

Unser Thema im August: Pilze – schmackhafte Mahlzeit und alternative Einsatzmöglichkeiten

Pilze sind mehr als nur eine köstliche Mahlzeit. Das Wissen über die Heilkräfte ist bei vielen Völkern, besonders aber in China, seit Jahrtausenden bekannt.

So ist der **Reishi** das wichtigste natürliche Heilmittel der traditionellen Chinesischen Medizin und der am besten untersuchte Heilpilz. Er gilt in Asien als Jungbrunnen. Er kann altersbedingte Schädigungen des Herzens, der Leber und der Nieren verringern. Besonders auffällig sind aber seine verjüngenden Effekte auf der Haut.

Der **Shiitake**, der „König der Pilze“, steht an zweiter Stelle der kultivierten Pilze auf der Welt. Er ist nicht nur wohlschmeckend, sondern mit seiner immunstimulierenden Wirkung erhöht er die Widerstandsfähigkeit gegenüber bakteriellen Infektionen. Die antitumorale Wirkung des Pilzes wurde mehrfach bestätigt.

Der **Schopftintling** kommt in Mitteleuropa sehr häufig vor. In der asiatischen Heilkunde wird er bei Verdauungsbeschwerden, bösartigen Geschwülsten und Hämorrhoiden eingesetzt. Seit neuestem wird seine blutzuckersenkende Aktivität untersucht. Die Resultate sind sehr positiv. Weitere Inhaltsstoffe des Pilzes beugen besonders einer diabetischen Herz-und Kreislauferkrankung vor.

Der **Chinesische Raupenpilz** ist der interessanteste Pilz. Er ist im Himalaja beheimatet und wird seit langem in der asiatischen Heilkunst eingesetzt. Er verbessert die Funktion von Leber, Niere und erhöht die sexuelle Leistungsfähigkeit. Er gilt als effektive natürliche Energiequelle und hilft Erschöpfungszustände zu überwinden.

Wir können nur einige Heilpilze vorstellen. Die therapeutischen Möglichkeiten von Pilzen sind noch längst nicht ausgeschöpft. Mehr zu diesem Thema können Sie auf der Webseite der Erlebnispilzzucht Münzner unter www.muenzners-pilze.de oder bei einem Besuch in der Erlebnispilzzucht in Marienberg / OT Reitzenhain erfahren.



Reishi



Shiitake



Schopftintling



Chinesischer Raupenpilz




Ihr Apotheker Steffen Quellmalz
und das Team der Aesculap - Apotheke Aue