzlich zu den nachgewiesenen präventiv antikanzerogenen Eigenschaften sind bis heute vor allem die immunmodulierenden, anti-allergischen, antidiabetischen, entzündungshemmenden und antiviralen Wirkungen erforscht worden.

Der starke Einfluss des Agaricus blazei Murill auf das Wachstum und die Rückbildung von Tumoren wurde in zahlreichen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Die Wirkstoffe des Agaricus aktivieren das Immunsystem und dadurch wird die hemmende Wirkung auf Tumore hervorgerufen. Es kommt dabei zu einer erheblichen Vermehrung und Aktivierung der T-Lymphozyten, der körpereigenen Fresszellen, Makrophagen genannt, und der natürlichen Killerzellen, die für die Zerstörung von Bakterien, Viren, pathogenen Pilzen, Krebszellen und für die Entgiftung der Zellen zuständig sind. Die Produktion der für die Steuerung des natürlichen Abwehrprozesses wichtigen Stoffe Gamma-Interferon und Interleukin wird durch die Wirkstoffe des Agaricus angeregt. Erst kürzlich wurde entdeckt, dass das Provitamin Ergosterin die Gefäßneubildung im Tumorgewebe ver-

hindert. Die Ergosterine im Agaricus scheinen diesbezüglich besonders wirksam zu sein. Damit ist dieser Vitalpilz für zahlreiche Krebsarten ein erfolgversprechendes Mittel geworden. Er soll sogar die Bildung von Metastasen hemmen. Dies wurde bei Leukämie, Lungen-, Darm-, Gebärmutter-, Bauchspeichel-, Brust-, Prostata- und Leberkrebs in Studien nachgewiesen. Der Extrakt aus Agaricus blazei Murill wird auch begleitend bei Strahlen- und Chemotherapie eingesetzt, wobei er belastende Nebenwirkungen wie Haarausfall, Übelkeit und Schwäche reduzieren hilft.

Die Wirkstoffe des Agaricus spielen eine wichtige Rolle sowohl in der Prävention von Tumoren als auch von infektiösen und entzündlichen Erkrankungen. Dies geschieht durch eine gezielte Aktivierung des Immunsystems. Die entzündungshemmende Wirkung geschieht direkt im Krankheitsherd durch eine Erhöhung der Phagozytoseaktivität spezialisierter Abwehrzellen hervorgerufen durch die Beta-Glucan-Fractionen des Agaricus. Im Versuch zeigte sich, dass durch eine Ergänzung der Nahrung mit Agaricus blazei Murill auf die Bildung von Antikörpern Einfluss genommen wird. Das bewirkt eine Verlangsamung der Sensibilisierung gegenüber Antigenen, wodurch der Agaricus besonders zur Prophylaxe von allergischen Reaktionen eingesetzt werden kann. Die Beeinflussung der Histaminausschüttung durch die Mastzellen bewirkt ebenfalls eine Abschwächung von allergischen Reaktionen. Forschungsergebnisse zeigen zudem die antiviralen und antibakteriellen Eigenschaften des Agaricus. Demnach werden virale Infektionen beeinflusst, indem die Virusvermehrung im bereits Anfangsstadium gehemmt wird. Bei Streptokokken- und Salmonelleninfektionen konnten die antibiotischen Effekte beobachtet werden. Der Agaricus blazei Murill eignet sich demnach generell zum präventiven und begleitenden Einsatz bei bakteriellen und viralen Infektionskrankheiten.

In einer Studie konnte auch nachgewiesen werden, dass der Extrakt aus Agaricus bei Patienten mit Diabetes Typ 2 Patienten die Insulinresistenz signifikant verbesserte wurde. Zusammen mit der antisklerotischen Aktivität des Agaricus eröffnen sich damit wichtige Einsatzmöglichkeiten für Diabetiker. Man kann Agaricus über viele Jahre bedenkenlos täglich zu sich nehmen.

Agaricus blazei erhält man in Drogerien und Apotheken oder auch im Internet unter [www.Vitalpilze.com](http://www.Vitalpilze.com).