

Das Wissen um die Heilwirkung von Pilzen ist in unserem Kulturkreis noch recht jung, das heißt, es liegen wenige gesicherte Erkenntnisse zur Dosierung vor. Auch hängt die Dosierung von der Schwere der Erkrankung ab und kann im Einzelfall nur individuell gegeben werden. Pilze sind Naturprodukte und auch in hoher Dosierung gut verträglich. Die Einnahme sollte zu den Mahlzeiten erfolgen. Den folgenden Angaben liegen klinische Studien sowie Erfahrungsberichte einzelner Ärzte und Heilpraktiker zugrunde. Es sind durchschnittliche Werte für Erwachsene, von denen im Einzelfall abgewichen werden kann.

### Anwendung von Extrakten

Die Dosierungsempfehlung kann natürlich nur individuell gegeben werden. Grundsätzlich kommen als Ersttherapie Extrakte in Frage. Es sollten pro Tag 0,25 bis 3 Gramm pro Pilz zum Einsatz kommen. Bei der Kombination von drei Pilzen sollte jedoch eine Gesamtmenge von 5 Gramm nicht überschritten werden.  
*Verzehrempfehlung* : 3 mal 1 Kapsel mit Pilzextrakt ( a 250 mg) zu den Mahlzeiten.

### Anwendung von Pilzpulver

Pilzpulver kommen in einer Tagesdosis von 1-5 Gramm zum Einsatz. In Kombinationen sind 10 bis 15 Gramm Pilztrockenmasse jedoch keine Seltenheit und Studien geben häufig solche Größenordnungen an. Pilzpulver kann auch lose (preisgünstig) bezogen werden und es empfiehlt sich die Einnahme in Flüssigkeit, z.B. in einer Brühe (ein gestrichener Teelöffel)  
*Verzehrempfehlung*: 2 mal 2 Tabletten aus Pilzpulver (a 500 mg) zu den Mahlzeiten.

**Gesellschaft für Heilpilze**

**v.i.S.d.P.**

Dr. Susanne Ehlers wissenschaftliche Beratung für Heilpilze Weidenstr. 4 85368 Wang

## **2. Newsletter Krebsbekämpfung mit Heilpilzen 2005**

**Februar**

Krebs ist ein Überbegriff für zahlreiche Erkrankungen. Es gibt Pilze, die bei Krebs generell hilfreich sein können. Pilze bekämpfen die Ursache der Erkrankung, nicht die Symptome. Nebenwirkungen und Wechselwirkungen von Medikamenten mit der Mykotherapie treten äußerst selten auf, z.B. Hautrötungen, Verdauungsbeschwerden. Es ist bekannt, dass Pilze die Immunantwort aktivieren und hemmend auf das Wachstum von Tumoren wirken. Zur Vorbeugung der Krebsentstehung und Verhinderung von Rezidiven sind mehrere Heilpilze hervorragend geeignet! Bei fortgeschrittenem Krebs ist der Patient allgemein sehr geschwächt, Heilpilze können das Allgemeinbefinden stark verbessern. Zurückzuführen ist die außerordentlich positive Wirkung auf den Körper vor allem auf komplexe Zuckermoleküle. Es sind jedoch Hunderte weitere Biovitalstoffe in Pilzen entdeckt worden. In Japan ist Lentinan (Shiitakemolekül) bei Magenkrebs bereits ein zugelassenes Medikament!

Zahlreiche Studien befassen sich mit den **Extrakten** der Heilpilze, die durch Herauslösen einzelner Substanzen gewonnen werden. In den Extrakten ist die immunmodulatorisch wirksame Substanz ungefähr 20-fach erhöht. Bei Krebserkrankungen sind demnach Extrakte das erste einzusetzende Mittel. Extrakte erhöhen nachweislich die NK-Zellen Produktion und die Makrophagenanzahl. Sie stimulieren auch die T- Helferzellen und Interleukine sowie andere Immunzellen.

Bei in **Pulver-** oder Tablettenform vorliegenden („ganzen“) Pilzen ist die Konzentration dieser anregenden Substanzen auf das Immunsystem nicht so hoch. Dafür ist das gesamte Spektrum an Biovitalstoffen enthalten. Zur Dauertherapie und bei leichteren Erkrankungen hat sich das Pulver bewährt. Dies gilt z.B. für die Behandlung von Übergewicht, Durchblutungsstörungen, Allergien. Auch eine Kombination von Pulver und Extrakt ist oft sinnvoll.

Ein wichtiger Pfeiler in der Krebstherapie ist die Unterstützung des Immunsystems. Alternativ zur Chemotherapie und Strahlentherapie wird mit Pilzen **Immuntherapie** betrieben. Die in den Pilzen enthaltenen Polysaccharide geben dem Körper die Information zur Erkennung entarteter Zellen und bewirken, dass das Immunsystem optimal funktionieren kann, denn es kommt zu einem ausgeglichenen Zusammenwirken von zellulärer und humoraler Abwehr.

Die Pilztherapie richtet sich im Gegensatz zur Schulmedizin, die die Krankheit bekämpfen will, eher auf die Wiederherstellung der Gesundheit und dies mit Wiedererlangen der sogenannten **Homöostase**. Das ist das Gleichgewicht von vielen „Haushalten“ im Körper, z.B. dem Mineralstoff- und Spurenelementhaushalt, dem Mikroorganismengleichgewicht, dem Enzym-, Hormon-, Wasser-, Elektrolyt-, Immunzellgleichgewicht u.a. So lassen sich auch die äußerst vielfältigen Wirkungen der Pilze auf Appetit, Verdauung, Psyche, Cholesterin, Diabetes, Gefäßerkrankungen, Blutdruck, Allergien....verstehen.

Zur *reinen Immuntherapie* kann **Agaricus blazei murrill** (ABM) erfolgreich eingesetzt werden, da er die

höchste Konzentration wirkungsvollster Polysaccharide enthält. Außerdem kommt es durch ABM zur schnelleren Regeneration der durch Chemotherapie oder Bestrahlung geschädigten Blutbildung im Knochenmark. Eine Schwellung der Milz, die bei Lymphomen oder Leukämien auftreten kann, wird ebenfalls positiv beeinflusst. Nebenwirkungen einer Chemotherapie wie Haarausfall, Schwäche oder Gewichtsverlust werden deutlich verringert.

Mit **Shiitake** gibt es hervorragende Erfolge in der Behandlung von Leukämie, Magenkrebs und Lungenkrebs. In klinischen Studien wurden sowohl Einzelsubstanzen (z.B. das Lentinan als Polysaccharid aus dem Shiitake) als auch die Gesamtheit der Inhaltsstoffe für die Nutzung als Heilmittel geprüft.

Insbesondere scheinen Polysaccharide für die Immunstimulation bei Pilzen eine wichtige Rolle zu spielen. Mizuno et al. (1995) identifizierten Beta-D-Glucane, später wurden auch Heteropolysaccharide, Glycoproteine, Nukleinsäuren, Ballaststoffe und Lektine identifiziert, die ebenfalls immunstimulatorische Wirkung zeigten. Eine weitere Polysaccharidfraktion zeigte Makrophagenstimulierung, welche zu einer vermehrten Bildung des Tumornekrosefaktors (TNF) und verschiedener Interleukine führte (Wang 1994). Lentinan und andere Glucane erhöhen infolge ihrer immunstimulierenden Wirkung die Widerstandsfähigkeit gegen bakterielle Infektionen, die bei der Chemotherapie von Tumoren häufige Begleiterscheinungen sind (Laatsch 1993).

In Kombination mit Chemotherapie (5-Fluorouracil oder Tegafur) wurde eine signifikante Verlängerung der Überlebenszeit bei Patienten mit Magenkrebs, Hirntumor, Lungenkrebs, kolorektalen Karzinomen oder Tumoren der Gebärmutter beobachtet. Lentinan und ähnliche Glucane scheinen die Metastasenbildung nach chirurgischer Resektion von Tumoren zu verhindern (Laatsch 1993). Positive Resultate bei inoperablem Magenkrebs mit einer systemischen Therapie von abwechselnd Lentinan und Picibanil in Kombination mit intraarterieller Infusion von 5-Fluorouracil wurden berichtet (Shimizu 1981). Bei 375 Malignompatienten wurden in einer Phase-III-Studie mit Lentinan eine verbesserte Überlebenszeit und Immunantwort sowie eine Tumorremission beobachtet (Furue et al. 1981). Auch bei Mammatumoren wird Lentinan als effektiv beschrieben (Taguchi 1981).

Klinische Untersuchungen zum Einsatz des **Reishi** bei Krebs und Zwölffingerdarmgeschüren, sowie zu immunologischen Fragestellungen liegen vor (Hobbs 1996). Reishi führte zu Spontanheilungen bei Darmkrebs. Er wird auch bei Karzinomen der Lunge oder Leber, bei Abgeschlagenheit und Schleimhautentzündungen erfolgreich eingesetzt.

Neueste Studien beschreiben den positiven Effekt von **Coriolus** auf hormonabhängigen Brust- und Prostatakrebs.

Klinische Untersuchungen gibt es ebenfalls zu **Hericum** (chronische Gastritis) (Xu et al. 1985), zum **Polyporus** (Lungenkrebs und Leukämie) sowie zum **Maitake** (Brustkrebs, Darmkrebs, Lungen- und Magenkrebs, Leberkrebs, Leukämie) (Hobbs 1993, Miller 1994, Zhu et al. 1994). Der Maitake verhindert nachweislich die Metastasenbildung und beeinflusst äußerst positiv Brustkrebs, Lungen- und Mastdarmkrebs. In Japan gehört Maitake in der Behandlung von Leukämie, hormonabhängigen Krebsarten (Prostata-, Brustkrebs), Lungen- und Hautkrebs zur Therapie. Maitake hindert HI-Viren daran, T-Lymphozythen zu vernichten und hemmt die Ausbreitung des Virus.

Auch über den Einsatz von **Maitake** sowie **ABM** (Agaricus)-Extrakten als supportive Therapie bei Chemotherapie wurde positiv berichtet (Nanba 1994, Ahn 2004). In klinischen Studien wurde die Wirkung von **Hericum** bei der Behandlung von Speiseröhren- und Magenkrebs sowie Zwölffingerdarmgeschwüren beschrieben.

Sind bereits Lymphknoten befallen oder entfernt ist der Einsatz von **Polyporus** günstig, da er die Funktion des Lymphsystems verbessert.

Je nach Art der Krebserkrankung sollten **verschiedene Pilzarten** in Kombination bei der Therapie eingesetzt werden. Eine Überblick gibt Tabelle 1.

Begleitend zu einer Chemo- oder Strahlentherapie können neben dem ABM auch andere Heilpilze eingesetzt werden, um unerwünschte Nebenwirkungen zu verringern. Ihre speziellen positiven Wirkungen auf den Organismus sind in Tabelle 2 zusammengestellt.

### Zum Einsatz von Heilpilzen bei Krebserkrankungen (ein Überblick; Stand Januar 2005)

#### Tabelle 1 Reine Immuntherapie

##### **Indikation**

Lungenkrebs  
Leberkrebs

##### **Empfehlung mykotherapeutische Behandlung**

Shiitake, Reishi, Maitake, Polyporus  
Reishi, Maitake, ABM, Cordyceps

### Ein aktuelles Beispiel der Forschung 2004

#### Natürliche Killer Zellaktivität und Lebensqualität werden erhöht durch die Einnahme des Pilzextraktes *Agaricus blazei Murill* Kyowa bei gynäkologischen Krebspatienten mit Chemotherapie

Von *Agaricus blazei murill* Kyowa, einem Pilzextrakt, wird berichtet, dass er Antimutagen- und Antitumoreffekte besitzt. Untersucht wurden die positiven Effekte des ABMK-Konsums auf den Immunstatus und die Lebensqualität von Krebspatientinnen, die sich einer Chemotherapie unterzogen. 100 Patientinnen (**Cervix-, Ovarien-, Endometriosekrebs**) wurden je mit Carboplatin (300mg/m<sup>2</sup>) plus VP16 (etoposide, 100mg/m<sup>2</sup>) oder mit Carboplatin (300mg/m<sup>2</sup>) plus Taxol (175mg/m<sup>2</sup>) alle drei Wochen für die letzten drei Zyklen mit und ohne die orale Einnahme des ABMK untersucht. Es wurde festgestellt, dass die Aktivität der Natürlichen Killer Zellen signifikant höher in der Gruppe der mit ABMK behandelten Patientinnen lag im Vergleich zur Placebogruppe. Keine signifikanten Unterschiede gab es bei den lymphokinaktivierten Killer Zellen und der Monozytenaktivität. Jedoch wurden durch die ABMK-Behandlung alle für eine Chemotherapie typischen Nebenwirkungen wie Haarausfall, mangelnde emotionale Stabilität verringert, die allgemeine Wachheit (weakness) und der Appetit verbessert.

Zusammengefasst lässt sich sagen, dass die Behandlung mit ABMK nützlich, sinnvoll und empfehlenswert für gynäkologische Krebspatientinnen in Begleitung einer Chemotherapie sein kann.

### Erfahrungsberichte

#### Frau L. aus Freiburg

Es wurde im April 02 ein bösartiges **Lungenkarzinom** diagnostiziert. Sie erhielt eine Chemotherapie, wodurch es ihr schlecht ging (völlig kraftlos, konnte kaum gehen). Der Krebs hatte auch die Stimmbänder zusammengedrückt, wodurch sie nur mehr quietschen konnte. Nach der Chemo (seit Sept.) aß sie erst 1 kg frische Shiitake/Woche, bis sie den **Shiitake** als Extrakt fand. Nimmt täglich 2 Kapseln, nichts anderes und das Resultat ist: sie geht täglich mit dem Hund lange Zeit spazieren, hat eine volle Stimme und – der Tumor ist vernarbt. Nachdem sie erst einmal monatl. zur Röntgenkontrolle ins Krankenhaus musste, reicht jetzt eine 7-wöchentl. Kontrolle. Ihr Arzt versteht diesen Heilungsprozess nicht, sie erhält keine CT mehr. Sie sagt selbst, dass sie ohne diese Pilze nicht zu Kräften gekommen wäre.

#### Frau R., Erna

Herr R. meldet sich dankbar. Seine Frau hat **Endometrialkrebs** und wird seit 2003 behandelt. Sie erhielt Chemotherapie. Bei Frau R. fiel der Tumormarker nach einem kontinuierlichen Anstieg im Jahre 2004 nach einer Therapie mit 3 mal täglich zwei ABM Extrakt Kapseln und Hyperthermietherapie von 1290 auf 85 (einen oberen Normalwert) innerhalb von einem Monat steil ab. Das war im Dezember 2004. Im Januar pegelte sich der Marker bei 60 ein und die Chemotherapie wurde stark reduziert. Zunächst gab es die Überlegung, völlig auf eine erneute Chemotherapie zu verzichten.

Die Gesellschaft für Heilpilze sucht nach Möglichkeiten, ohne finanzielles Interesse das Wissen über Heilpilze möglichst vielen Menschen nahezubringen. Schreiben Sie bitte Ihre Erfahrungen an [Seh2044410@hotmail.com](mailto:Seh2044410@hotmail.com).

**Einen guten und gesunden Start in den Frühling wünscht Dr. Susanne Ehlers**