

38. Jahrgang

Nr. 10/15 - 12/15

Oktober - Dezember 2015



NATUR- Heilkunde

DER FREIE ARZT

56. Jahrgang

*Zeitschrift für
freiheitliche Ordnung
im ärztlichen Beruf*

JOURNAL für die Ganzheits-Medizin®



Malve hilft bei
Konjunktivitis und
trockenem Auge

**Krebs – Darmerkrankungen
Neue Technologien**

Hautkrebs – Umsicht statt Panik ist gefragt

Fachbeitrag von Peter Elster, geprüfter Präventologe und Heilpraktiker

Zunächst einmal ist eine Begriffsklärung wichtig: „Hautkrebs“ bezeichnet eine Gruppe von bösartigen Hauttumoren, die zwar alle ähnliche Ursachen – in erster Linie ungeschützte Sonneneinstrahlung – haben, sich in Bezug auf ihre Gefährlichkeit jedoch deutlich unterscheiden. Oft wird mit dem Wort Hautkrebs das maligne Melanom, der sogenannte schwarze Hautkrebs, bezeichnet. Er ist die bösartigste, glücklicherweise jedoch auch die seltenste Form von Hauttumor-erkrankungen. Daneben gibt es im Wesentlichen drei Formen des hellen Hautkrebses, nämlich: Basaliom (Basalzellkarzinom), Spinaliom (Plattenepithelkarzinom), aktinische Keratose (Vorstufe des Spinalioms).

Die Fallzahlen haben sich in den vergangenen Jahren deutlich erhöht. Doch von den rund 240.000 Menschen, die in Deutschland jährlich neu an Hautkrebs erkranken, wird „nur“ bei etwa 16.000 die Diagnose „malignes Melanom“ gestellt. In den restlichen Fällen handelt es sich um Formen des hellen Hautkrebses, der meist gut behandelt werden kann.

Der helle Hautkrebs

Die häufigste Erkrankung, die in diese Gruppe gehört, ist das Basaliom, das zu den sogenannten semimaligen Tumoren zählt, da es zwar so gut wie nie metastasiert, aber dennoch das umliegende Gewebe angreifen kann. Aus den Basalzellen entstehende, langsam wachsende und schmerzlose Hautveränderungen kenn-

zeichnen das Basaliom. Es kommen flache, geschwürige oder knotige Formen vor.

Spinaliome gehören zu den malignen Entartungen, betreffen vor allem ältere Menschen und treten vorwiegend im Gesichtsbereich auf. Je früher diagnostiziert und behandelt, umso besser sind die Heilungschancen. Im fortgeschrittenen Stadium besteht jedoch die Gefahr der Metastasierung, die die Prognose deutlich verschlechtert.

Eine Vorstufe des Spinalioms ist die aktinische Keratose. Sie ist durch eine starke Vermehrung der Hornzellen in der Oberhaut (Keratinocyten) gekennzeichnet, erkennbar an rauen und oft rötlichen Veränderungen vorwiegend an Körperstellen, die viel Sonnenlicht ausgesetzt wurden.

Alle genannten Formen des hellen Hautkrebses können vom Dermatologen meist schon durch Betrachten der Hautstelle diagnostiziert werden. Zur Absicherung werden Hautbiopsate untersucht. Therapeutisch wird zunächst meist eine chirurgische Entfernung vorgenommen, beim Spinaliom gegebenenfalls inklusive der nächstgelegenen Lymphknoten. Weitere Verfahren wie Kryotherapie (Behandlung mit Flüssigstickstoff), lokale Chemo- oder Strahlentherapie und einige wei-

tere kommen je nach Indikation zum Einsatz. Neun von zehn Basaliomen können erfolgreich behandelt werden, die Heilungsaussichten bei aktinischer Keratose und beim früh erkannten Spinaliom sind ebenfalls sehr gut. Grundsätzlich gilt: Engmaschige Kontrolluntersuchungen sind unverzichtbar, um beim möglichen erneuten Auftreten der Erkrankung wiederum zeitig therapieren zu können.

Das maligne Melanom

Der schwarze Hautkrebs ist zwar eine seltene, aber dafür umso gefährlichere Form der Entartung von Hautzellen. Betroffen sind die Melanozyten, die Pigmentzellen, was dazu führt, dass ein malignes Melanom oft einem dunklen Leberfleck ähnelt. Das maligne Melanom weist eine hohe und frühe Metastasierungsrate auf; insbesondere Lunge, Leber, Knochen und Gehirn sind von Tochtergeschwulsten betroffen.

Zur Abgrenzung harmloser Muttermale vom gefährlichen schwarzen Hautkrebs hat sich die ABCDE-Regel etabliert:

- **Asymmetrie:** Das maligne Melanom ist typischerweise durch eine unregelmäßige Form gekennzeichnet.
- **Begrenzung:** Die Grenzen zwischen der Hautveränderung und der normalen Haut sind unklar.
- **Colorit (= Färbung):** Das maligne Melanom ist in der Regel im Gegensatz zum Leberfleck uneinheitlich gefärbt.
- **Durchmesser:** Hautveränderungen ab 5 Millimetern Durchmesser sind tendenziell gefährlicher.
- **Erhabenheit:** Das maligne Melanom tritt oft nicht eben auf der Haut auf, sondern wölbt sich vor.

Auch hier gibt eine Gewebeprobe definitiven Aufschluss. Nach einer Operation im noch nicht metastasierten Stadium beträgt die Fünf-Jahres-Überlebensrate inzwischen fast 90 Prozent. Hat der Tumor allerdings bereits gestreut, verringert sich diese Rate drastisch.

Neben dem Hauptrisikofaktor für alle Hauttumoren – zu viel UV-Strahlung – spielen bei der Entstehung des malignen Melanoms weitere Faktoren eine Rolle. Menschen mit hellem Hauttyp und mit großen angeborenen Leberflecken sind überdurchschnittlich gefährdet. Auch eine familiäre Häufung lässt sich feststellen.



Agaricus



Coriolus

Vorbeugung mit Augenmaß

UV-Strahlen bedeuten Stress pur für die Haut und sind der mit Abstand wichtigste Risikofaktor für die Hautkrebsentstehung. Unter Umständen können Jahrzehnte nach einem Sonnenbrand Tumoren der Haut entstehen.

Eine Verteufelung jeglichen Kontakts der Haut zum Sonnenlicht schießt jedoch über das Ziel einer Hautkrebsprophylaxe hinaus. Einen Großteil des Bedarfs an Vitamin D, das z.B. elementar wichtig für den Aufbau von Knochen und Zähnen sowie für das Immunsystem ist, deckt der Körper durch Umwandlung von Sonnenstrahlen.

Über die tatsächliche Gefahr, die von Sonnenlicht ausgeht, sind sich auch Experten uneins: Provokante Thesen behaupten, die negativen Folgen auf die Gesundheit durch Vitamin-D-Mangel seien bedeutend höher als das Hautkrebsrisiko. Die Gegenseite weist darauf hin, dass schon die „gesunde Bräune“ aus Sicht von Dermatologen paradox sei, da bereits diese Reaktion der Haut auf das Sonnenlicht ein Stressanzeichen sei.

Die Wahrheit mag irgendwo in der Mitte liegen: Natürliches Tageslicht ist seit Menschengedenken wichtig für das Leben. Moderne Urlaubsgewohnheiten, die dazu führen, dass hellhäutige Menschen mitten aus dem heimischen Winter in Gebiete fliegen, in denen die Sonne intensiv brennt, können der Hautgesundheit jedoch nicht zuträglich sein. Ein maßvoller, dem Hauttyp angepasster Aufenthalt in der Sonne mit einem hochwertigen Sonnenschutzmittel ist mit Sicherheit nicht schädlich.

Vitalpilze bei Hautkrebs

An eine ganze Reihe von Vitalpilzen ist bei der Diagnose Hautkrebs zu denken, denn die in ihnen enthaltenen Polysaccharide besitzen ein für die Zellgesundheit enorm hohes Potenzial. Zudem stimulieren und regulieren die Polysaccharide das Immunsystem, dessen Bedeutung bei der Entstehung von Tumorerkrankungen, vor allem aber auch bei der Therapie immer deutlicher erkannt wird. Man weiß inzwischen, dass Vitalpilze die körpereigene Abwehrkraft im Rahmen einer begleitenden Tumorthherapie steigern können; zudem können sie das Wachstum von Tumoren hemmen und die Stabilität des psychischen Befindens fördern.



Agaricus

- **Agaricus blazei Murrill (ABM):** Dieser Vitalpilz ist besonders reich an Polysacchariden. Er wird mit guten Erfolgen begleitend zu Chemo- und/oder Strahlentherapie eingesetzt, wobei er die typischen Nebenwirkungen wie Haarausfall, Übelkeit und Schwächezustände signifikant lindern kann.



Cordyceps

- **Cordyceps:** Dieser Pilz führte in klinischen Studien bei Lungen- und Hautkrebs zu merklichen Besserungen. In der begleitenden Krebstherapie gab es weniger Infektionen und es ließ sich eine erfreuliche Steigerung der Antriebskraft sowie eine Linderung depressiver Verstimmungen beobachten.



Coriolus

- **Coriolus:** Er wird zwar vorrangig bei hormonabhängigen Tumoren (v.a. Brust- und Prostatakrebs) eingesetzt, doch die Coriolus-spezifischen Polysaccharide PSP und PSK können auch bei diversen anderen Krebserkrankungen positive Wirkung zeigen. Begleitend zu einer Chemo- oder Strahlentherapie kann mit dem Coriolus unter anderem eine Verbesserung der Blutbildung erreicht werden.



Maitake

EKZEM ZU EXTREM? KATTWIDERM GEGEN HAUTPROBLEME



Unsere Haut ist ein komplexes Organ. Sobald der Hautstoffwechsel gestört wird, schlägt sich dies in Irritationen der Haut nieder. Kattwiderm kann durch seine homöopathischen Wirkstoffe helfen, diese gestörten Prozesse zu regulieren. **Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns im Internet.Tel.: (05921) 7802-11 oder www.kattwiga.de**



Kattwiderm Tabletten. Die **Anwendungsgebiete** leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Juckende und schuppige Hauterkrankungen wie Ekzeme. Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. Tabletten enthalten Lactose. Kattwiga Arzneimittel GmbH, Zur Grenze 30, 48529 Nordhorn, www.kattwiga.de **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

• **Maitake:** Die besondere Stärke dieses Vitalpilzes liegt darin, dass er offensichtlich in der Lage ist, das Risiko einer Metastasenbildung zu verringern. In Japan wird der Maitake als übliche Medikation bei verschiedenen Krebsarten, unter anderem bei Hautkrebs, eingesetzt.



• **Reishi:** Der wichtigste Vitalpilz bei allen Hautkrebsarten – und zwar sowohl präventiv bei erhöhtem Erkrankungsrisiko als auch begleitend therapeutisch – ist der Reishi. Er aktiviert die natürlichen Killerzellen und verbessert die Antikörperproduktion zur Vermeidung von Infekten. Der allgemein stärkende Reishi fördert zudem eine gute Gesamtkonstitution.

Berichte aus der Praxis

In meiner Praxis habe ich sehr viel mit Tumorpatienten zu tun, und meine Erfahrungen aus den vergangenen Jahren bestätigen tatsächlich, was die Statistiker sagen: Hautkrebs ist auf dem Vormarsch. Vielen Menschen ist der enge Zusammenhang zwischen einem Sonnenbrand und dem Risiko der Tumorentstehung auf der Haut leider immer noch nicht bewusst – hier gilt es weiter Aufklärungsarbeit zu leisten. Dabei zeigt sich bei der Anamnese oft sehr deutlich, dass Menschen, die mit Basaliom, Spinaliom oder malignem Melanom zu mir kommen, früher gern und viel in der Sonne waren und von Sonnenschutzmitteln nicht allzu viel hielten.

Vitalpilze bieten gute Möglichkeiten, sowohl auf der körperlichen als auch auf der psychischen Ebene den Organismus wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Normalerweise haben Patienten mit der Diagnose malignes Melanom bereits eine Operation hinter sich, wenn sie zu mir kommen. Oft schließen sich auch Chemo- und Strahlentherapie an. Mit der Mykotherapie kann ich die Neubildung gesunder Zellen anregen, und die in den Vitalpilzen enthaltenen Polysaccharide sind außerdem sehr wertvoll zur Verringerung der Nebenwirkungen, die die schulmedizinische Be-

handlung mit sich bringt. Für die Patienten ist es enorm erleichternd zu wissen, dass sie den nächsten Chemozyklus ohne wesentliche Beschwerden wie Übelkeit und Schwächegefühl überstehen werden. Quasi nebenbei wirkt die Mykotherapie dadurch auch ein wenig wie die Psychoonkologie. Inzwischen ist ja unumstritten, dass die psychische Verfassung des Patienten wesentlich den Erfolg der Behandlung beeinflussen kann.

Fallbeispiel 1:

Eine 39-jährige Frau sucht meine Praxis auf und berichtet von der Diagnose malignes Melanom, die vor vier Monaten bei ihr gestellt worden sei. Das Melanom war im Rahmen einer turnusmäßigen Vorsorgeuntersuchung beim Hautarzt entdeckt und eine Woche später chirurgisch entfernt worden. Die Gewebsanalyse brachte dann den eindeutigen Befund. Weitere Untersuchungen folgten, wobei Metastasierungen in die Lymphknoten oder in andere Organe ausgeschlossen werden konnten. „Ich habe wohl sehr viel Glück gehabt, dass der Tumor frühzeitig entdeckt wurde“, sagt die Bankangestellte. Die Mutter zweier Kinder ist trotz der Entwarnung psychisch angeschlagen und noch immer verängstigt von den Ereignissen der letzten Wochen. Sie möchte ihren Körper gern stärken und zum früher gewohnten Selbstvertrauen zurückfinden.

Zur Verbesserung des Allgemeinzustands und zur Stabilisierung insbesondere des psychischen Befindens verordne ich *Agaricus blazei Murrill* (2 x täglich 3 Kapseln) sowie *Polyporus umbellatus* und *Coriolus versicolor* (jeweils als Extrakte, zweimal täglich eine Kapsel). Drei Wochen später wirkt die Patientin bereits deutlich gefestigter, obwohl die nächste Kontrolluntersuchung beim Dermatologen bevorsteht und sie bisher immer in großer Sorge war, es könne dabei doch noch etwas gefunden werden. Wir vereinbaren, die Vitalpilze in Auswahl und Dosierung zunächst so zu belassen. Weitere acht Wochen später kann die Dosierung reduziert werden.

Fallbeispiel 2:

Mit gleich mehreren Diagnosen und einem ganzen Paket an Beschwerden wendet sich eine 62-Jährige an mich. Vor wenigen Monaten wurde bei ihr ein noch kleines Colonkarzinom festgestellt und operativ entfernt. Fast zeitgleich entdeckte ihr Hautarzt sowohl ein Basaliom an

der Hand als auch ein malignes Melanom am Rücken. Das Melanom wurde ebenfalls operiert, das Basaliom per Kryotherapie behandelt. An der Operationsstelle des Melanoms wurde zudem eine lokale Bestrahlung durchgeführt. Eine Metastasierung konnte nicht festgestellt werden.

Die alleinstehende Rentnerin klagt seit den Operationen über chronische Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Sie habe eigentlich immer neben der Arbeit im Einzelhandel auch viel unternommen und Sport getrieben. Nun fehle ihr dazu die Lust und sie habe das Gefühl, einfach nicht wieder auf die Füße zu kommen. Dazu trage auch bei, dass sie innerhalb weniger Wochen nun schon zweimal stark erkältet gewesen sei. Zudem klagt sie über mehrmals täglich auftretende Schmerzen an der Operationsstelle am Rücken. Ihr Darm sei auch noch nicht wieder in Ordnung, sie habe öfters Probleme mit der Verdauung und einen unangenehmen Druckschmerz im Unterleib. Schulmedizinisch wurden etliche Untersuchungen durchgeführt, die keine Erklärung für die Schmerzen liefern konnten.

Ich verordne die Extrakte von *Agaricus blazei Murrill* (zweimal täglich drei Kapseln) und *Polyporus umbellatus* (zweimal täglich zwei Kapseln) für zunächst vier Wochen. Beim Kontrollbesuch ist das Befinden deutlich verbessert. Die Schmerzen hätten sich kontinuierlich reduziert, das Müdigkeitsgefühl sei viel geringer geworden. Weitere vier Wochen später berichtet die Patientin begeistert von einem kompletten Verschwinden der Schmerzen, deutlich mehr Antriebskraft und Lebensfreude sowie keinem weiteren Infekt in den vergangenen zwei Monaten.

Autor: Peter Elster, geprüfter Präventologe und Heilpraktiker und 2. Vorstand der Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V. Haydnstraße 24, D-86368 Gersthofen Tel: 0800 / 00 77 889, www.vitalpilze.de E-Mail: info@vitalpilze.de

Anzeige:



Zhong Liu – Hautkrebs in der TCM

Fachbeitrag von Thomas Falzone, Dipl.-TCM & Mykotherapeut

Um es ganz deutlich zu sagen: Ihre Haut vergisst nichts. Schon gar nicht einen Sonnenbrand. Oberflächlich betrachtet sieht es zwar aus, als hätte sich die Haut nach einem ausgeheilten Sonnenbrand erholt. Aber tief im Inneren zeigt sich, dass der Schaden, den die Sonne angerichtet hat, unwiderruflich ist. Wiederholen sich die Sonnenbrände, kumulieren und festigen sich die Schäden in den Hautzellen. Die Folge ist im „besten“ Fall vorzeitige Hautalterung – im schlimmsten Fall jedoch Hautkrebs. Vor allem Sonnenbrände in den ersten 20 Lebensjahren erhöhen das Hautkrebsrisiko markant.

Hautkrebs ist ein Oberbegriff für sämtliche bösartigen Tumoren der Haut. In der Umgangssprache wird er oft gleichgesetzt mit dem schwarzen Hautkrebs, dem malignen Melanom. In den letzten Jahren hat die Anzahl bösartiger Hautveränderungen zugenommen. Diese Entwicklung sollte umso mehr alarmieren, als das Hauptrisiko, an dieser Krebsart zu erkranken, oft vermieden werden könnte: Übermäßige Sonnenbestrahlung.

Durch die Aufnahme von UVB-Strahlen wird das Erbgut in den Zellkernen der Haut erheblich beschädigt. Entweder sterben die betroffenen Zellen ab oder sie werden durch den zelleigenen Reparaturdienst instandgesetzt. Kommt die Haut mit der Heilung nicht mehr nach, können sich die angegriffenen Zellen zu Krebs verändern. Die Entstehung geht von den Pigmentzellen der Oberhaut aus. Sie entarten und wuchern unkontrolliert.

Pro Jahr erkranken in der Schweiz etwa 2.400 Menschen an einem malignen Melanom, dem schwarzen Hautkrebs. Das sind rund 6 Prozent aller Krebserkrankungen; das Melanom gehört damit zu den häufigsten Krebsarten. Schwarzer Hautkrebs kann auch schon bei jüngeren Personen auftreten: 26 Prozent der Patienten sind zum Zeitpunkt der Diagnose jünger als 50 Jahre.

Neben dem malignen Melanom gibt es weitere Arten von Hautkrebs, zum Beispiel das Basaliom und das Spinaliom. Sie entstehen meistens an Hautstellen, die stark der Sonneneinstrahlung ausgesetzt sind, also an Nase, Stirn, Lippen, Ohren, Handrücken oder auf der unbehaarten Kopfhaut. Symptome sind knotige Veränderungen der Haut, nicht heilende Geschwüre oder

hartnäckige Verhornungen, die bei Verletzung leicht bluten oder nässen. Basaliome und Spinaliome werden operativ entfernt.

Physiologisch gehört die Haut innerhalb des Fünf-Elemente-Modells zur Lunge, sie hängt aber auch vom Zustand des Blutes und demzufolge von der Leber ab. Hinter jeder Erkrankung der Haut wird in der chinesischen Medizin die funktionelle Beeinträchtigung der extima gesehen. Der Begriff extima bedeutet dabei „das nach außen Gekehrte“ – im Gegensatz zum Begriff der intima, womit „das nach innen Gekehrte, Verborgene“ gemeint ist.

Melanome gehören in der chinesischen Medizin zu den Yin-Lungen Schäden, die durch Verhärtungen, Verdichtungen und einem allmählichen, meist nicht-entzündlichen Charakter gekennzeichnet sind.

Ätiologie und Pathologie in der TCM

Äußere Faktoren: Viele Hautprobleme entstehen durch Blut-Hitze oder -Stasen und beziehen in ihre Pathogenese damit auch die Leber ein. Beim Hautkrebs spielt das Eindringen der sechs Exzesse bei der Entstehung eine wichtige Rolle.

Nach der TCM-Theorie kann das Eindringen eines externen pathogenen Faktors die Funktionen der Zang-Fu-Organen stören und die Zirkulation von Qi und Blut blockieren. Dies kann zu Qi-Stagnation und Blut-Stase führen und im weiteren Verlauf zum Verfestigen und Akkumulieren von Schleim-Feuchtigkeit. Nicht alle sechs externen pathogenen Faktoren spielen dabei eine gleich wichtige Rolle. Nachfolgend

gelistet sind die Faktoren, die vordergründig in Beziehung zum Hautkrebs stehen.

Pathogene Sommerhitze schädigt das Qi: Als ein pathogener Yang-Faktor mit brennend heißem Charakter schädigt die Sommerhitze die Körperflüssigkeiten und zehrt das Yin auf. Wenn die Körperflüssigkeiten geschädigt sind, treten Mangel und Leere der Yin-Flüssigkeiten auf und behindern in der Folge die Bewegung von Qi und Blut. Qi-Stagnation und Blut-Stase können dann zur Tumorbildung führen.

Trockenheit-Hitze schädigt die Körperflüssigkeiten: Als ein pathogener Yang-Faktor neigt Trockenheit dazu, die Körperflüssigkeiten zu verbrauchen und zu einem Mangel und einer Leere an Yin-Flüssigkeiten zu führen. Die Lungen beherrschen das Verteilen und Nach-unten-Leiten. Trockenheit schädigt normalerweise das Lungen-Yin und behindert so die Verteilung der Körperflüssigkeiten. Die Netzgefäße der Lunge sind fein und fragil. Werden sie durch Trockenheit geschädigt, so stört dies die Bewegung des Blutes in den Gefäßen, was sich dann auch auf die Haut auswirkt und zu Stasen führen kann.

Feuer-Toxine versengen das Yin: In unserer modernen Zeit können externe pathogene Faktoren auch physikalische Faktoren einschließen. Hierzu zählen auch Strahlenbelastungen wie z.B. durch die Sonne, sie werden zu den Feuer-Toxinen gerechnet. Feuer-Toxine sind besonders schädlich. Sie dringen tief in den Körper ein und setzen sich gerne dort fest. Sie sind stark konsumierend und schädigen so Yin und Jing.

Musteridentifizierung

- Yin-Lungen-Schädigung mit Trockenheit
- Yin-Lungen-Schädigung mit Hitze
- Yin-Lungen-Schädigung mit Feuertoxinen

Hautkrebs mit Vitalpilzen behandeln

Bei der Behandlung von Hautkrebserkrankungen verfolgt die TCM verschiedene Ansätze. Als allgemein geltende Regel sollte die Basistherapie im frühen oder mittleren Stadium der Zerstreung pathogener Faktoren und Regulierung der Zang/Fu-Organen dienen. Wenn sich das Krebsgeschehen vom mittleren zum Spätstadium entwickelt, wird das Aufrechte Qi (Zheng-Qi) schwächer und leerer. Hier muss zwingend das Aufrechte Qi gestützt werden,

Krebstoxine sollten ausgeleitet werden.

Sowohl im Früh- als auch im Spätstadium von Hautkrebs werden Vitalpilze erfolgreich eingesetzt. Dies verdanken wir der vielschichtigen Wirkungsweise auf Organsysteme, Wei-Qi und Zheng-Qi, aber auch auf das Ausleiten von pathogenen und toxischen Faktoren.

Ein besonders wichtiges Merkmal stellt die präventive Einnahme von Vitalpilzen dar. Bei Sonnendisposition sollte regelmäßig der Reishi-Extrakt eingenommen werden. Dieser wertvolle Vitalpilz schützt und pflegt die Haut nachhaltig und hilft, Sonnenbrand zu vermeiden.

Besonders empfehlenswerte Vitalpilze (nicht abschließend):



Reishi

Reishi: Schützt die Haut vor Sonnenbrand und Alterung! Kühlt Leber-Blut, leitet Hitze-Toxine aus. Tonisiert Wei-Qi, baut Zheng-Qi auf. Der Reishi ist einer der wichtigsten Vitalpilze in der Prävention von Hautkrebs. Dieser Vitalpilz sollte immer genommen werden, wenn eine starke Sonnendisposition vorliegt!



Agaricus

Agaricus (ABM): Tonisiert Wei-Qi und Blut, baut Zheng-Qi auf. Bewegt Stagnationen von Qi, Blut und Körperflüssigkeiten. Leitet Hitze-Toxine aus. Schützt die Haut vor Alterung.



Coriolus

Coriolus: Baut Zheng-Qi auf. Leitet Hitze-Toxine aus. Löst Feuchtigkeit und Schleim auf.



Auricularia

Auricularia: Nährt und kühlt das Blut. Leitet Hitze-Toxine aus. Befeuchtet die Haut.

Fallbeispiel aus der Praxis

Ein 63-Jähriger stellt sich mit der schulmedizinischen Diagnose „malignes Melanom“ in der TCM-Praxis vor. Hier ergibt die Diagnostik eine Yin-Lungen-Schädigung mit Trockenheit. Der Patient entscheidet sich für die chirurgische Entfernung des Tumors, die zum Glück rechtzeitig erfolgen konnte: Es wurden keine Metastasen gefunden.

Der Rentner ist nach der Operation im guten Allgemeinzustand und bekommt als Verordnung vom TCM-Therapeuten Reishi-Extrakt und Agaricus-Extrakt, je dreimal täglich zwei Kapseln (entsprechend insgesamt 3,6 Gramm/Tag), über einen Zeitraum von 3 Monaten.

Schulmedizinisch werden alle sechs Monate kontrollierende Hautuntersuchungen durchgeführt, die seit 3 Jahren ohne pathologischen Befund sind. Zur Prävention nimmt der Patient dauerhaft Reishi-Extrakt, alle drei Monate erfolgt zusätzlich eine achtwöchige Therapie mit Agaricus blazei Murrill.

Autor: Thomas Falzone, Dipl.-TCM, Mykotherapeut und Präsident der Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz (GFVS) in CH-8400 Winterthur
www.gfvs.ch

Weitere Informationen auch bei der GVF Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V. D-86368 Gersthofen
www.vitalpilze.de

Revicain® Frau ♀ Revicain® Mann ♂



- Regeneration
- Revitalisierung
- Mehr Lebenskraft

Die Regenerations-Kombination für Ihre Patienten ab 50

Eine wirksame Therapie für die jeweilige Patientengruppe, zur Behandlung der unterschiedlichsten altersbedingten Krankheiten und Beschwerden.



Wiedemann Pharma

BIOLOGISCH-PHARMAZEUTISCHE PRÄPARATE
D-82541 Münsing-Ambach · info@wiedemann-pharma.de
Telefon 08177 - 9 31 40 · www.wiedemann-pharma.de

Erfahrungsbericht über:

Die Heilkraft von Medizinalpilzen

Fachbeitrag von Philip Rouchotas, MSc, ND
and Heidi Fritz, MA, ND

Die starke natürliche Heilkraft von Medizinalpilzen wird in der Naturheilkunde allzuoft übersehen. Um Ihnen ihre Eigenschaften etwas näher zu erläutern, informieren wir Sie im Folgenden über einige wesentliche Fakten und die wichtigsten Anwendungsgebiete dieser Pilze.

Cordyceps Chinesischer Raupenpilz
(*Ophiocordyceps sinensis*)

Hericium Igelstachelbart
(*Hericium erinaceus*)

Coriolus Schmetterlingstramete
(*Trametes versicolor*)

Maitake Gemeiner Klapperschwamm
(*Grifola frondosa*)

Reishi Glänzender Lackporling
(*Ganoderma lucidum*)

Shiitake (*Lentinula edodes*)

Medizinalpilze und ihre vielfältigen Wirkungen

Cordyceps ist ein interessanter kleiner Pilz, der auch unter dem Namen Chinesischer Raupenpilz bekannt ist, da er in der Natur auf Insekten wächst, die ihm als Wirt dienen. Heute wird Cordyceps auf Nährböden aus Getreidesubstrat gezüchtet. Anhand einer Analyse per Hochdruck-Flüssigkeitschromatographie (HPLC) ist nachweisbar, dass er die gleiche chemische Struktur aufweist, wie der auf traditionelle Art gewachsene Pilz.^[1] Am bekanntesten ist Cordyceps für seine Antiaging-Eigenschaften sowie seine positiven Wirkungen bei Nebennierenschwäche, Problemen mit der Fruchtbarkeit und Sexualfunktionen, Leistungsdefiziten bei Sportlern, Diabetes, Leber- und Atemwegserkrankungen.^[1 - 3] In China gilt er als

„Super-Ginseng“, da er verjüngend wirkt und die Ausdauer fördert, und laut traditioneller chinesischer Medizin wirkt er positiv auf die Lungen- und Nierenbahnen.^[4]

Der Pilz **Igelstachelbart** (*Hericium erinaceus*) ist auch unter den Namen „Löwenmähe“, „Affenkopfpilz“ oder „Gehirn-Pilz“ bekannt. Er enthält Wirkstoffe, die als Hericenone und Erinacine bezeichnet werden und für die in Laborstudien nachgewiesen



wurde, dass sie das Nervenwachstum stimulieren.^[5] Nach Ergebnissen aus Versuchen an Tiermodellen wirken sie vorbeugend gegen die durch Amyloid-beta-Eiweiß verursachten Beeinträchtigungen der kognitiven Fähigkeiten, welches bei der Alzheimer-Krankheit eine Rolle spielt.^[6] Einer randomisierten kontrollierten Studie zufolge führte eine tägliche Nahrungsergänzung mit 3 g Igelstachelbart über einen Zeitraum von 16 Wochen bei Patienten mit leichten kognitiven Störungen zu einer signifikanten Verbesserung ihrer kognitiven Fähigkeiten im Vergleich zur Placebo-Gruppe.^[7] Außerdem stellte sich heraus, dass der Igelstachelbart stimmungsaufhellend wirkt und dass sich Depressionen, Angstgefühle und Gereiztheit nach Selbsteinschätzungen von Patienten nach einer vierwöchigen Einnahme verringerten.^[8]

Die übrigen vier Pilze **Coriolus**, **Maitake**, **Reishi** und **Shiitake** sind am besten bekannt für ihre Wirkungen auf das Immunsystem und werden generell zur Stärkung



der Immunfunktion und als Teil einer adjuvanten Therapie bei Krebs eingesetzt. Von diesen Pilzen ist der **Coriolus** bei weitem am besten erforscht und wird in Japan als Adjuvans bei Krebsbehandlungen bereits seit mehr als 30 Jahren verwendet.^[9] Die

Erhaltung einer gesunden Immunfunktion ist für Krebspatienten entscheidend, da konventionelle Behandlungsmethoden, wie etwa Chemotherapien, die Immunfunktion über ihre Nebenwirkungen nicht nur unterdrücken, sondern auch, weil das Immunsystem die wichtigste Abwehrlinie des Körpers gegen Krebszellen ist. Natürliche Killerzellen (NK) sind ein Typ von Immunzellen, die für eine Antikrebsabwehr verantwortlich sind und Krebs-

zellen abtöten, wenn sie im Körper erkannt werden.^[9] Die Wirkung dieser Pilze wurde an Patienten untersucht, die wegen Dickdarm-, Magen-, Speiseröhren-, Lungen- und Brustkrebs behandelt wurden. Belegt wurde ein Rückgang

der Toxizität der Chemotherapie und eine Verbesserung der Remissionswerte und der Überlebensdauer.^[9-19] Krebspatienten wird vor der Anwendung die Konsultation eines zugelassenen Arztes mit Erfahrung in Naturheilkunde empfohlen, um zu bestimmen, ob Pilze in ihrem individuellen Fall für ihre Behandlung infrage kommen.



Maitake



Reishi



Shiitake

Woraus besteht ein hochwertiger Medizinalpilz-Extrakt?

Angesichts des breiten Wirkungsspektrums der einzelnen Pilze ist es wichtig, für jeden der Pilze den besten Anwendungsbereich



und die richtige Dosierung zu kennen und einen qualitativ hochwertigen standardisierten Extrakt zu verwenden. Die Wirkung der Pilze kommt optimal zur Entfaltung, indem bei der Herstellung ein Heißwasser-Extraktionsverfahren angewendet und eine sichere Standardisierung des Gehalts an Polysacchariden gewährleistet wird.

Für ein qualitativ hochwertiges Medizinalpilzpräparat kommt es entscheidend auf das Verfahren der Heißwasser-Extraktion an, was in Asien das traditionell genutzte Verfahren ist.^[1, 4]

Die wichtigste Kategorie der in den Pilzen enthaltenen Wirkstoffe sind Polysaccharide des Typs Beta-Glucan. Die Polysaccharide dieser Pilze interagieren mit Rezeptoren an den Zelloberflächen und vermitteln dort spezifische Funktionen.^[11] Im kompletten Pilz sind die Polysaccharide in ihre unverdaulichen Zellwände aus Chitin eingebunden. Das Chitin muss erst über heißes Wasser aufgelöst werden, um die medizinisch wirksamen Stoffe, die Pilz-Polysaccharide, schonend freizusetzen. Durch ein Vermahlen des Pilzes hingegen könnten die langkettigen Polysaccharide beschädigt werden und das unverdauliche Chitin (Ballaststoff) wird dadurch nicht entfernt, wobei der Anteil der in eine Kapsel passenden therapeutischen Wirkstoffe in diesem Fall beschränkt wird. Bei Produkten, die nicht die Aufschrift „Heißwasser-Extrakt“ tragen, handelt es sich daher normalerweise um einfach zermahlene Pilzbiomasse.

Durch die Standardisierung wird sichergestellt, dass das Endprodukt einen gleichbleibenden Anteil an Polysacchariden beinhaltet, um eine therapeutische Dosis gewährleisten zu können.

Beim Großteil der an Menschen durchgeführten klinischen Studien, die die Effizienz von oral verabreichten Heilpilzen zum Gegenstand hatten, wurde die Dosierung anhand des Polysaccharidgehalts definiert. Denn es macht einen großen Unterschied, ob von „3 Gramm Polysaccharide täglich“ oder von „3 Gramm des Pilzes Coriolus“ die Rede ist. 3 Gramm des kompletten Pilzes beinhalten auch Chitin, Ballaststoffe und weitere Substanzen.^[9, 12] Wenn ein Produkt nicht auf seinen Polysaccharidgehalt standardisiert wurde, ist es unmöglich, den tatsächlichen Anteil an gelieferten Polysacchariden zu kennen. Die therapeutische Dosis für Polysaccharide liegt typischerweise bei 2 - 3 Gramm.

Literaturverzeichnis:

1. Powell, M.: *Medicinal Mushrooms: A Clinical Guide*. East Sussex, Mycology Press, 2010
2. Chen, S., et al.: „Effect of Cs-4 (*Cordyceps sinensis*) on exercise performance in healthy older subjects: a double-blind, placebo-controlled trial“. *Journal of Alternative and Complementary Medicine* Vol. 16, No. 5 (2010): 585–590
3. Chen, X., et al.: „Oral Chinese herbal medicine combined with pharmacotherapy for stable COPD: A systematic review of effect on BODE Index and six-minute walk test“. *PLoS One* Vol. 9, No. 3 (2014): e91830
4. Stengler, M.: *The Health Benefits of Medicinal Mushrooms*. Laguna Beach, Basic Health Publications, 2005
5. Lai, P.L., et al.: „Neurotrophic properties of the Lion's Mane medicinal mushroom, *Hericium erinaceus* (Higher Basidiomycetes) from Malaysia“. *International Journal of Medicinal Mushrooms* Vol. 15, No. 6 (2013): 539–554
6. Mori, K., et al.: „Effects of *Hericium erinaceus* on amyloid β (25–35) peptide-induced learning and memory deficits in mice“. *Biomedicinal Research* Vol. 32, No. 1 (2011): 67–72
7. Mori, K., et al.: „Improving effects of the mushroom Yamabushitake (*Hericium erinaceus*) on mild cognitive impairment: a double-blind placebo-controlled clinical trial“. *Phytotherapy Research* Vol. 23, No. 3 (2009): 367–372
8. Nagano, M., et al.: „Reduction of depression and anxiety by 4 weeks *Hericium erinaceus* intake“. *Biomedicinal Research* Vol. 31, No. 4 (2010): 231–237
9. Kidd, P.M.: „The use of mushroom glucans and proteoglycans in cancer treatment“. *Alternative Medicine Review* Vol. 5, No. 1 (2000): 4–27
10. Akagi, J. and H. Baba.: „PSK may suppress CD57+ T cells to improve survival of advanced gastric cancer patients“. *International Journal of Clinical Oncology* Vol. 15, No. 2 (2010): 145–152
11. Deng, G., et al.: „A phase I/II trial of a polysaccharide extract from *Grifola frondosa* (Maitake mushroom) in breast cancer patients: immunological effects“. *Journal of Cancer Research and Clinical Oncology* Vol. 135, No. 9 (2009): 1215–1221
12. Fritz, H.: „*Coriolus versicolor* and lung cancer: a systematic review“. Society of Integrative Oncology (SIO) Conference, Cleveland, Ohio, 2011 (oral presentation)
13. Iino, Y., et al.: „Immunochemotherapies versus chemotherapy as adjuvant treatment after curative resection of operable breast cancer“. *Anticancer Research* Vol. 15, No. 6B (1995): 2907–2911
14. Nanba, H.: „Maitake D-fraction: healing and preventive potential for cancer“. *Journal of Orthomolecular Medicine* Vol. 12, No. 1 (1997): 43–49
15. Ohwada, S., et al.: „Beneficial effects of protein-bound polysaccharide K plus tegafur/uracil in patients with stage II or III colorectal cancer: analysis of immunological parameters“. *Oncology Reports* Vol. 15, No. 4 (2006): 861–868
16. Ohwada, S., et al.: „Adjuvant immunochemotherapy with oral Tegafur/Uracil plus PSK in patients with stage II or III colorectal cancer: a randomised controlled study“. *British Journal of Cancer* Vol. 90, No. 5 (2004): 1003–1010
17. Toi, M., et al.: „Randomized adjuvant trial to evaluate the addition of tamoxifen and PSK to chemotherapy in patients with primary breast cancer. 5-Year results from the Nishi-Nippon Group of the Adjuvant Chemoendocrine Therapy for Breast Cancer Organization“. *Cancer* Vol. 70, No. 10 (1992): 2475–2483
18. Yamaguchi, Y., E. Miyahara, and J. Hihara: „Efficacy and safety of orally administered *Lentinula edodes* mycelia extract for patients undergoing cancer chemotherapy: a pilot study“. *American Journal of Chinese Medicine* Vol. 39, No. 3 (2011): 451–459
19. Zhuang, S.R., et al.: „Effects of a Chinese medical herbs complex on cellular immunity and toxicity-related conditions of breast cancer patients“. *British Journal of Nutrition* Vol. 107, No. 5 (2012): 712–718.

Getting to Know the Medicinal Mushrooms

By Philip Rouchotas, MSc, ND and Heidi Fritz, MA, ND - July 2014. Bolton Naturopathic Clinic, 64 King St W, Bolton, ON, L7E 1C7, Kanada
www.boltonnaturopathic.ca



200 Pulsationen pro Minute unterstützen Stoffwechsel und Lymphsystem

Medizin · Klinik · Therapie

- Physiotherapie
- Naturheilkunde
- Schmerztherapie

Anwendungsbereiche

- Durchblutungsförderung
- Muskelverspannungen
- Rückenschmerzen
- Sportverletzungen
- Lymphfluss
- Bronchitis
- Migräne
- Arthrose

pneumed GmbH

pneumed GmbH
 luftbetriebene Medizinaltechnik
 Hauptstraße 528
 55743 Idar-Oberstein
 Telefon +49 (0) 6781/4573-0
 Fax +49 (0) 6781/4573-15
 Mail info@pneumed.de
www.pneumed.de

pneumatron 200° – die pneumatische und thermische Pulsationsmassage.
 Sanft und tiefenwirksam.

pneumatron 200

pneumatron therm



therm – noch mehr Wirkung durch zusätzliche Thermobehandlung!