

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.

Den Namen Judasohr erhielt der Auricularia aufgrund einer christlichen Legende. Judas, der Verräter Jesu, soll sich angeblich an einem Holunderbaum aufgehängt haben und an dem Stamm dieses Baumes wuchsen ohrmuschelartige Pilze, das Judasohr. Der Auricularia, er wird auch Chinesische Morchel genannt, ist seit mindestens 1500 Jahren ein beliebter Speisepilz in Asien und gilt dort als eine Art Grundnahrungsmittel. Zudem spielt er eine wichtige Rolle als Heilpilz in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Der Auricularia wächst an absterbenden Sträuchern des Holunderbaums, aber auch an anderen Laubgehölzen wie Buchen und Weiden. Er wird in China schon seit vielen Jahrhunderten gezüchtet, meist auf Sägespänen. In Europa wird der eher fade Geschmack des Auricularia polytricha in der Küche nicht so hoch geschätzt wie in Asien. Allerdings kennt man den Pilz als wirksames Naturheilmittel auch in Europa schon seit ca. 400 Jahren.

Der Auricularia besitzt bemerkenswerte Inhaltsstoffe. Nachgewiesen wurden bereits wichtige Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Magnesium und Phosphor, Spurenelemente wie Eisen und Silizium, mehrere Vitamine der B-Gruppe, Proteide, Glykoproteine, Polysaccharide und verschiedene sekundäre Bioaktivstoffe, die zum Teil noch nicht genau identifiziert wurden.

In wissenschaftlichen Studien wurde unter anderem die hemmende Wirkung auf die Blutgerinnung des Auricularia nachgewiesen. Die dadurch erreichte Verbesserung der Fliesseigenschaften des Blutes ist vor allem bei schon beschädigten Arterien von Vorteil. Dies hilft, Thrombosen und andere Verschlüsse der Blutgefäße zu verhindern und somit wird auch die Gefahr einer fortschreitenden Arteriosklerose, eines Schlaganfalls oder eines Herzinfarkts wirksam bekämpft. Bei herkömmlichen blutverdünnenden Medikamenten können die Kollagenbestandteile der Gefäße angegriffen werden, bei Auricularia passiert dies nicht. In den Gebieten Ostasiens, in denen der Auricularia fast täglich gegessen wird, ist die Häufigkeit von Thrombosen und Infarkten signifikant geringer als in vergleichbaren Landesteilen, in denen er nicht gegessen wird. Die durch Auricularia verbesserten Fliesseigenschaften des Blutes können auch vor Thrombosen und Schmerzen in den Beinen bewahren, welche wegen Gefäßverengungen langem

Sitzen im Flugzeug, Bettlägerigkeit, chronischer Venenentzündung, Herzklappenfehlern, Krampfadern, Bewegungsmangels, Rauchens, der Einnahme von oralen Antikonzeptiva oder des hohen Alters entstehen können. Der Auricularia enthält unter anderem auch Beta-D-Glucane, welche eine entzündungshemmende Wirkung bei Augen, Haut und Schleimhäuten besitzen. Diese Wirkung wurde schon in uralten Kräuterbüchern berichtet. Chinesische Wissenschaftler haben in jüngerer Zeit diese Effekte in Laborversuchen nachgewiesen.

Weiters konnte bewiesen werden, dass die Wirkstoffe des Auricularia polytricha eine deutliche Senkung der Triglycerid- und LDL-Cholesterin-Werte bewirken. Verantwortlich für diesen Effekt ist ein spezifisches Auricularia-Biopolymer, welches einen hohen Glycoproteinanteil in seiner Struktur aufweist. Es weist alles darauf hin, dass der Auricularia immunmodulierende Eigenschaften besitzt. In Laborversuchen wurde gezeigt, dass die Bildung von Immunzellen in der Milz verbessert und die Gamma-Interferon-Sekretion dieser Zellen erhöht wurde. Ausserdem konnte eine Steigerung der NO-Synthese und des Tumor-Nekrose-Faktors-alpha dokumentiert werden. Somit eignet sich der Auricularia zur Steigerung der immunologischen Kompetenz bei Tumorerkrankungen.

Der Auricularia hat aufgrund der vielen Biovitalstoffe und der sekundären Inhaltsstoffe vielfältige Einsatzmöglichkeiten. Seine herausragenden Eigenschaften sind die Verbesserung der Fliesseigenschaften des Blutes, die Verbesserung der Durchblutung und die Regulierung des Blutfettspiegels. Eine weitere herausragende Eigenschaft ist die entzündungshemmende Wirkung bei Augen, Haut und Schleimhäuten. Weiterhin moduliert das Judasohr das Immunsystem, fängt freie Radikale und hemmt die Bildung von Bindegewebstumoren.

Der Auricularia ist ein rein natürliches Mittel und frei von Nebenwirkungen. Dadurch ist er sehr gut geeignet als vorbeugende Massnahme, speziell bei Risikogruppen. Man kann Auricularia über viele Jahre hinweg täglich zu sich nehmen. Auricularia erhält man in Drogerien und Apotheken oder auch im Internet unter www.Vitalpilze.com.