

Informationsbroschüren

Vitalpilze - Naturheilkraft mit Tradition - eine kleine Übersicht

Die Broschüre stellt die wichtigsten Vitalpilze in kurzen Portraits vor und bietet eine Hilfestellung bei der Wahl des passenden Pilzes zur Vorbeugung und Therapie von Beschwerden. Ein idealer Einstieg in die faszinierende Welt der Pilze.

10. Auflage 2017, A5 Format, 44 Seiten

Vitalpilze für ein gesundes Immunsystem

Diese Broschüre soll den Leser dazu ermutigen, anhand von Tipps sein Immunsystem aktiv zu unterstützen und damit sein Wohlbefinden zu fördern. Sie stellt die häufigsten Erkrankungen des Immunsystems vor und zeigt auf, welche Möglichkeiten die Mykotherapie im Rahmen einer ganzheitlichen Behandlung bieten kann.

1. Auflage 2016, A5 Format, 40 Seiten

Vitalpilze bei chronischen Erkrankungen

Chronische Erkrankungen von Diabetes über Bluthochdruck bis Arthrose betreffen immer mehr Menschen – zu Recht werden sie auch als Zivilisationskrankheiten bezeichnet, da die modernen Lebensbedingungen ihr Auftreten deutlich begünstigen. Diese Broschüre stellt die häufigsten Erkrankungen unserer Zeit vor und gibt Tipps zu Therapie und Eigeninitiative.

4. Auflage 2016, A5 Format, 44 Seiten

Alle Broschüren sind gegen eine Schutzgebühr bei uns erhältlich.

Literaturempfehlung

Vitalpilze - Naturheilkraft mit Tradition, neu entdeckt

Das Buch fasst den aktuellen Wissensstand rund um das Thema Vitalpilze fundiert und anschaulich zusammen und ist eine wertvolle Informationsquelle und ein übersichtliches Nachschlagewerk sowohl für Therapeuten als auch für Patienten.

4. überarbeitete Neuauflage 2017, 224 Seiten, ca. 60 Farbbilder, Format: 17 cm x 24 cm, Hardcover, ISBN 978-3-00-047706-5, 14,90€

Alle Titel aus dem Eigenverlag der Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

BEI UNS FINDEN SIE AUCH

CHINESISCHE KRÄUTER, TINKTUREN & GRANULATE
EUROPÄISCHE HEILKRÄUTER & TINKTUREN
NATURHEILMITTEL AUS EIGENER HERSTELLUNG
HOMÖOPATHIE IN KLEINABFÜLLUNGEN
SCHÜSSLER-SALZE & SPAGYRIK
AROMATHERAPIE & NATURKOSMETIK
BIO-KÖRPERPFLEGE FÜR SCHWANGERE & BABYS
MEDELA STILLWÄSCHE & STILLZUBEHÖR
MEDELA MILCHPUMPEN & BABYWAAGEN
FACHLITERATUR & NATÜRLICH DAS GESAMTE
SCHULMEDIZINISCHE SORTIMENT



ZIETEN APOTHEKE

Die Apotheke für Naturheilmittel und Traditionelle Chinesische Medizin

[WWW.ZIETENAPOTHEKE.DE](http://www.zietenapotheke.de)

GROSSBEERENSTRASSE 11 · 10963 BERLIN-KREUZBERG · TEL 030-547 16 90
GERICHTSTRASSE 31 · 13347 BERLIN-WEDDING · TEL 030-460 60 480



ZIETEN APOTHEKE

Vitalpilze



Vitalpilze

In Asien werden Pilze seit langem zur Gesunderhaltung und Heilung eingesetzt. Auch in Europa finden sie als wertvolle Nahrungsmittel oder in der therapeutischen Anwendung immer größere Verbreitung.

Agaricus

Der *Agaricus blazei murill*, wegen seines Geschmacks auch als Mandelpilz bezeichnet, kommt ursprünglich aus Brasilien. Therapeutisch werden dem *Agaricus* antikanzerogene, immunstimulierende, antiallergische und blutzuckersenkende Eigenschaften zugeschrieben.

Auricularia

Der *Auricularia*, auch als Mu Err oder Chinesische Morchel bekannt, ist in Asien als Speisepilz weit verbreitet. In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der *Auricularia* unter anderem wegen seiner Wirkung auf das Blut geschätzt.

Coprinus

Der *Coprinus comatus* ist wegen seines Geschmacks im deutschsprachigen Raum auch als Spargelpilz bekannt. Neben seinem Vitamin- und Mineralstoffgehalt, zeichnet er sich durch seinen hohen Anteil an Eiweißen und essentiellen Aminosäuren aus. In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der *Coprinus* vor allem bei Beschwerden im Verdauungsbereich eingesetzt.



Coriolus

Cordyceps

Das tibetische Hochland ist die ursprüngliche Heimat des *Cordyceps sinensis*. Der *Cordyceps* wird in der Chinesischen Medizin als Tonikum eingesetzt, das die Lebenskraft steigert und die Rekonvaleszenz beschleunigt.

Coriolus

Der *Coriolus versicolor* ist ein auch in Europa häufig vorkommender Pilz. In Asien wird er seit langem zu therapeutischen Zwecken verwendet. Die Traditionelle Chinesische Medizin setzt den *Coriolus* oder Yun Zhi unter anderem bei Infektionen der oberen Atemwege und in der Krebstherapie ein.

Hericium

Der *Hericium erinaceus*, Igelstachelbart oder Affenkopfpilz ist nicht nur ein geschätzter Speisepilz und ein wertvolles Nahrungsmittel – er enthält alle acht essenziellen Aminosäuren – er wird seit langem auch zu therapeutischen Zwecken verwendet: in der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der *Hericium* unter anderem bei Beschwerden des Verdauungssystems eingesetzt.

Maitake

Der *Maitake*, Klapperschwamm oder *Grifola frondosa* ist ein ausgezeichneter Speisepilz. Aus dem alten Asien wird erzählt, dass erfolgreiche Pilzsammler regelrechte Freudentänze aufführten, wenn sie einen *Maitake* gefunden hatten. So hoch wurde der *Maitake* gehandelt und daher hat er auch seinen Namen „tanzender Pilz“. In der Chinesischen Medizin ist der *Maitake* seit langem bekannt und geschätzt. Wie der *Shiitake* ist auch der *Maitake* reich an Provitamin D. Darüber hinaus werden ihm immunstimulierende und antikanzerogene Eigenschaften und ein positiver Einfluss auf Triglyceride und Cholesterin zugeschrieben.

Polyporus

Der *Polyporus umbellatus* oder Zhu Ling ist ein auch in Europa heimischer Pilz. In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der *Polyporus* unter anderem als Antibiotikum, zur Stärkung bei Infektionen, bei der Regulation des Lymphflusses und zur Unterstützung der Diurese eingesetzt.

Reishi

Der *Reishi*, *Ganoderma lucidum*, gilt als der vielseitigste unter den medizinisch verwendeten Pilzen. Die Chinesen bezeichnen den *Reishi* als Ling Zhi, als göttlichen Pilz der Unsterblichkeit, ein Ausdruck ihrer hohen Wertschätzung. Gleichzeitig ist dieser Name auch ein Hinweis auf die Heilwirkung des *Reishi*: ihm wird nachgesagt, das Altern zu verzögern und die Lebenszeit zu verlängern. In der Chinesischen Medizin wird der *Reishi* unter anderem angewendet bei Magen-, Leber- und Nierenerkrankungen, bei Nervosität und Schlaflosigkeit.

Shiitake

Der *Shiitake* oder Eichenpilz, *Lentinula edodes*, wird in Asien seit etwa 3000 Jahren sowohl wegen seines Geschmacks als auch aufgrund seiner Heilkraft geschätzt. Er ist reich an Vitaminen, unter anderem Provitamin D und Vitaminen der B-Gruppe. In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird der *Shiitake* unter anderem zur Regulation des Blutfett- bzw. des Cholesterinspiegels und bei Magenbeschwerden angewendet.



Bildnachweis: © Hawlik