

**Mykotherapie (Vitalpilze)****Immunistärkung natürlich!**

Die Mykotherapie ist eine in Asien bewährte Form der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin). Auch hierzulande gewinnen die Vitalpilze immer mehr an Popularität. Der Mensch setzt je länger je mehr wieder auf natürliche Produkte zur Unterstützung der Gesundheit von Körper und Geist. Nadja In-Albon weiss als ausgebildete Mykotherapeutin, wie die vitalisierenden Pilze einzusetzen sind.

nia. «Mykotherapie ist eine hochverträgliche Anwendung in der Naturheilkunde. In der heutigen Zeit werden Vitalpilzprodukte meist mit einem Acerola-Zusatz (Vitamin C) angeboten. Diese Kombination unterstützt – zusammen mit der ganzheitlichen Achtsamkeit und Fürsorge für Körper und Geist – eine stabile Gesundheit. Dies hilft, eine allfällige Krankheit, zum Beispiel eine Virusinfektion, möglichst unversehrt zu überstehen», erklärt sie.



Reishi-Pilz

**Qualität Dank Mykoplan**

Nadja In-Albon durfte 2014 ihre Ausbildung zur Mykotherapeutin bei einem der angesehensten Ausbilder auf diesem Gebiet geniessen: Thomas Falzone. «Ich habe vor zwei Jahren Mykoplan Schweiz gegründet. Unser Rohstoff wird ausschliesslich in Nordamerika kultiviert und anschliessend in der Schweiz verarbeitet. Wir haben bewusst auf Rohstoffe aus China verzichtet. Die Kultivierung von biologischen Vitalpilzprodukten ist wissensintensiv, aufwendig und teuer. Pilze zu kultivieren ist eine Meisterkunst, sie erfolgt nach standardisierten Vorgaben in speziell dafür gemachten Wachstumskammern. Da es sich um ein einzigartiges Naturheilmittel handelt, wird die Herstellung unter Berücksichtigung höchster Standards durchgeführt. Ein entsprechendes Biozertifikat zeigt die hohe Güte und Qualität eines Produkts», erzählt Thomas Falzone.

**Immunsystem stärken ist das A und O**

Egal zu welcher Jahreszeit. Die permanente Fürsorge für ein gestärktes Immunsystem ist der Schlüssel für Gesundheit. Die Corona-Pandemie hat diesen Fakt erneut in die Köpfe der Menschen transferiert: «Solange die moderne Medizin uns nicht das Allheilmittel gegen Covid-19 beschert, müssen wir unserer Gesundheit zuliebe auf Bewährtes setzen. Zum Beispiel auf Vitalpilze. Diese sind besonders bekannt dafür, dass sie das Immunsystem von Mensch

und Tier stärken. Bereits seit Tausenden von Jahren wird deren Kraft dafür eingesetzt, geschwächte Systeme zu stärken und die gesunde Abwehrmechanismen aufrechtzuerhalten», so In-Albon. «Nebenwirkungen sind sehr selten und verlaufen meistens moderat im Sinne einer kurzen Erstverschlimmerung.»

Vitalpilze sind reich an verschiedenen Inhaltsstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Da die Inhaltsstoffe bei Top-Produkten in perfekter Komposition vorliegen, ist normalerweise kein zusätzliches Nahrungsergänzungsmittel nötig. Im Bedarfsfall kann ein erfahrener Mykotherapeut weitere Naturheilmittel zur Mykotherapie ergänzen. «Wichtig ist, dass das Produkt biozertifiziert ist und schonend verarbeitet wurde. Produkte, die sehr günstig im Internet angeboten werden, sind häufig unseriös», warnen beide.

**Unterschätzte Wunder der Natur**

Um die Wirkungsweise der Heilpilze verstehen zu können, sollte man zuerst die Entstehung und das Wachstum der Pilze verstehen. Pilze sind die grössten Recycler der Natur. Sie wandeln «Biomüll» in wertvollen Humus und liefern so Nährstoffe für das Wachstum von Pflanzen. Der eigentliche Pilz, das Mycel, lebt quasi in der tiefsten sozialen Schicht, im Erdreich von Wäldern und Wiesen. Hier wird der Pilz permanent von Fressfeinden und parasitärer Kon-

kurrenz bedroht und muss sich entsprechend schützen. Für den Eigenschutz produzieren die Pilze nun eine Reihe von interessanten Stoffen, wie Verdauungsenzyme, antibiotisch/antiviral wirkende Substanzen, antimykotische (pilzhemmende/-abtötende) Substanzen und viele sekundäre Metaboliten.

«Die Wissenschaft hat unlängst herausgefunden, dass Pilze ein ähnliches Feindbild haben wie Mensch und Tier. Es erstaunt daher nicht, dass die gebildeten Stoffe für die Gesundheit von Mensch und Tier von grosser Bedeutung sind und gezielt in der Mykotherapie genutzt werden können.»

**Prävention und Therapie**

Vitalpilze sind im besonderen Masse hilfreich in der Prävention und Therapie von chronischen Krankheiten. Vitalpilze können hervorragend das Immunsystem modulieren, wirken



Champignons

direkt antiviral und antibakteriell, sowie entzündungshemmend. Als Mittel zur Regulation können Vitalpilze Körperfunktionen ausgleichen und so Blutdruck, Zucker- und Fettstoffwechsel wieder normalisieren. Vitalpilze entgiften und können Kraft und Energie aufbauen. Mehr Infos auf [potzpilz.ch](http://potzpilz.ch)

**Foto des Monats: Mai 2020**

Das Foto des Monats schoss diesen Monat Sampo Lenzi aus Pfäffikon. Das Bild zeigt das Abendleuchten bzw. das Alpenglühn vom Pfäffikersee aus. Und zwar am 7. Mai 2020 abends um 20.48 Uhr.

Die glühenden Berge sind Clariden, Chammliberg und Schärhorn der Glarner Alpen.

Haben auch Sie ein Foto Pfäffikons, welches Sie mit unseren Leserinnen und Lesern teilen möchten?

Senden Sie es doch mit dem Betreff «Fotowettbewerb»

an [verlag@schellenbergdruck.ch](mailto:verlag@schellenbergdruck.ch), und vielleicht sehen Sie schon bald Ihr eigenes kleines Meisterwerk in der **Pfäffikerin**.



**Neu:** Zusätzlich zur Publikation in der **Pfäffikerin**, werden wir Ihr Monatsbild auf eine Hartschaumplatte drucken und einen Monat lang im Verlag aufhängen. Danach haben Sie die Möglichkeit, dieses zu günstigen Konditionen zu erwerben.