

Vitalpilze für den inneren Flow

Das Lymphsystem natürlich unterstützen

Jo Marty



Lymph/Lymphsystem vom Stau zur Balance

**kleiner Einblick in
die Funktion des
Lymphsystems**

**Unterstützung
durch die Vitalpilze**

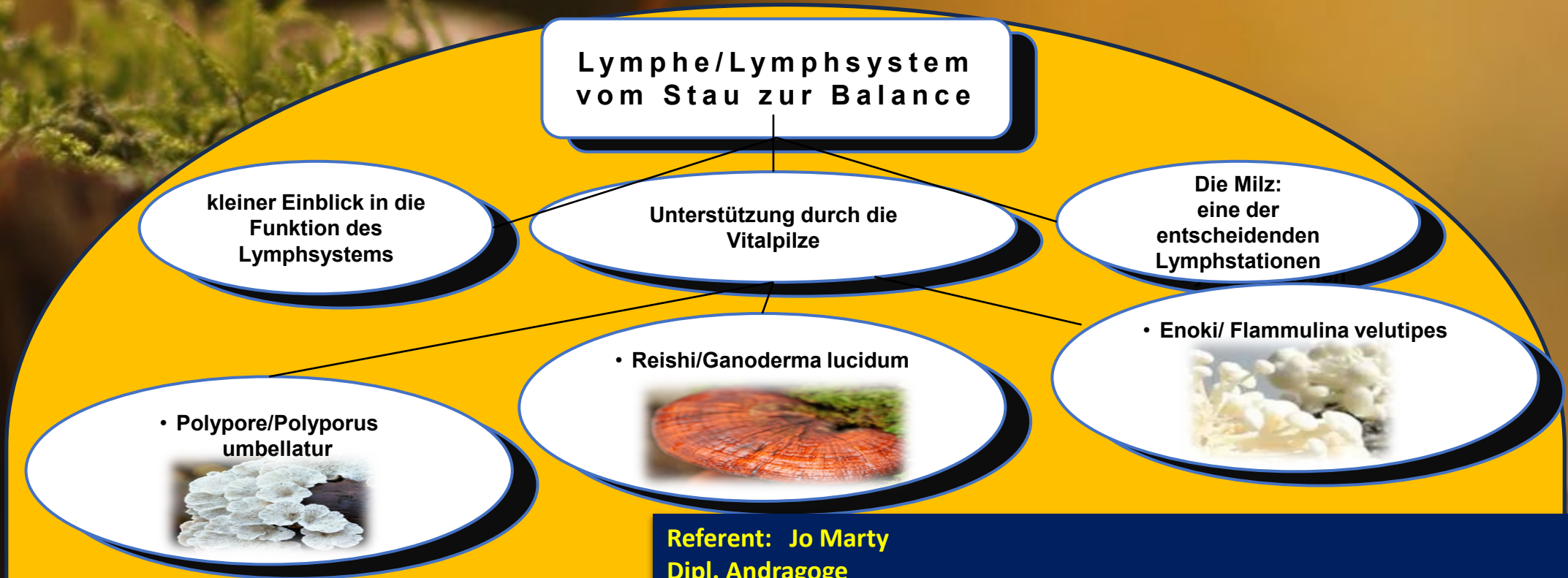


Referent: Jo Marty

**es geht
gleich los**

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



Referent: Jo Marty

Dipl. Andragoge

- **Präsident SVFBS, Schweiz. Vereinigung für Biochemie nach**
- **Dr. Schüssler**
- **Mitleiter des Europ. Instituts für Biochemie nach**
- **Dr. Schüssler**
- **Entwicklung, Forschung naturheilkundliche Präparate/Patente**
- **Präsident approved –nature**
- **Beirat der int. Kompetenzinitiative**
- **Präsident Fachverein Vitalpilzekunde Schweiz**
- **Leiter des ICAT (internat, Center for advanced Therapy)**

bei Krankheiten und längeren Beschwerden ist eine Arztkonsultation unerlässlich

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

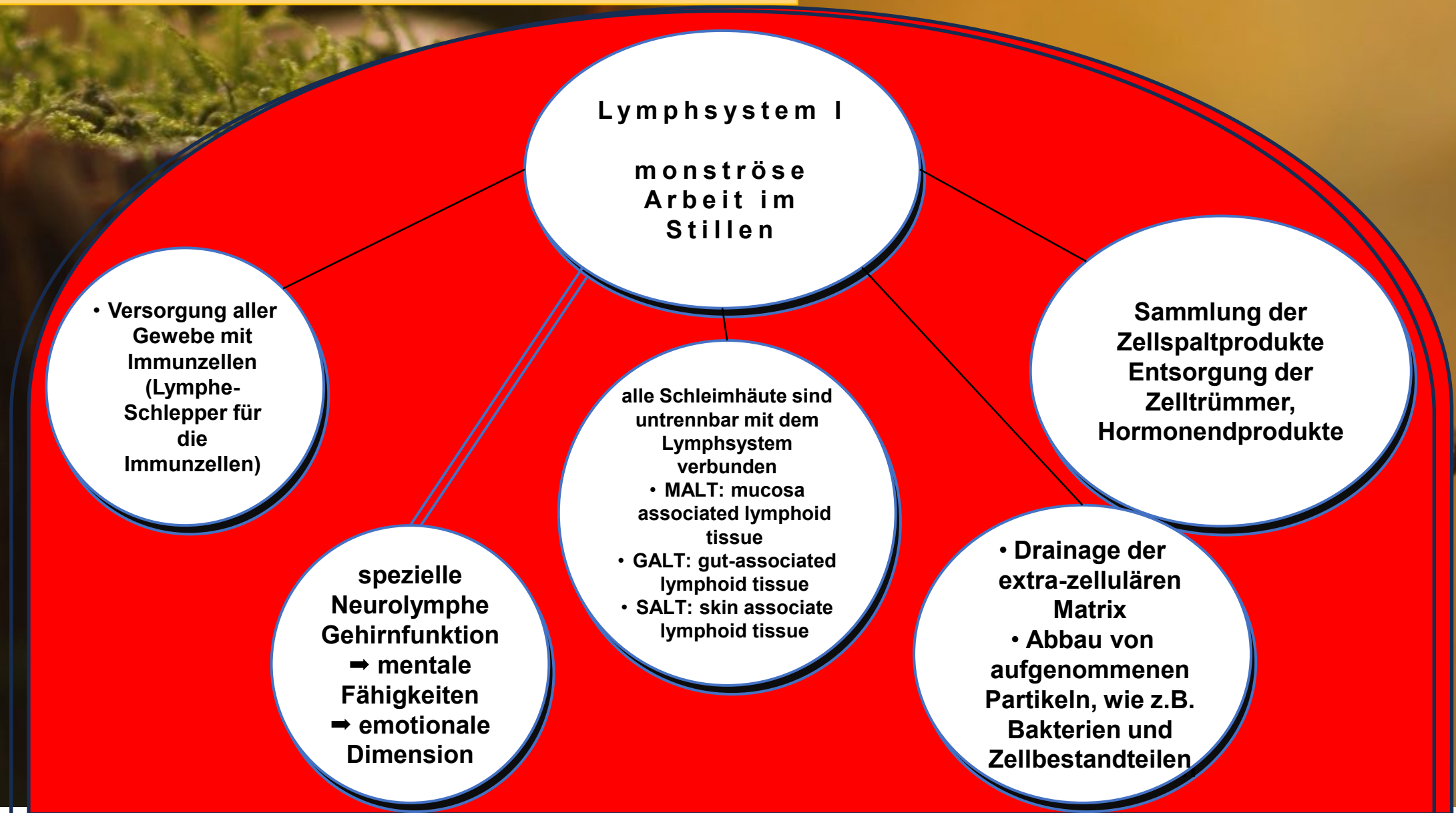
Lymph **Der vergessene Teil des Immunsystems**

**wenn das System
fehlfunktioniert:**

- Multiorgan-
Belastung
- Müdigkeit,
Benommenheit
- Immunschwäche

**als Folge
Herzinsuffizienz → Rückstau in Leber –
Niere - Lymphstau**

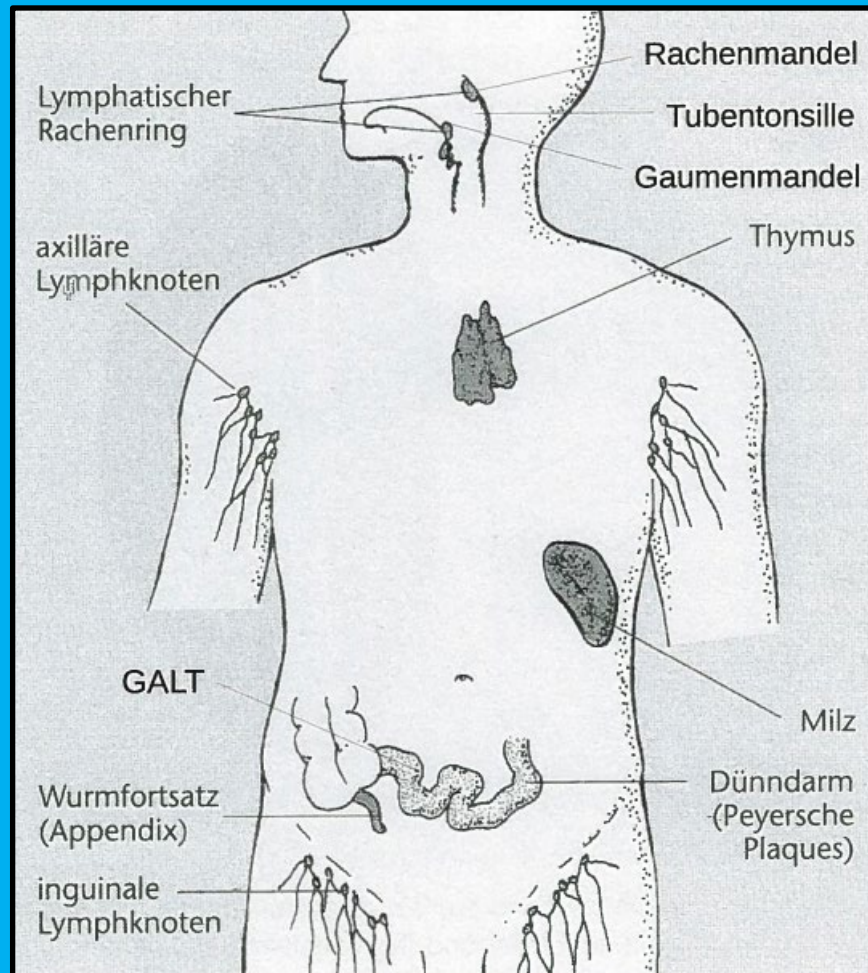
wichtig: Umwelttoxine, agrarchemische Produkte, Luftnoxen, elektromagnetische Strahlung belasten das Lymphsystem



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Lymphorgane



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Mitregulation auf die 3 voneinander abhängigen System

Lymphsystem

mit

- Thymus
- Haut
- Antikörperbildung

Schleimhaut

physikalisch-chemisch-
energetische Barriere –
Atmung, - Verdauung-
Uro-Genitaltrakt
Energieaufbau
Regulationsimpulse

Symbionten-Flora

- Mund/Nase
- Lungenschleimhaut
- Magenschleimhaut
- Dünndarmschleimhaut
- Dickdarmschleimhaut
- Genitalschleimhaut

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Lymphsystem: Aufgaben II

produziert 35 Mia. B- und T-Lymphozyten
bei Krankheiten bis 600 Mia./tgl.

bei Kontakt (Memory-) und Plasmazellen → spez. gelernte Abwehr
Killerzellen → greifen entsprechende Erreger an

Helferzellen

- Interferone-Viren
- Properdin – unspezifische. Abwehr (Viren, Bakterien)
- Abwehrenzyme
- anti-toxine Abwehr von pflanzlichen/tierischen Bakterien

kaskadenförmig, interagierende Protease

extreme Vielfalt an verschiedenen
spezialisierten Antikörper
z.B. das Komplement-System

- Antikörperbildung
- T-Lymphzytenthymus abhängig
- B-Lymphozyten darmabhängig (bursa fabricii)



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

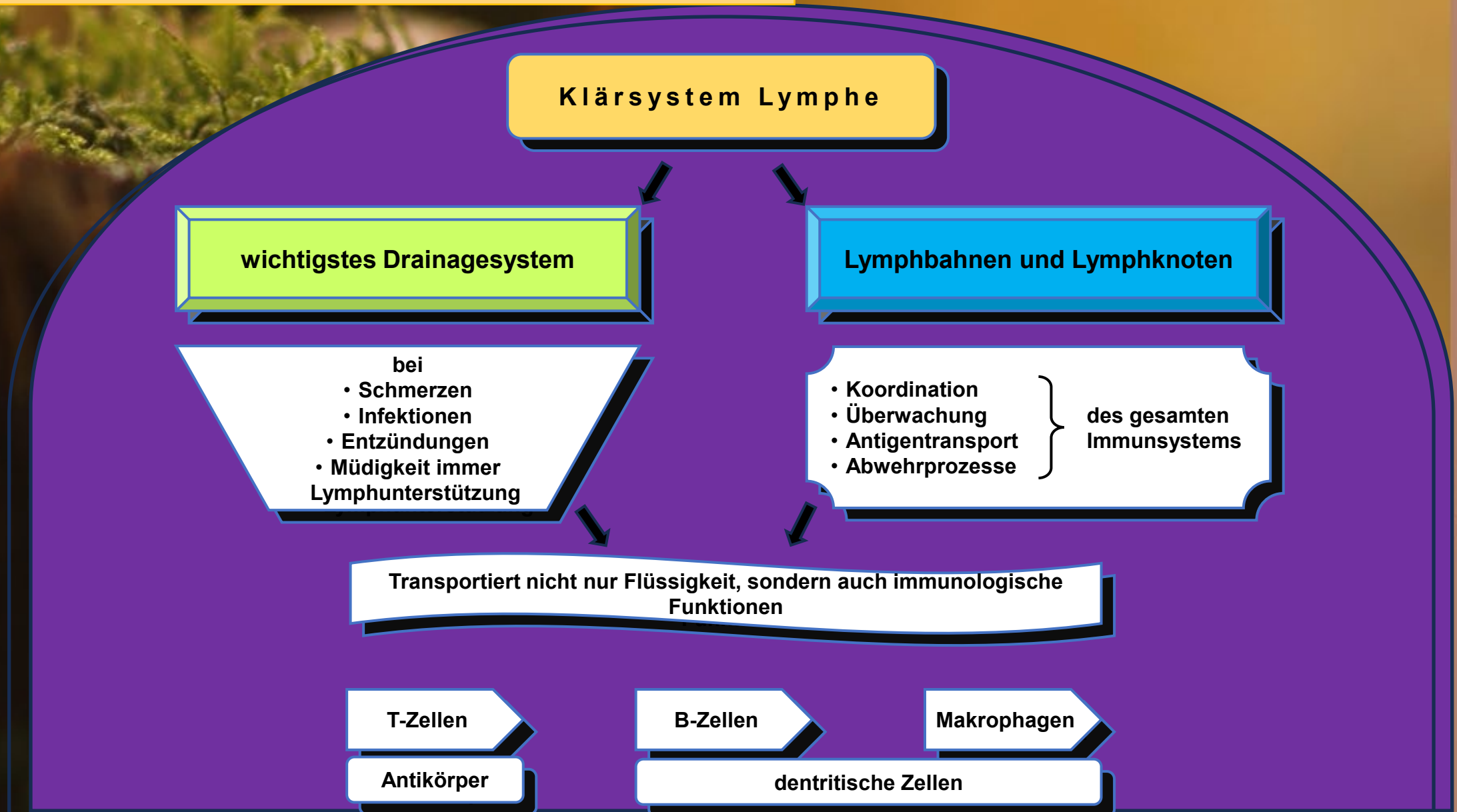
**Diese Faktoren
beeinträchtigen das
Lymphsystem (Auswahl)
und/oder wirken sich darauf
aus**

- Infektionen
- Allergien
- chronische Müdigkeit
- Schmerzen
- Schwellungen
- Unverträglichkeiten
- hormonelle Verschiebungen

- Bewegungsmangel
- Stress in jeder Form
- Zuckerkonsum
- Schlaf (zu wenig/zu viel)
- Sonnenlichtmangel

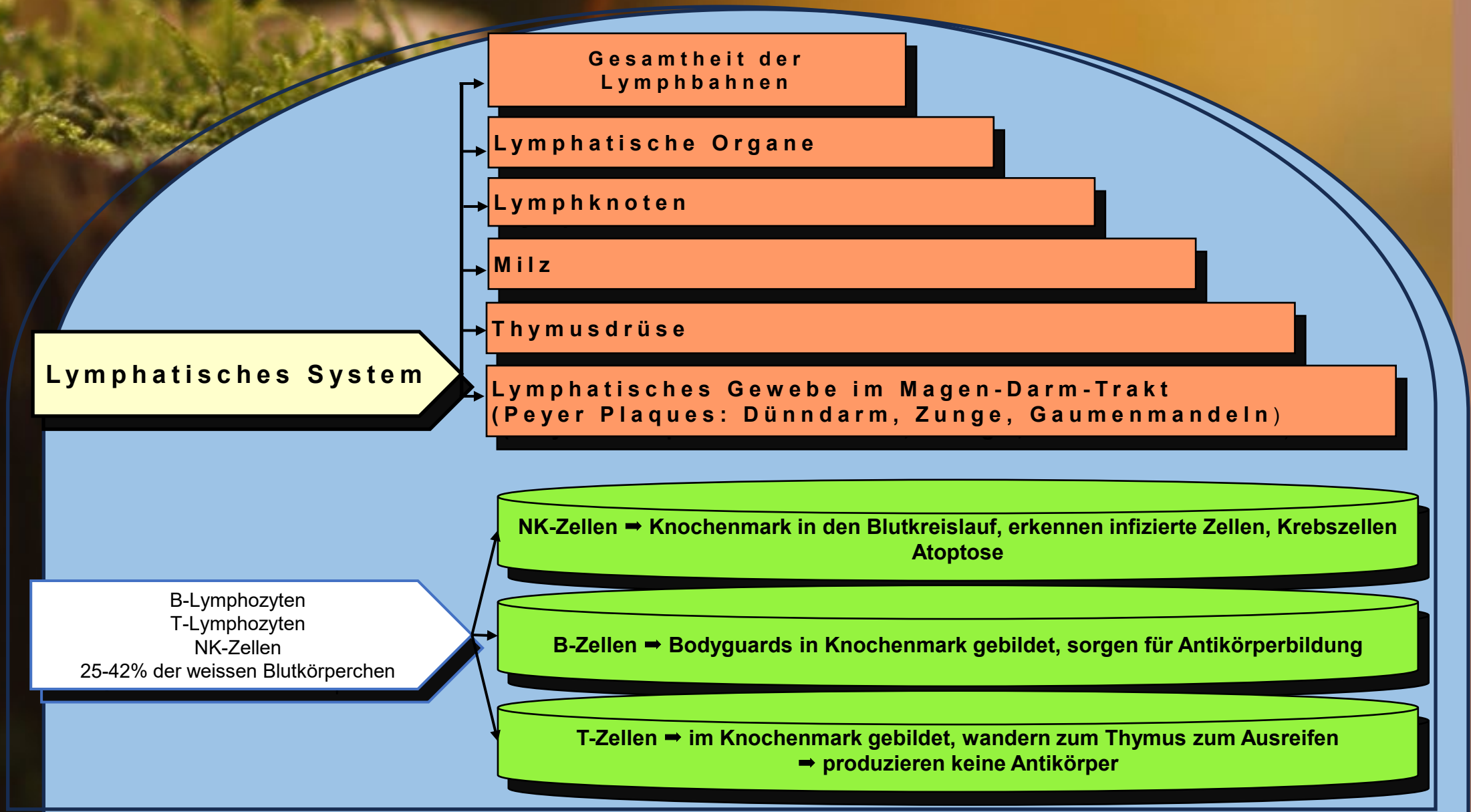
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

**Lympe:
woraus besteht sie?**

Lymphische Organe



- Produktion und Reifung der Immun-Zellen
- Knochenmark: Bildung aller Blut-Zellen inkl.
B-T-Vorläufer-Zellen
- Thymus: Reifung der T-Zellen

- sekundäre Lymphorgane, die
eigentliche Immunabwehr
- Milz: Blutfilter
- Peyer-Plaques (Dünndarm)
- Wurmfortsatz

**Entzündung hemmt das
Entgiftungssystem**

❖beeinträchtigen die Leberfunktion und die Funktion der Milz

**❖fördert oxydativen Stress (ROS) Bildung von toxischen Zwischenprodukten,
werden nicht mehr neutralisiert**

**❖führen zu einem Mangel an Co-Faktoren, toxische Zwischenprodukte werden nicht
mehr neutralisiert**

❖führen zu Nierenbelastungen Belastung toxische Toxine gelangen ins Blut

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Lymphflüssigkeit

- 17 – 20 Liter Flüssigkeit
- 13 – 15 Liter Gewebeflüssigkeit
- 3 Liter Blutplasma
- Flüssigkeit im Transzellulär-Raum

- Lympha: klares Wasser
- Farbe: je nach Körperregion
- Extremitäten: klar-farblos
- Bauchbereich: milchig-weiss-gelb

- Liquor (Nerven-Hirnwasser)
- Augenkammerwasser
- Flüssigkeit im Brustfell (Pleura)
- Flüssigkeit im Bauchraum (Peritoneum)
- Flüssigkeit im Urogenitaltrakt
- Flüssigkeit im Magen-Darm-Trakt
- Drüseninhalte

Lympe nimmt im Magen-Darm-Bereich kleinste Fettpartikel auf
(Chylos)



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Aufgaben und Funktionen des Lymphsystems

- Drainagefunktion
- Immunfunktion
 - Entgiftung
- Transportfunktion

• Lymphknoten: Filter und Entgiftungsstation, machen Schadstoffe unschädlich (Fresszellen, Lymphozyten)

Gefäße des Lymphsystems verlaufen parallel zu den Blutgefäßen

Lymphgefäße versorgen die Zellen mit Nährstoffen

in den Lymphsystem muss von aussen aktiviert werden, fliesst sehr langsam
1.5 – 2.5 Liter

gereinigte Lymphe fliesst (Blutkreislauf)

Lymphozyten werden in den Lymphknoten gebildet

Zellen lagern ihren Abfall an die Lymphe ab

Das Lymphsystem ...

**entsorgt die 'Lymphatische Last'
(kann nur über das Lymphsystem
abtransportiert werden)**

- sorgt dafür, dass wir keinen gefährlichen 'hypovolämischen' Schock erleiden
- erhöht seine Transportkapazität bei Entzündungen, Krankheiten, Verletzungen
→ Ödem und Schwellungen vermeiden

**oberflächliches
Lymphsystem**

Unterhautgewebe: verläuft überwiegend parallel zu den Venen

tiefes Lymphsystem

- Unterhalt der tiefen Faszien, leitet Lymphe aus Muskeln, Sehnen, Gelenken, Knochen und Nerven ab
- oft mit tiefen Arterien und Venen verbunden

Die 3 Vitalpilze fürs 'Lymphsystem'

Polyporus umbellatur



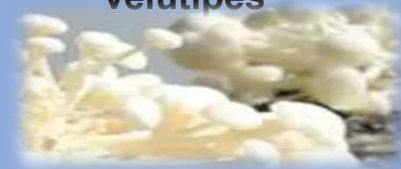
Entgiftung

• **Reishi /Ganoderma lucidum**



Entgiftung

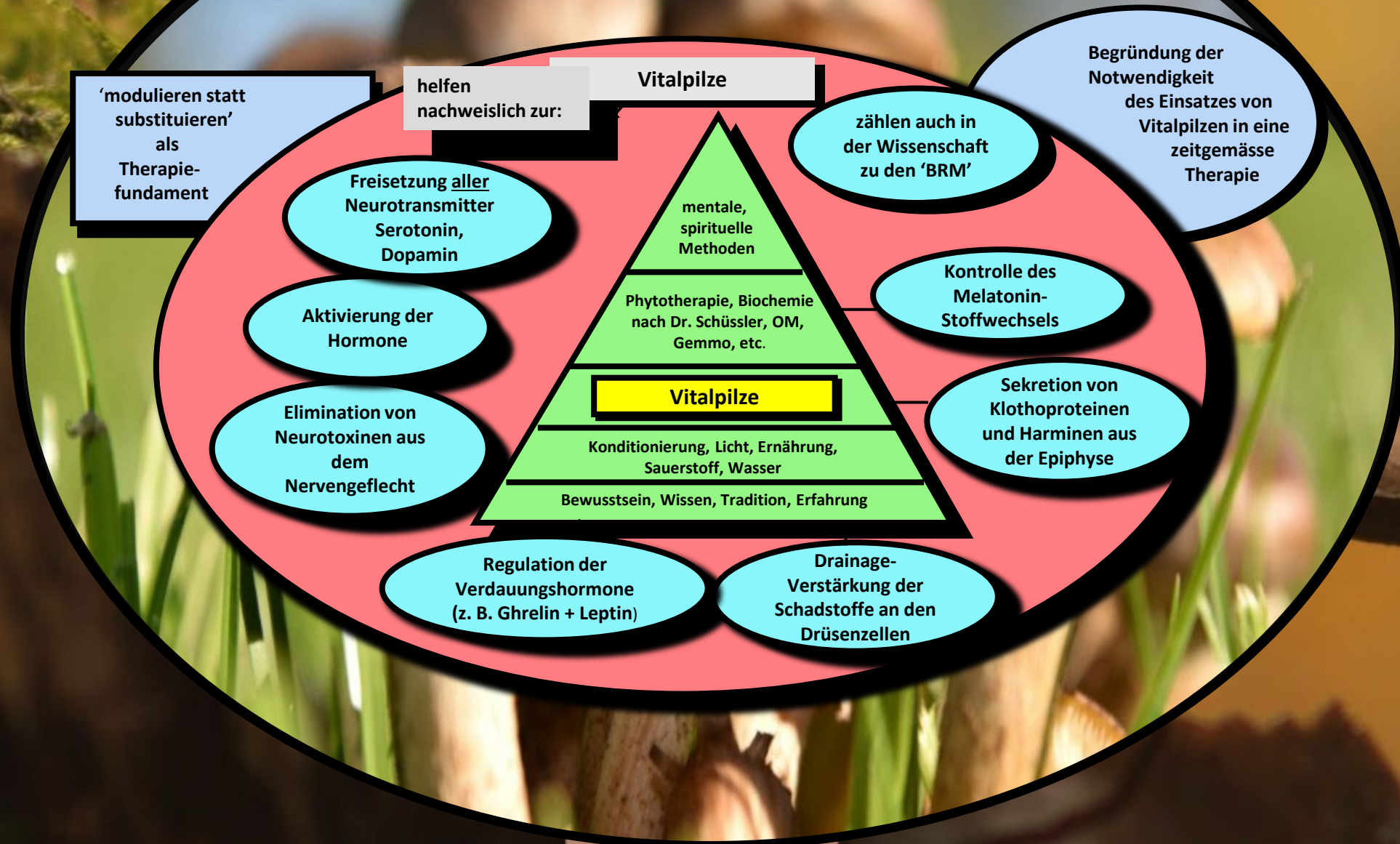
**Enoki / Flammulina
velutipes**



Lymphsystem

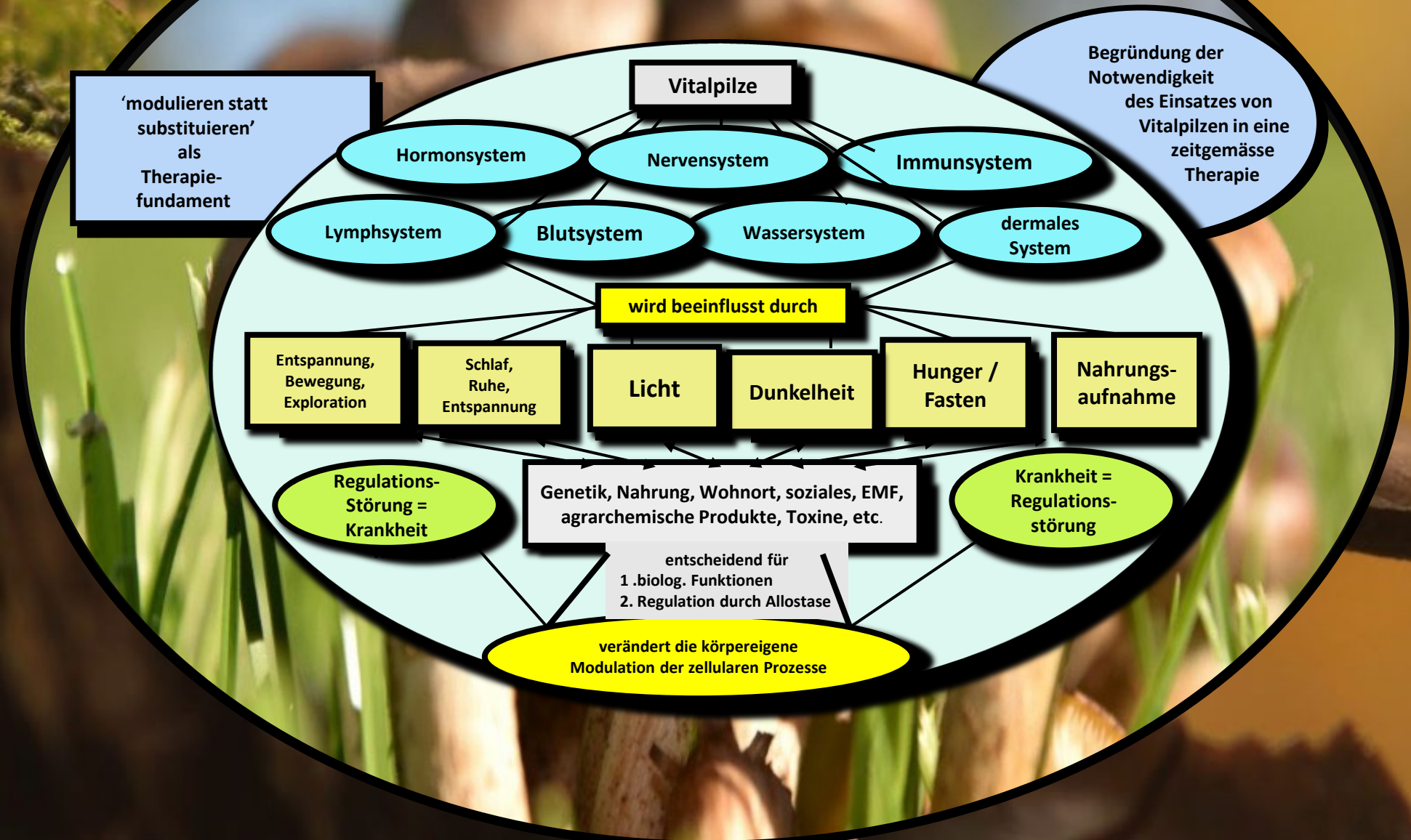
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



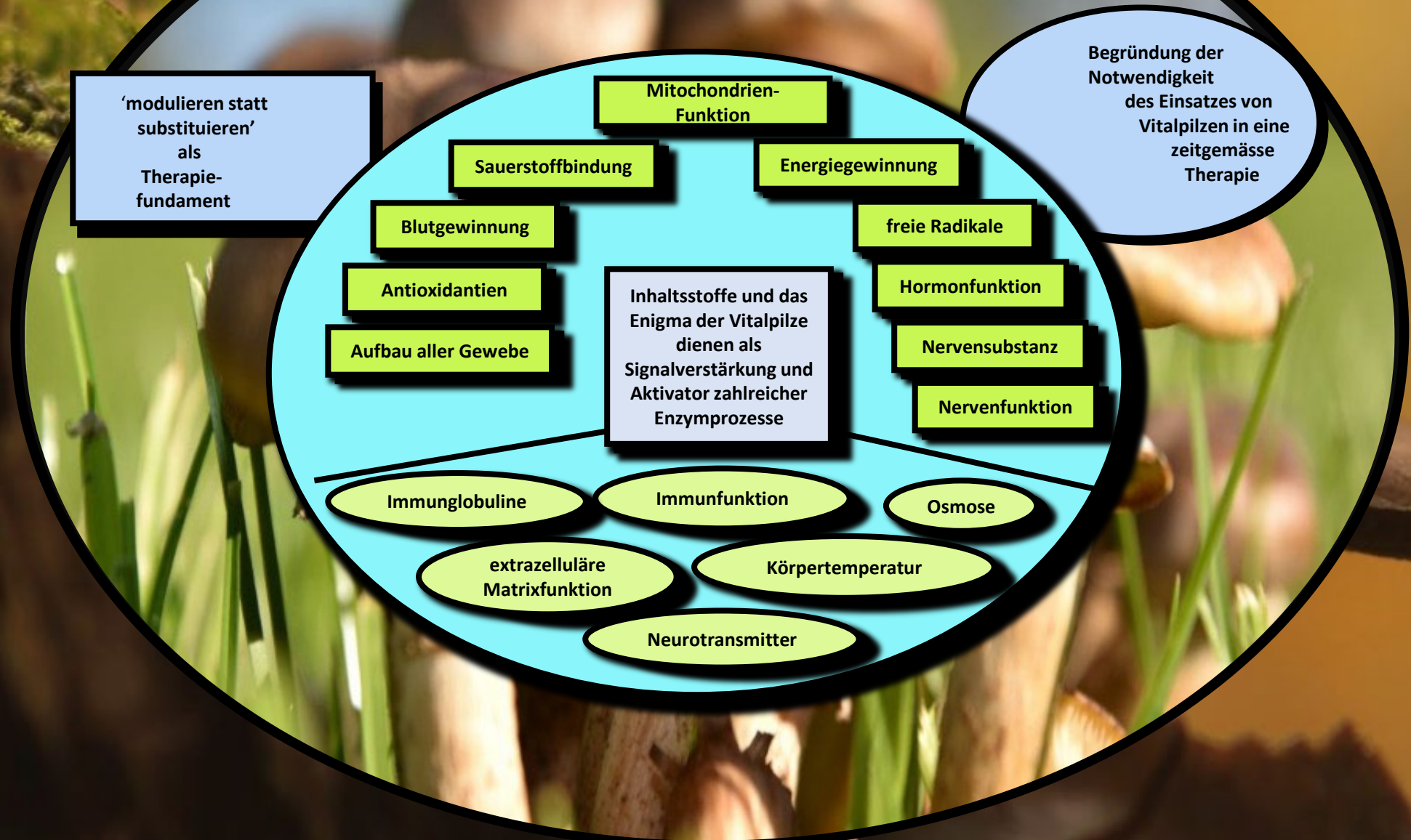
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

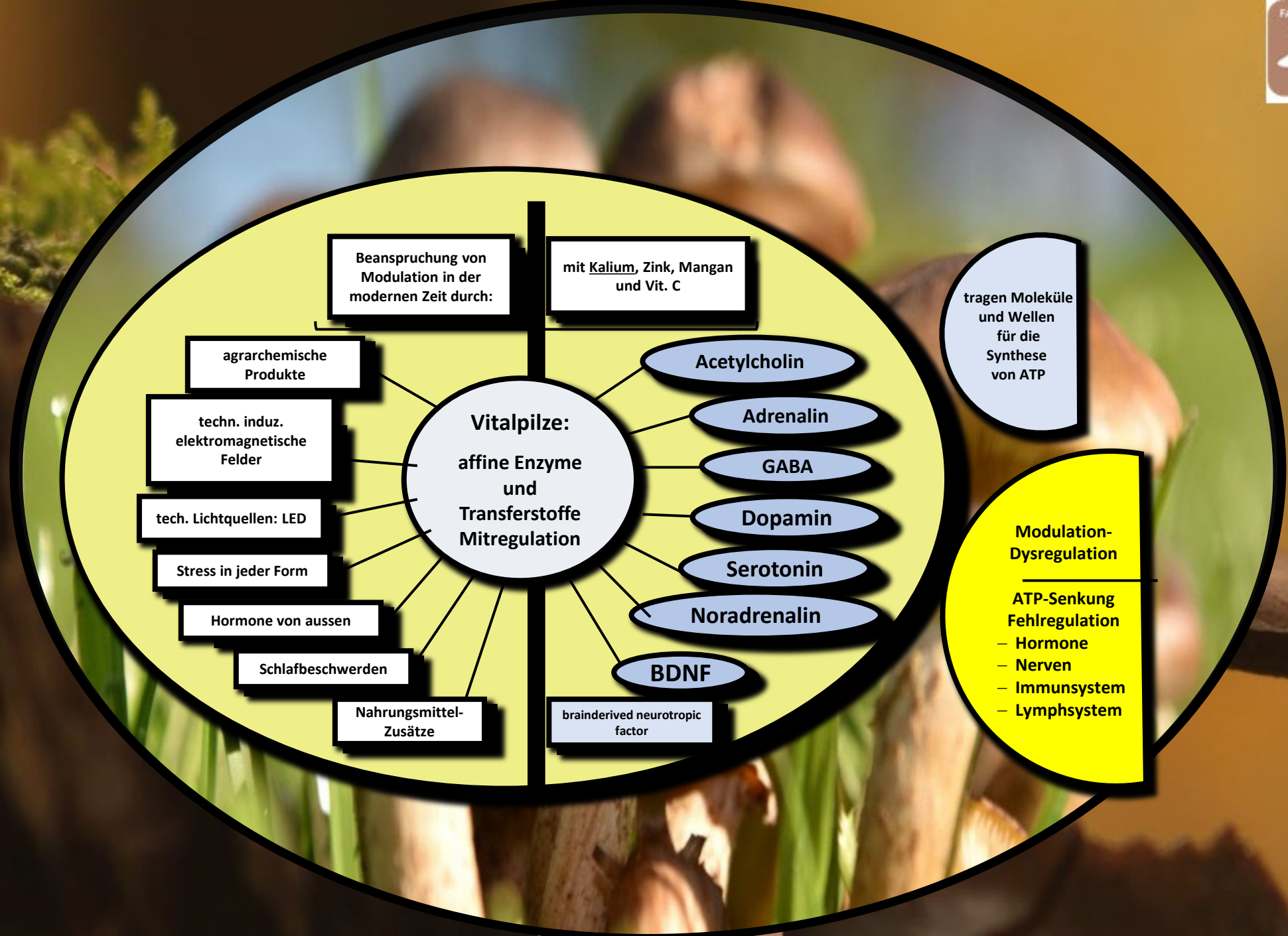
Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

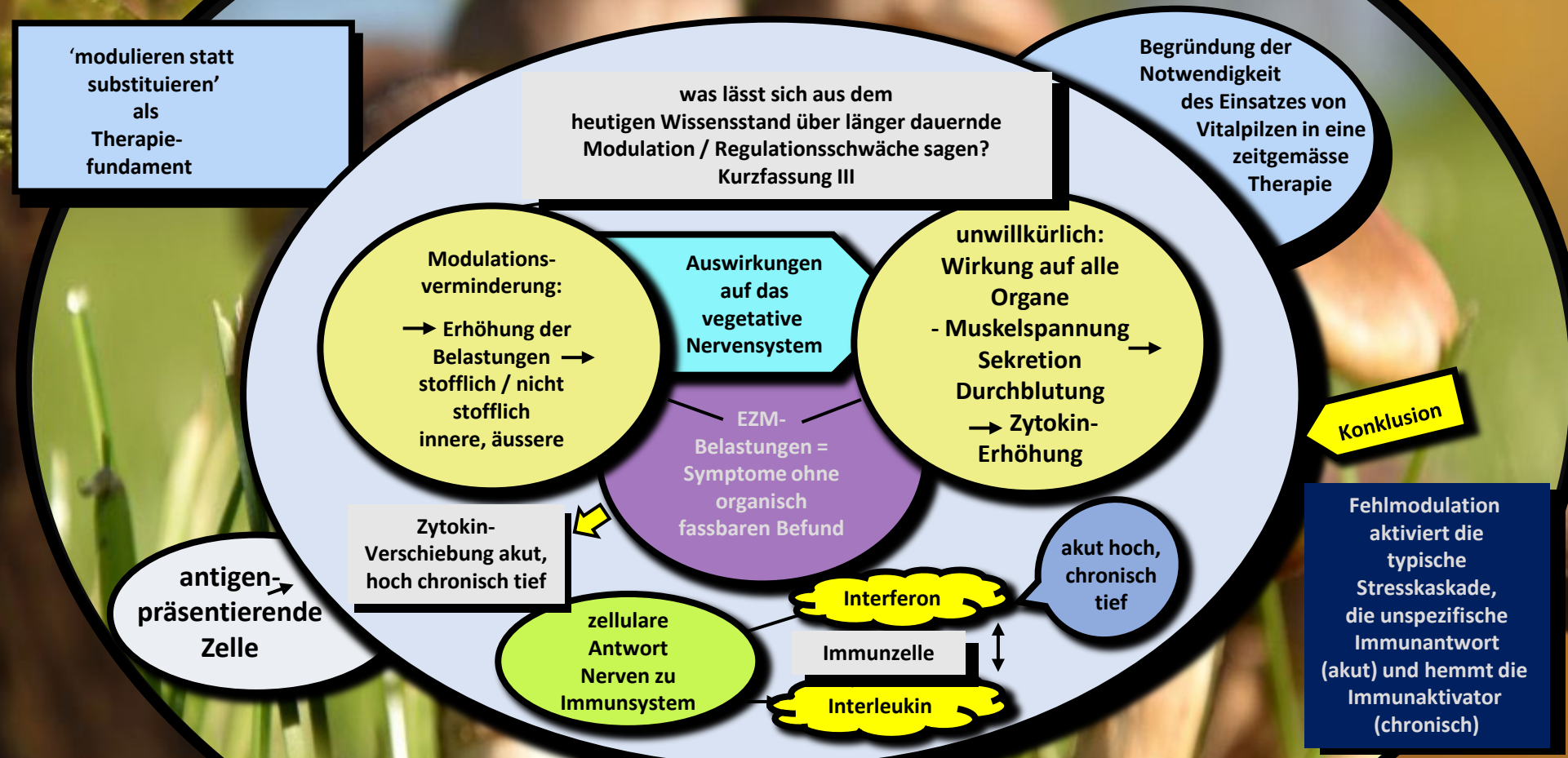
Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

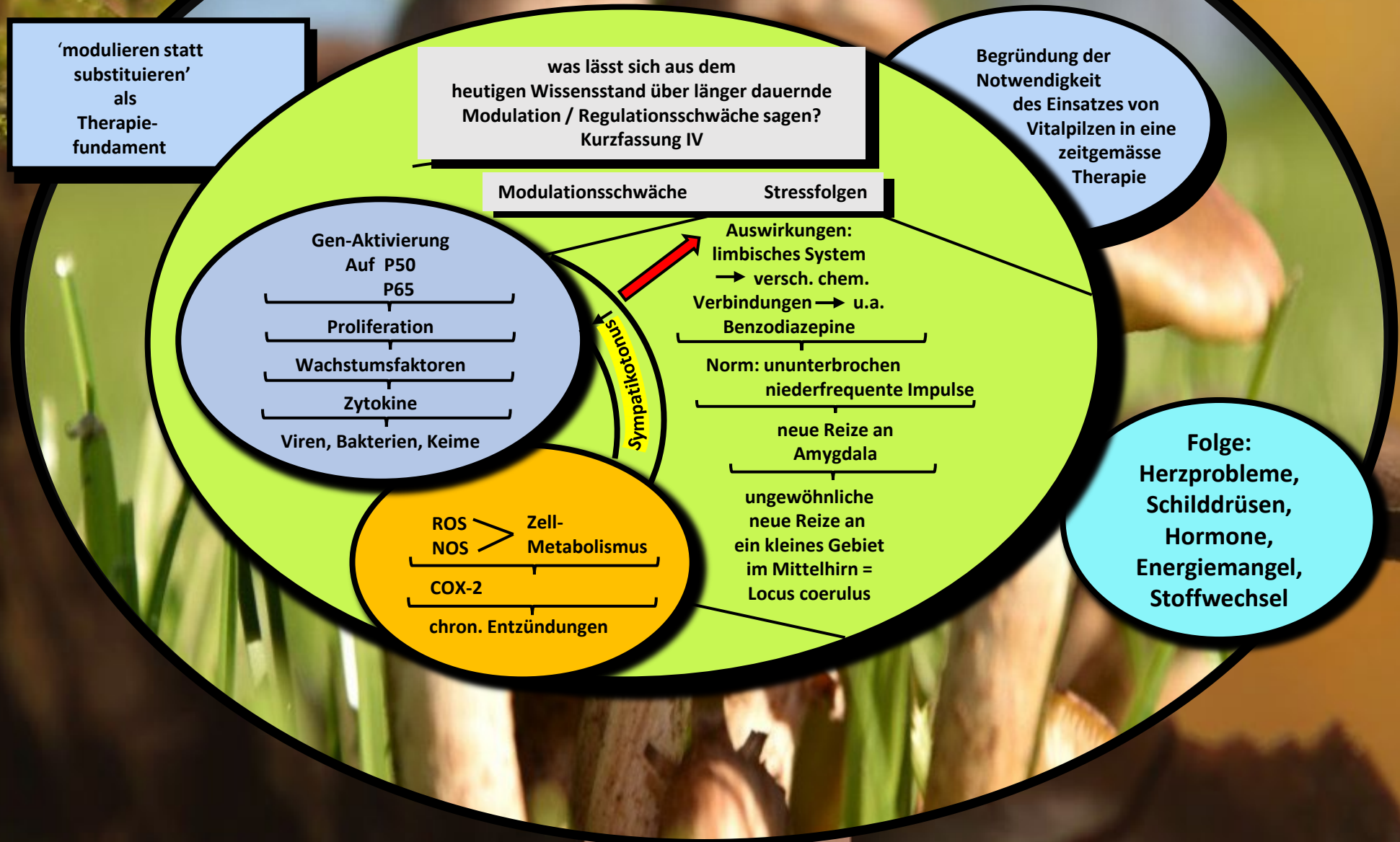




Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

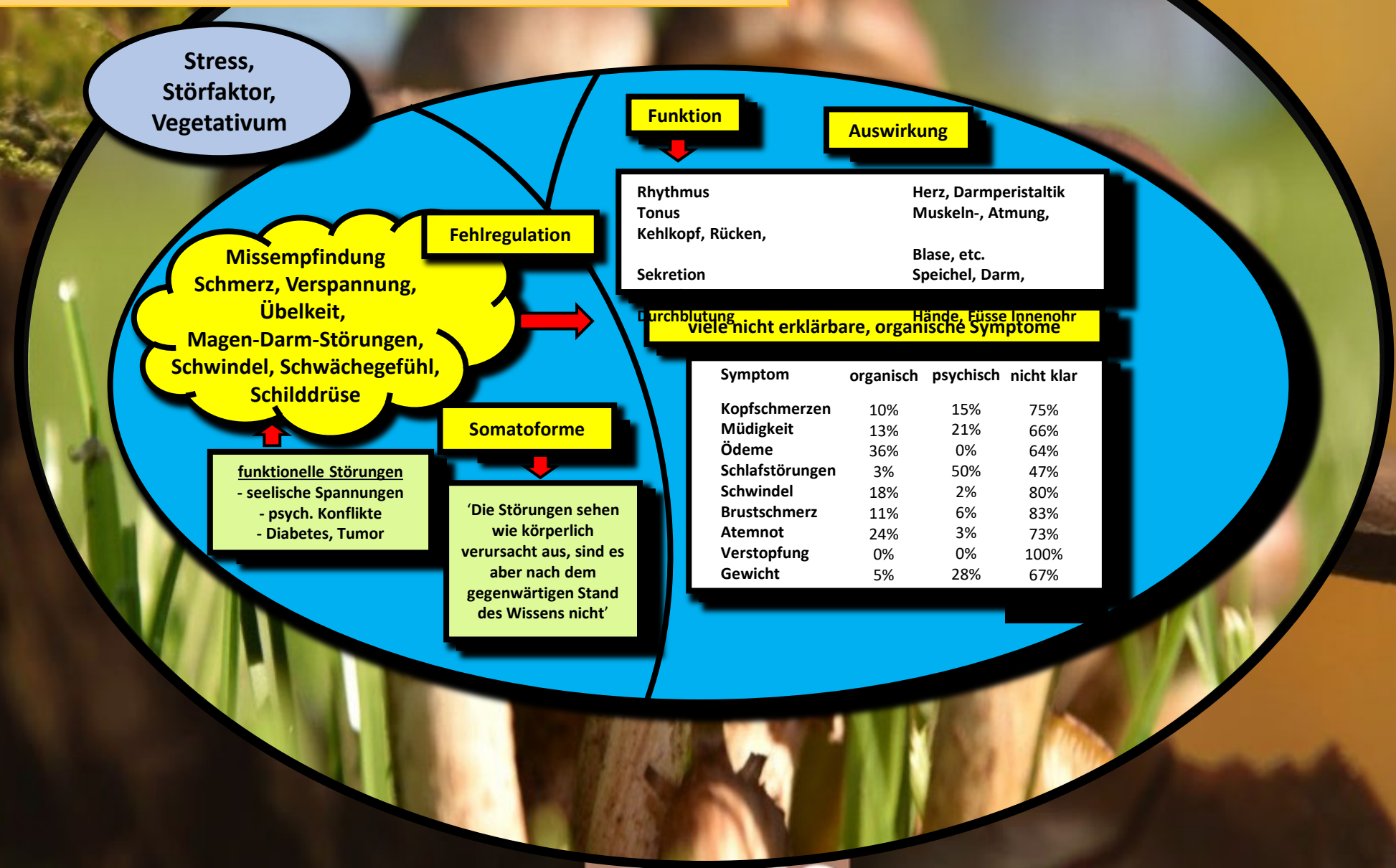
Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance





Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance



DIE VITALPILZE IM PORTRAIT

11. Polyporus

Umbellatus Eichhase



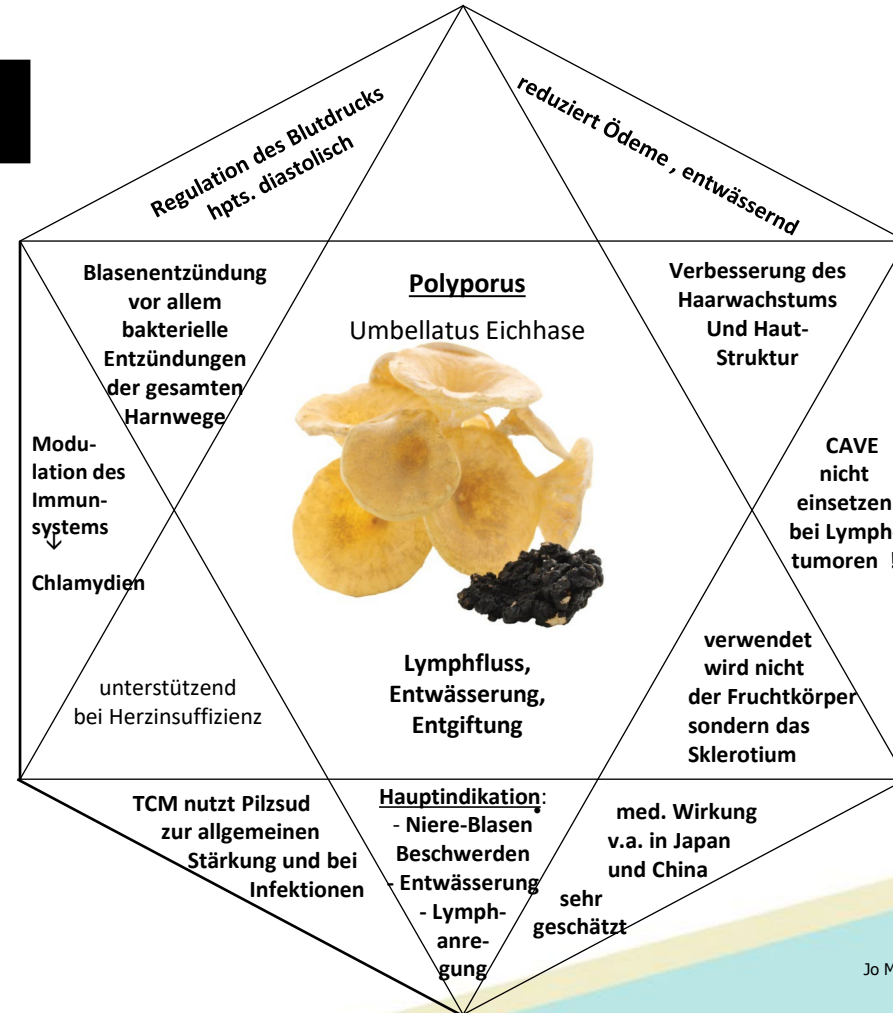
Lymphfluss,
Entwässerung,
Entgiftung

Polyporus Portrait

Vitalpilz
Polyporus Umbellatus

wichtigste Anwendungsgebiete:

- stark entwässernd
- Herz-Nierenschwäche
Wiederaufbau des Immunsystems nach Chemotherapie und operativen Eingriffen
- allgemein zur Behandlung von Chlamydien-Infektionen
- Haarausfall, Haarwachstumsstörungen (infolge Lymph- und Immunproblemen)



Inhaltsstoffe:

Polysacchride
Proteoglycane
Beta-Glucane
Ergosterole
Cerebroside
B-Vitamine
Kalium!!!
Calcium
Eisen
Mangan
Kupfer
Zink
Triterpene
Polyporussterone
u.a.

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait

Vitalpilz Polyporus

Infektion des Urogenitaltrakts

- antibiotischer Effekt allgemein
- gezielte Bekämpfung der Erreger insbesondere auch der Chlamydien-Infektionen

Zystitis
Harnleiter,
Harnröhre-Infekte,
Niereninsuffizienz
Nierenentzündung,
Nierenbeckenentzündung
Harnverhalten

Wirkstoffkombination des Polyporus ermöglicht:
→ erhöhte Urinproduktion
→ Wasser-Natrium-Chlorid-Regul.
Toxinausscheidung aber KEINE Steigerung der Kaliumausscheidung
→ keine negative Folgen auf Nerven, Muskeln, Herzgefäß-funktionen
Polyporus fördert die Produktion von Immunglobuline und stimuliert die Funktion von Monozyten und Makrophagen
→ Zerstörung körperfremden Strukturen
→ Mikroorganismen, Bakterien, Viren, Chlamydien
Polysaccharide des Polyporus: wirksam leberschützend: rascherer Abbau von Zellgiften durch Infektionen

Arzt

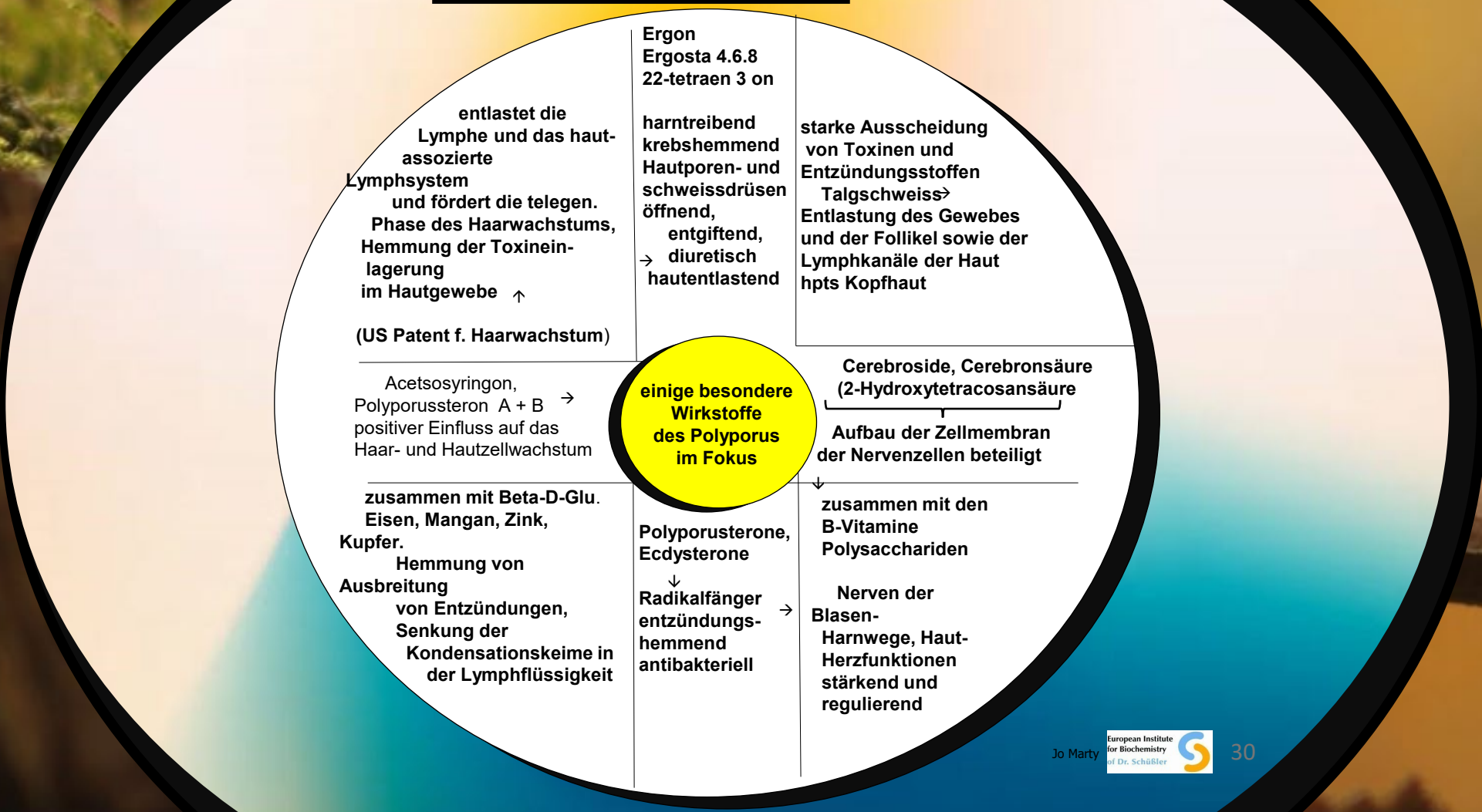
Polyporus als
→ Diuretika:
verschiedene Inhaltsstoffe insbesondere Ergon (Ergostatetraenon)

Aldosteron-Antagonist
→ Rückresorption von Natrium und die Ausscheidung von Kalium

durch Hemmung der Aldosteron Aktivität = umgekehrter Effekt → erhöhte Wasserausscheidung ohne Kaliumverlust !

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait



Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne

Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Polyporus Portrait

Mykotherapie/Vitalpilze

Vitalpilz Polyporus in Bezug auf Ödeme

Volumenregulation der Körperflüssigkeiten

Die physiologische Verteilung der Osmosegegebenheiten zwischen dem Innern und dem Äussern der Zelle hängt wesentlich von der Konzentration der Na⁺-Ionen ab

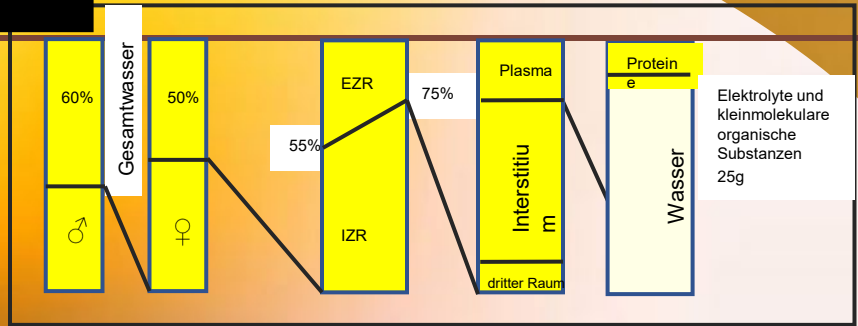
Enge Grenze durch hormonelle, enzymatische, komplexe Mechanismen

ADH, Nieren etc.

Regulation des Plasmavolumens

Die Plasmaosmolarität wird extrem stark durch Natrium-Konzentration bestimmt

hydrostatischer Druck → Flüssigkeitsübertritt → Entgegenwirkung der Plasmaproteine bes. Albumin



- Reservoir an Enzymaktivität
 - Immunarbeit
 - Transporter für niedermolekulare Substanzen → z.B. Steroidhormone
- ↑
- Plasmaproteine
- ↑

- Beispiele:**
- Albumine → Regulation des Plasmadrucks
 - Ferritin (!) → Speichereisen, akute Phase Protein
 - Fibrinogen → Gerinnungsfaktor I
 - Hepatoglobulin → Transport von freiem Hämoglobin
 - IgA, IgD, IgE, IgM
 - Transferrin → Transport von Eisen
 - Vit. D → bindendes Protein, Transport

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait

- Angiotensin-converting-Enzym: Endothelzellen
- Renin als Präprotein aus Nebennieren

Renin-Angiotensin-Aldosteron-System = RAAS

Aufrechterhaltung des Blutvolumens
↳ Reagiert auf Salz- und Wasserverlust
↳ Regulatoren: arterieller Blutdruck
renale Durchblutung

Erbrechen
Schwitzen
Blutungen
Diarrhöe

Wirkung von Aldosteron

Angiotensinogen aus Leber

wirkt über Mineralocorticoidrezeptoren
↓
öffnet Na⁺ Kanal und vermittelt Na⁺-Einstrom in die renalen Epithelzellen
↳ auch durch Aldosteron → höherer Na⁺ Export aus Epithelzellen → Rücktransport in das Plasma

Wirkstoff – Kombination des Vitalpilzes Polyporus

Angiotensin II stimuliert Aldosteron-Synthese intrazellulärer Ca⁺⁺-Anstieg und K⁺ im Plasma
ph durch Na⁺ mitgeregelt

Aldosteron

Natriuretische Peptide

↳ arteriale ANP / BMP und CNP bewirken Natriurese, Diurese, Vasorelaxation

v.a. im rechten Vorhof des Herzens gebildet bei erhöhtem Druck freigesetzt
→ Herzwanddehnung
BMP → im Ventrikel → Druckerhöhung
CNP → im Gehirn gebildet

Salzausscheidung

aus Nebennierenrinde

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait

Vitalpilz Polyporus

Elektrolyte:
Dynamik durch Niere / Haut

Kalium /Natrium
Zink, Kupfer, Sterole

Enzymaktivität

extrem wichtig für
Druckmose
Lymphe, Liquor,
Niere, Blutleistung,
Haut

wissenschaftliche Arbeiten bestätigen:

Unterstützung der
Nierenfunktionen

Ödem-
Verhinderung

ödem-
protektiv

Wasserhaushalt

Steuerung von
Volumenarität,
Osmolarität von Blut,
Lymphe

Zellnutrition,
Funktion, EZM etc.

Herzfunktion,
Blutdruck,
Blutviskosität

Urin-Herstellung
und Ausscheidung

Entgiftung, Erhöhung der
Toxinausscheidung durch
die Nieren

Rückresorption
wertvoller Substanzen

RAAS

Ödemabbau bei
bestehenden
Ödemen

Regulation des
Wasserhaushaltes

Hormonregulation
→ BLUTDRUCK++

pH-Wert-Regulation

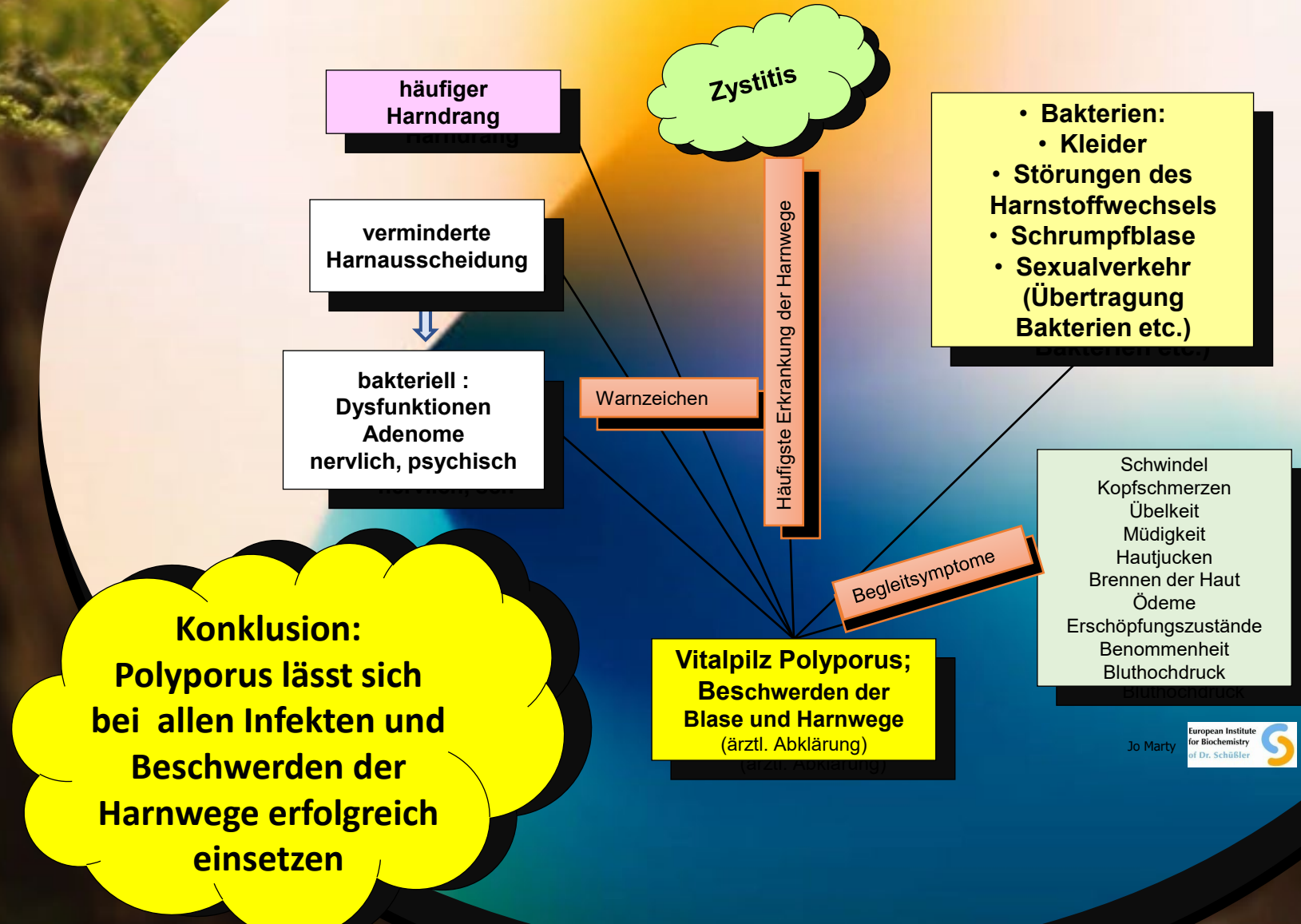
adiuretische, antidiuretische Hormone
→ Blut Volumen Druck; Aldosteron etc.

Brain-type natriuretische Peptide etc.

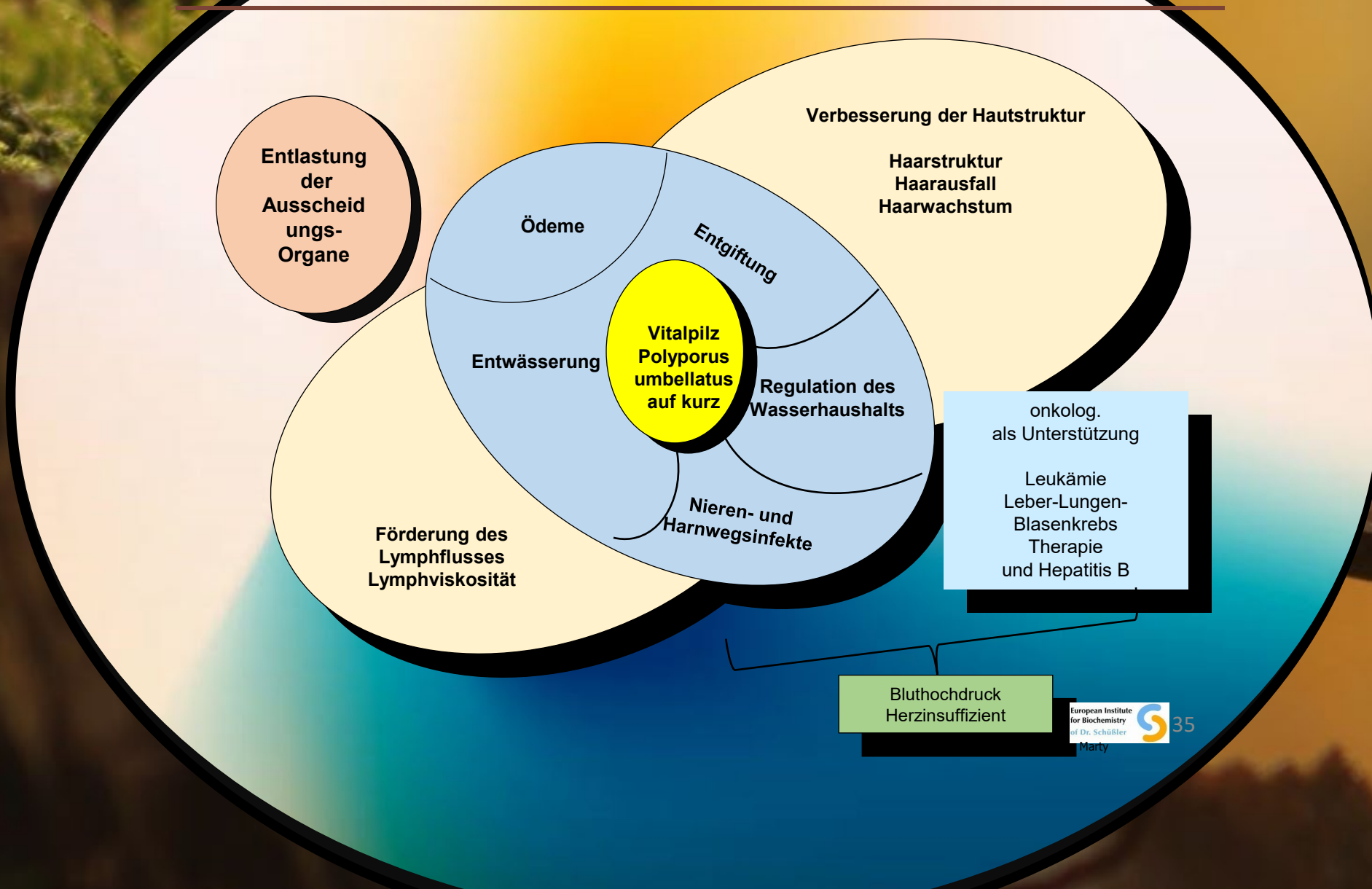
Konklusion:
Polyporus steuert den
Wasserhaushalt mit ,
wirkt gegen Ödeme und
entlastet die Gewebe

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait



Polyporus Portrait



Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Portrait

Vitalpilz Polyporus umbellus

bewährte
Kombinationen
mit anderen
Vitalpilzen

Therapie
bakterieller
Infekte:
Coriolus
Cordyceps
Reishi

Förderung der
Entwässerung:
Reishi

Modulation des
Immunsystems
Reishi
Agaricus
Shiitake

Regulation
des
Blutdrucks:
Reishi
Shiitake
Maitake
Auricularia

als Unterstützung
bei
Krebsbehandlung:
alle
Kombinationen
möglich

Verbesserung von
Haut, Haar:
Reishi
Hericium
Cordyceps

Mykotherapie/Vitalpilze

Polyporus Dosierung

Vitalpilz
Polyporus
umbellus

Bei Haarausfall
Pulver und Extrakt
wählen
mind. 8 Wochen
Einnahmezeit

Einnahmezeit

Dosierungsempfehlung

Pulver / Kapseln
2 x 2 bis 2 x 2 Kps./tgl.

bei Dauereinnahme
1 Tag Pause pro Woche

Dosierungsempfehlung

bei Extrakten
2 x 2 bis 3 x 2 Kps./tgl.

Mischung Extrakt und
Pulver
3 x 3 Kps./tgl.

Vorsicht
bei gleichzeitiger Einnahme von
Aldosteron-Antagonisten oder Diuretika

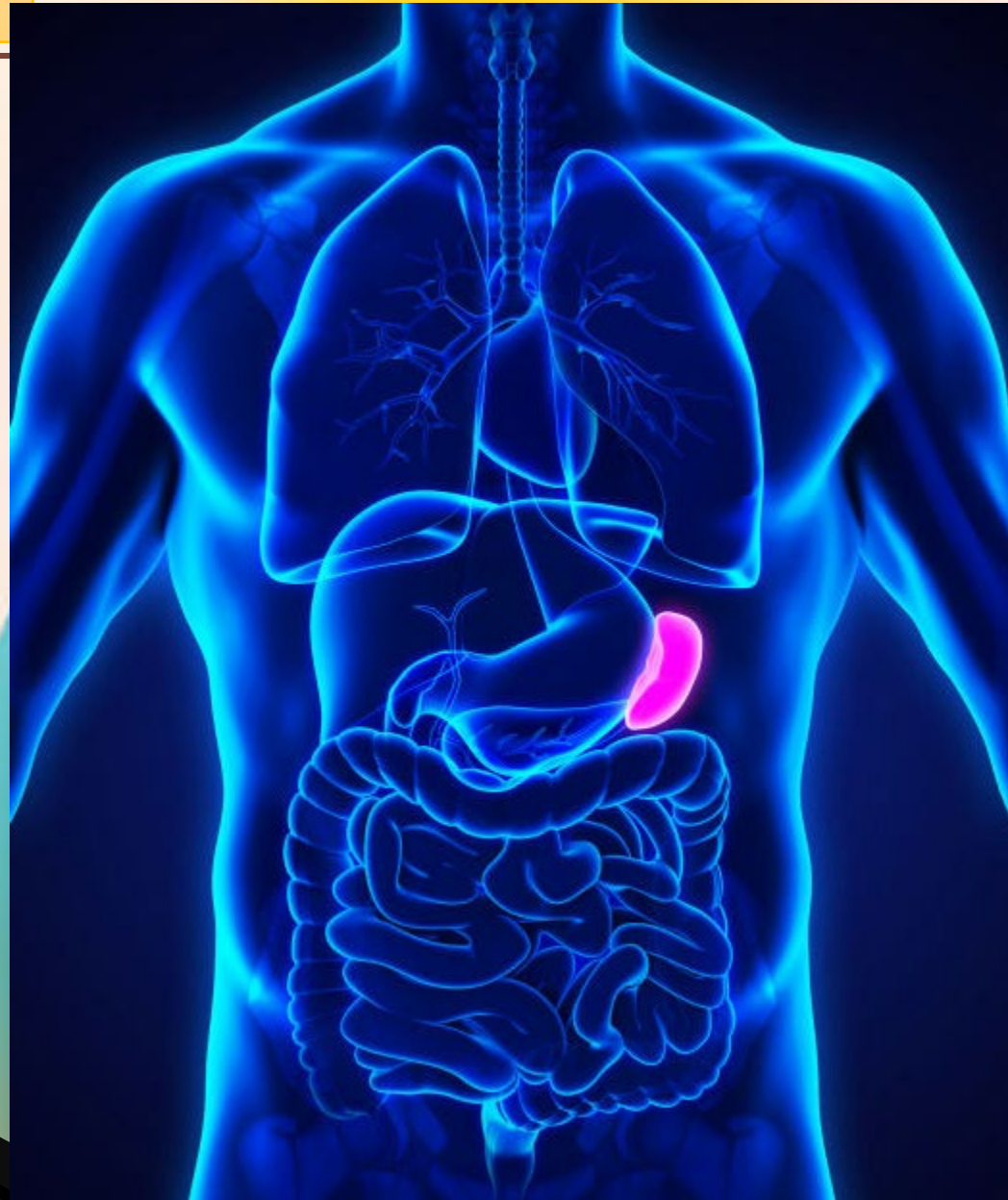
Aldosteron-Antagonisten oder Diuretika

Polyporus umbellatus Ästiger Porling, Eichhase

- antioxidativ, Modulation Immunsystem, Lymphtätigkeit
- entwässernd (bei Cellulite, Ödemen, Nierenproblemen,...)
- blutdrucksenkend, Herzfunktionsunterstützend
- Synergismus mit Reishi und Maitake
- Haarwachstumsfördernd, reich an Vitalstoffen
- Augendruck senkend
- **Besonderheit: «Wasserpilz»**



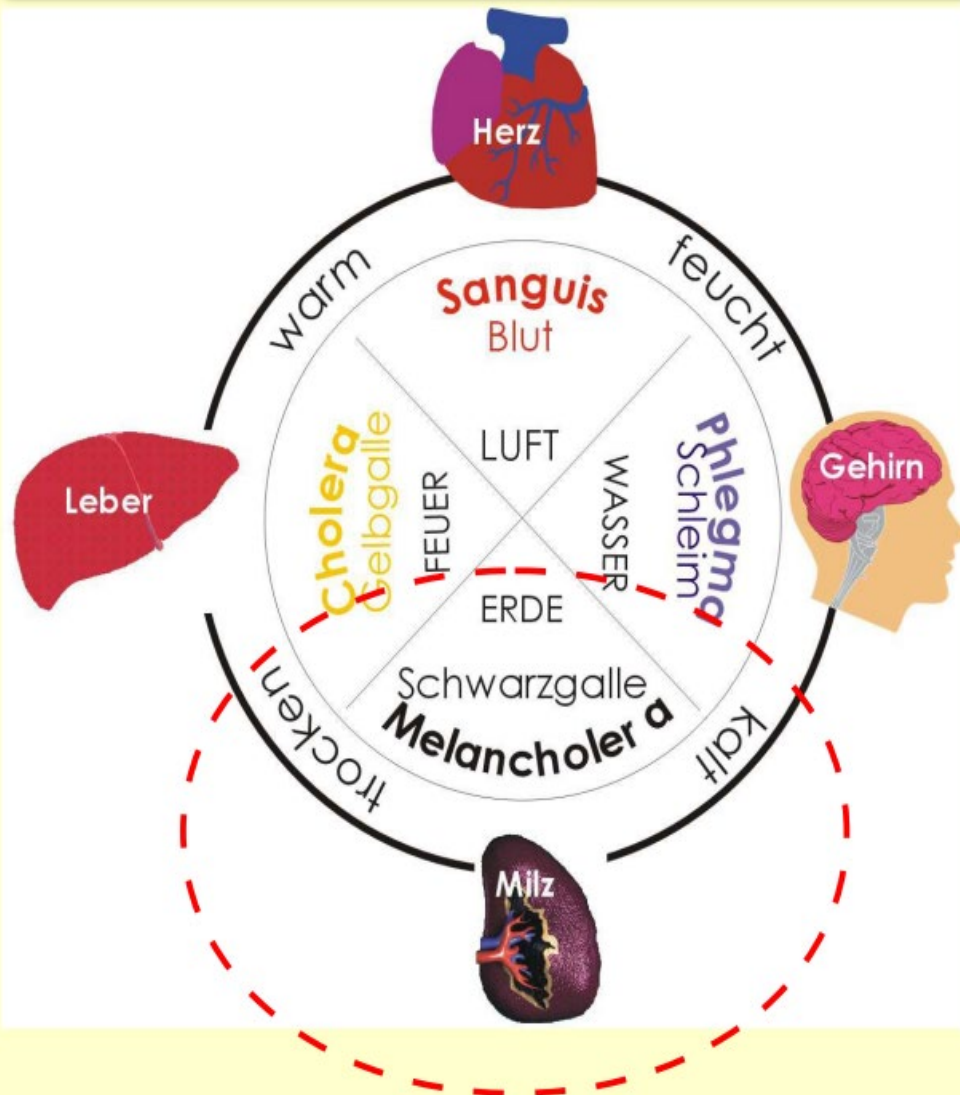
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft
Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen
vom Stau zur Balance





Milz in der „TEN“: kurze Hinweise

Humoralmedizin: die sog. Kardinalssäfte



TEN:

anerkannt:
Speicherorgan für
Erythrozyten und
Leukozyten:
schnelle Freisetzung
(bei Bedarf)

TEN spezifisch:

Verteilung der
physiologischen
Feuchtigkeit im
Organismus;
Regulierung der
nährenden Säfte

Elimination alter
Erythrozyten
(Aufrechterhaltung
der Blutqualität)

Abscheidung der
„Melancholera“
aus dem Blut:
zur Elimination über
den Magen-Darm-
Trakt

Immunbeitrag:
Bildung und
Speicherung von
Lymphozyten,
Produktion von
humoralen
Antikörper
(Immunglobuline)
(Phagozytose)

Regulation der
abdominalen
Blutverteilung bes.
im Pfortadersystem
(wichtige
Zusammenarbeit mit
der Leber)

**Melancholera blockiert auch das Ansprechen
auf Therapiemaßnahmen**

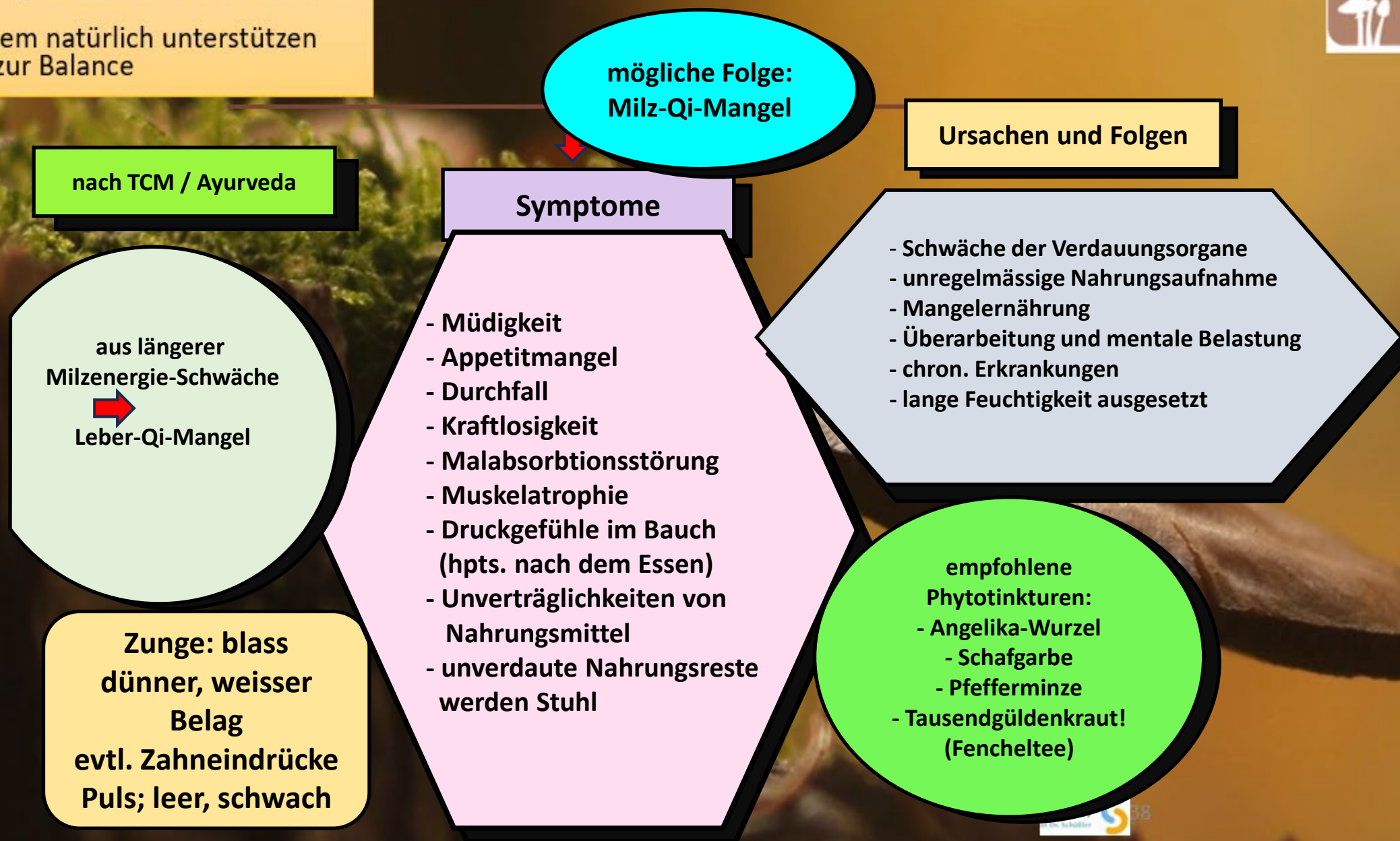
**Insuffizienz der
Melancholera-Elimination:
Verbreitung des
schwarzgalligen Prinzips im
Organismus :**

„Blockierung“ aller
Vitalfunktionen:
Metabolismus,
fiebrige Abwehrprozesse,
Regulations- und
Adaptionskompetenz,
psychische Agilität

schwache Heilungsreaktionen,
Degeneration,
Elastizitätsverlust,
Kristallisation,
Depression,
Beeinträchtigung der
Konzentration, des Denkens,
des Lernens etc

charakteristische Symptome:
Depression, Motivationslosigkeit,
chronische, trockene Katarrhe,
chronische Ekzeme,
chron. Gelenk und
Wirbelbeschwerden,
Nieren-, Gallen-, Speichelsteine,
Fibrosen, Zirrhen





TAUSENDGÜLDENKRAUT
CENTAURIUM ERYTHRAEA

Zunge:
geschwollen,
Zahneindrücke,
blasse Lippen

durch:

- feuchte, kalte Umgebung
- zu viel Rohkost
- Bluthochdruck-Mittel
- Psychopharmaka
- stark ausleitende Therapien
- Milchprodukte → Käse
- Stress in jeder Form

'Milz-Yang-
Mangel'

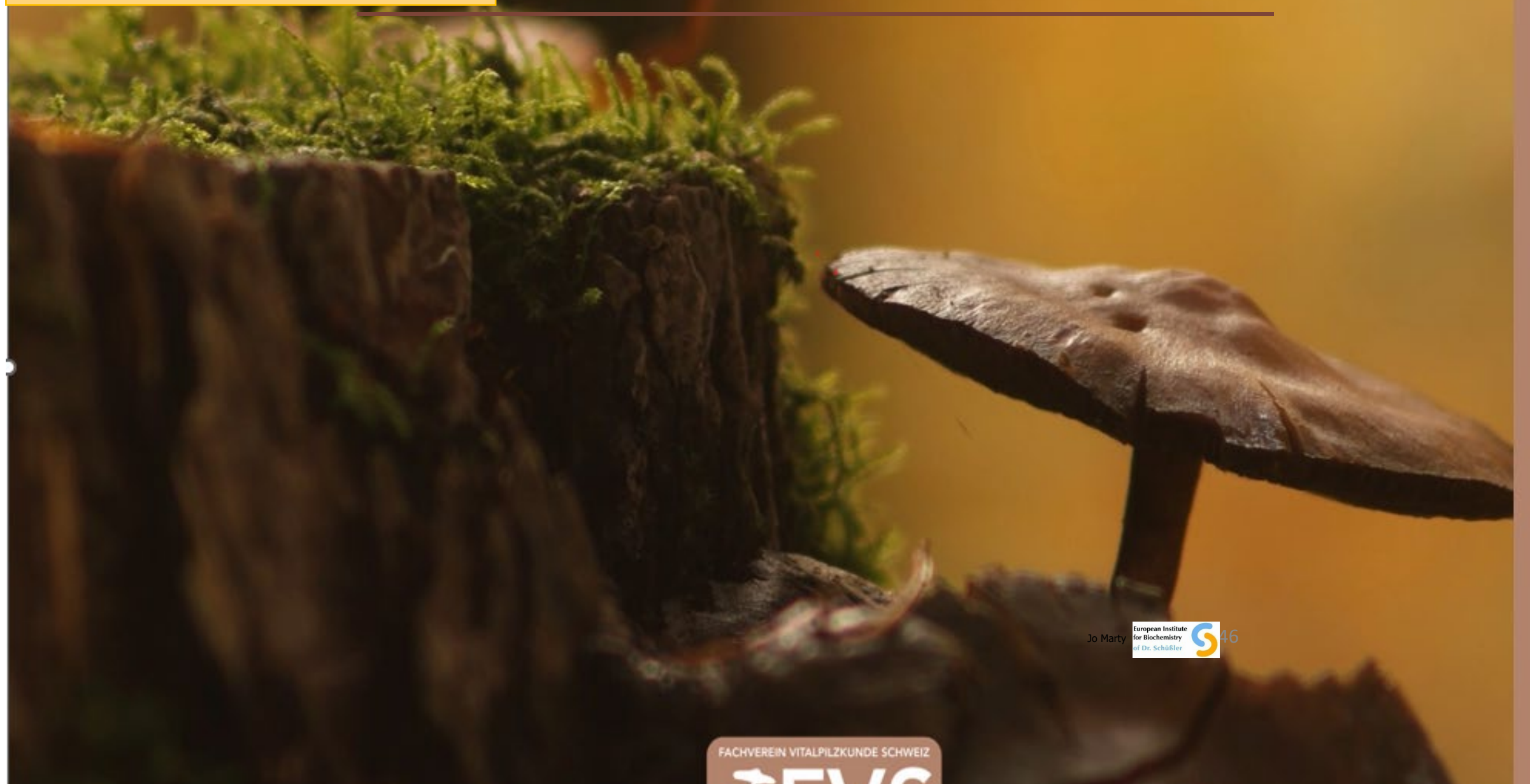
- Fenchelfrüchte
- Ingwerwurzel
- Süssholzwurzel
- Tausendgüldenkraut

Symptome

wie bei Milz-Qi-Mangel → zusätzlich

- Abneigung gegen Kälte
- Kälteempfindung
- Grübeln, evtl. Nörgeln
- Neigung zu Ödemen
- Pilzerkrankungen
- Heisshunger nach Süßem, hoher Bedarf nach Süßem
- Völlegefühle
(Wärmeanwendungen besser)





Vitalpilz Enoki

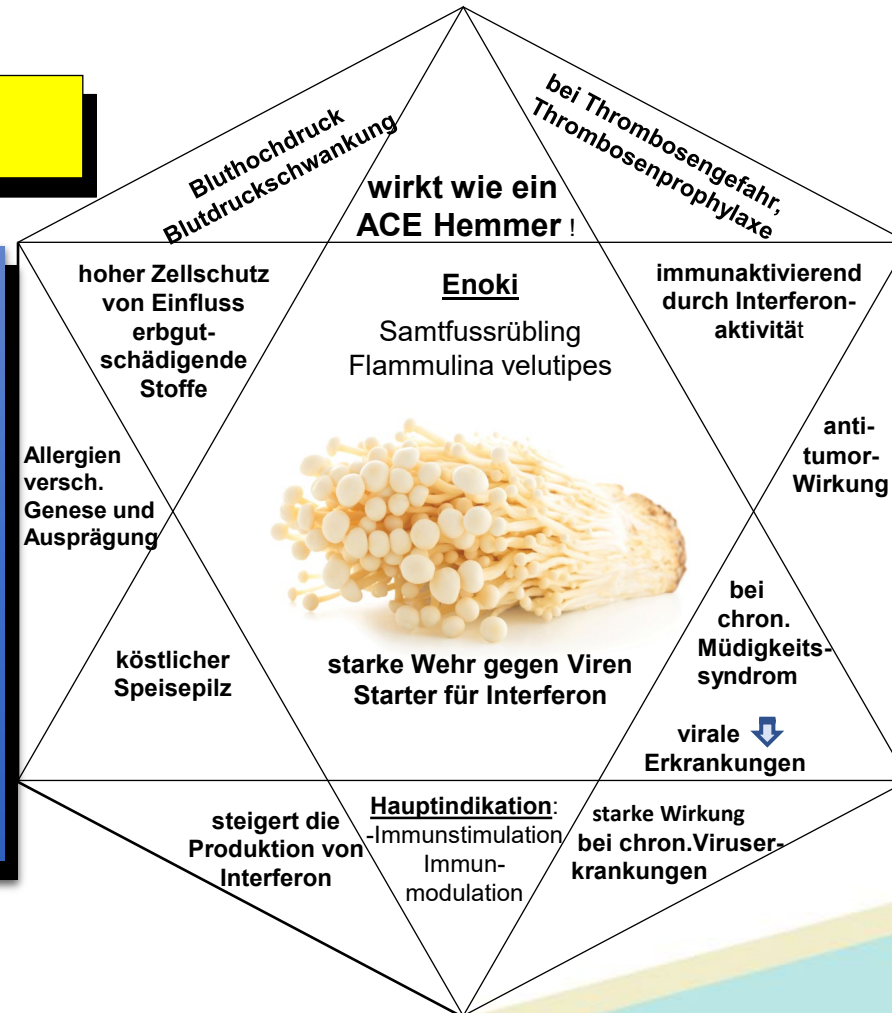


**Vitalpilz
Enoki**

wichtigste
Anwendungsgebiete:

- Herz-Kreislauf-
beschwerden
- Thrombosen-
behandlung
- Thrombosen-
verhinderung
- Nahrungsmittel-
allergien
- Müdigkeit
- Erschöpfung
- antitumoröse

Wirkung nach Chemo-
und Strahlentherapie



Inhaltsstoffe:

sehr hoher Gehalt an
Polysacchariden

- antitumor-Wirkung
Flammingvelin →
antiviral
- Protein FIP fve →
Aktivator von
Interferon
- Triterpene
Enokipin →
antimikrobielle
Wirkung
- B-Vitamine
beta-Glucane
versch. Sterole

Enoki: einige Wirkstoffe



**Kombination
Niacin, Trehalose
Arabinol, Mannitol
Flammutoxin in
Verbindung in
Polysacchariden**

**Alkohol-
Dehydrogenase
mit Enokipokine**

**Cuparene
Sesquiterpene**

Enoki Portrait

Vitalpilz Enoki

einige Wirkstoffe
im knappen Porträt

Kombination

Niacin, Trehalose
Arabinol, Mannitol

Flammutoxin
(giftig) in Kombination mit
Polysacchariden, jedoch wirksam
im Bezug auf :

Alkohol-
Dehydrogenase
in Kombination mit
Enokipodine

Cuparene,
Sesquiterpene

ATP-steigernd, antioxidativ, antiviral,
durchblutungsfördernd, Blutviskosität mit-
regulierend, Schleimhaut schützend

Calcium-Ionen-Konzentration vermindert
→ (Herz-Gefäße) Reduktion der Ribosomen-
tätigkeit → Hemmung des Zellwachstums
von Tumorzellen und Immunmodula-
tion, Hemmung von Viren
und Pilzen

verhindern Blutgerinnsel, antithrombotischer
Effekt, Auflösung bestehender
Verklumpungen
→ fibrinolytischer Effekt → Prävention von
Folge-
erkrankungen (Herz/Gehirn)

Hemmung vieler verschiedener Mikroorganismen, Verbesserung der
Signalübertragung zwischen Mesenchym und Parenchym, reguliert die
Stickstoff-Funktion → Gefässerweiterung (Blutdruck) → Herstellung
des Enzyms Stickstoffoxidsynthase und sein
Reaktionsprodukt
verhindert auch die Aktivität des Heliobacter
Pylori und andere

**Konklusion:
Enoki wirkt
antithrombotisch,
ATP-steigernd und
reguliert NOMO**

Ishikawa et
al.
Kim et al.

Vitalpilze Enoki / weitere Inhaltsstoffe

Konklusion
Enoki wirkt ATP-steigernd, reguliert NO MO
antithrombotisch

Vitalpilzkongress
2026: Tradition
trifft Moderne
Lymphsystem
natürlich
unterstützen vom
Stau zur Balance

Kombination
Niacin, Trehalose
Arabinol, Mannitol
Flammutoxin in
Verbindung in
Polysacchariden

ATP-steigernd,
antioxidativ
Blutviskosität
antiviral

mitregulierend

Calcium-Ionen-Konzentration vermindern (Herz-
Gefäße), Reduktion der
Ribosomentätigkeit, Hemmung des Zellwachstums
von Tumoren, Hemmung
von Virentätigkeit und Pilzen

Alkohol-
Dehydrogenase
mit Enokipokine

verhindern Blutansammlung,
antithrombotischer Effekt, Auflösung
,bestehender Verklumpungen',
fibroinolytischer Effekt Prävention von
Folgeerkrankungen (Herz-Gehirn)

Cuparene
Sesquiterpene

Hemmung vieler verschiedener Mikroorganismen,
Verbesserung der Signalübertragung zwischen Mesenchym
und Parenchym, reguliert die Stickstoff-Funktion-
Gefässerweiterung (Blutdruck) Herstellung des
Enzyms Stickstoffoxidsynthese und sein Reaktionsprodukt
verhindert durch die Aktivität des Heliobacter Pylori und
andere

Mykotherapie/Vitalpilze

Enoki Portrait

Mykotherapie/Vitalpilze

Portrait des Vitalpilz ENOKI

spezielle Polysaccharide sorgen für Entzündungshemmung der Magenschleimhaut und der Leberzellen

Proteine + Lektine
– Synergie =
antioxidativ
antimutagen

Allergien-reduzierend
Unverträglichkeiten von Nahrungseiweißen

Antitumor-wirkung
Tumor-reduzierend

Protein FIP-frei

Xylo-mannane

Flammen-toxin

ACE- Hemmung und ACE Regulation ohne unangenehme Wirkungen

Durchblutung s-
Verbesserung, Nährstoffversorgung des Gewebes

hohe antivirale Wirkung

auch chronisch virale Erkrankungen und durch Viren verursachte Konsequenzen

Stoffwechsel
Nerven
Haut
Gehirn
Hormonsystem etc.

Interferon

die Wirkstoffkombination sorgt für herausragende Wirkung

nachgewiesene Wirkung des Enoki

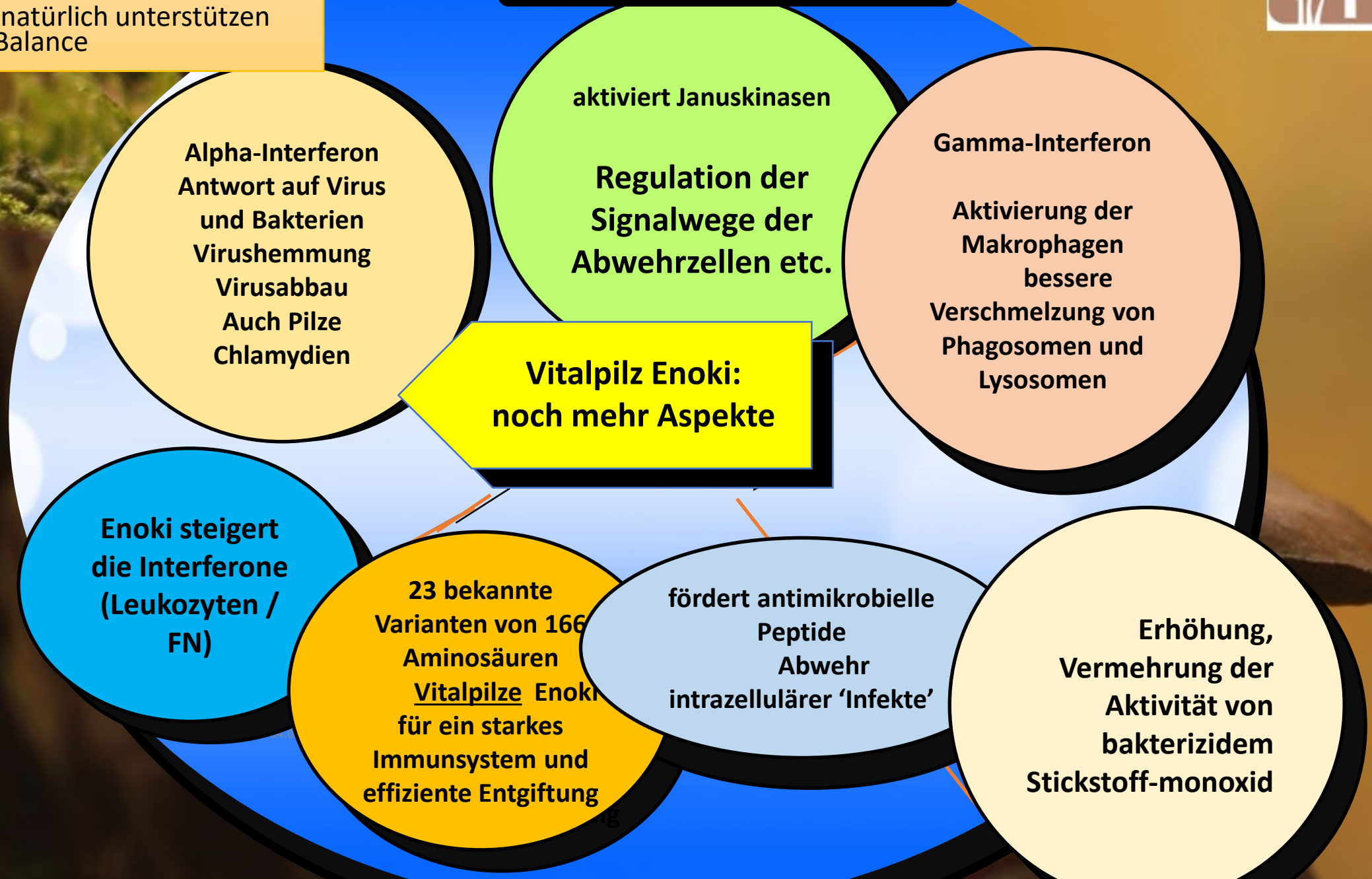
Immunstimulation / Immunmodulation
Radikalfänger / antioxidativ
antimutagen
antiviral
blutdruckregulierend
Vorbeugung und Behandlung von Thrombosen u.a.m

Yoshioka et al
Leung et al

Konklusion
Enoki wirkt als ACE-Hemmer, verbessert die Durchblutung, unterstützt das Immunsystem, den Stoffwechsel sowie die Hormomregulation

Mykotherapie/Vitalpilze

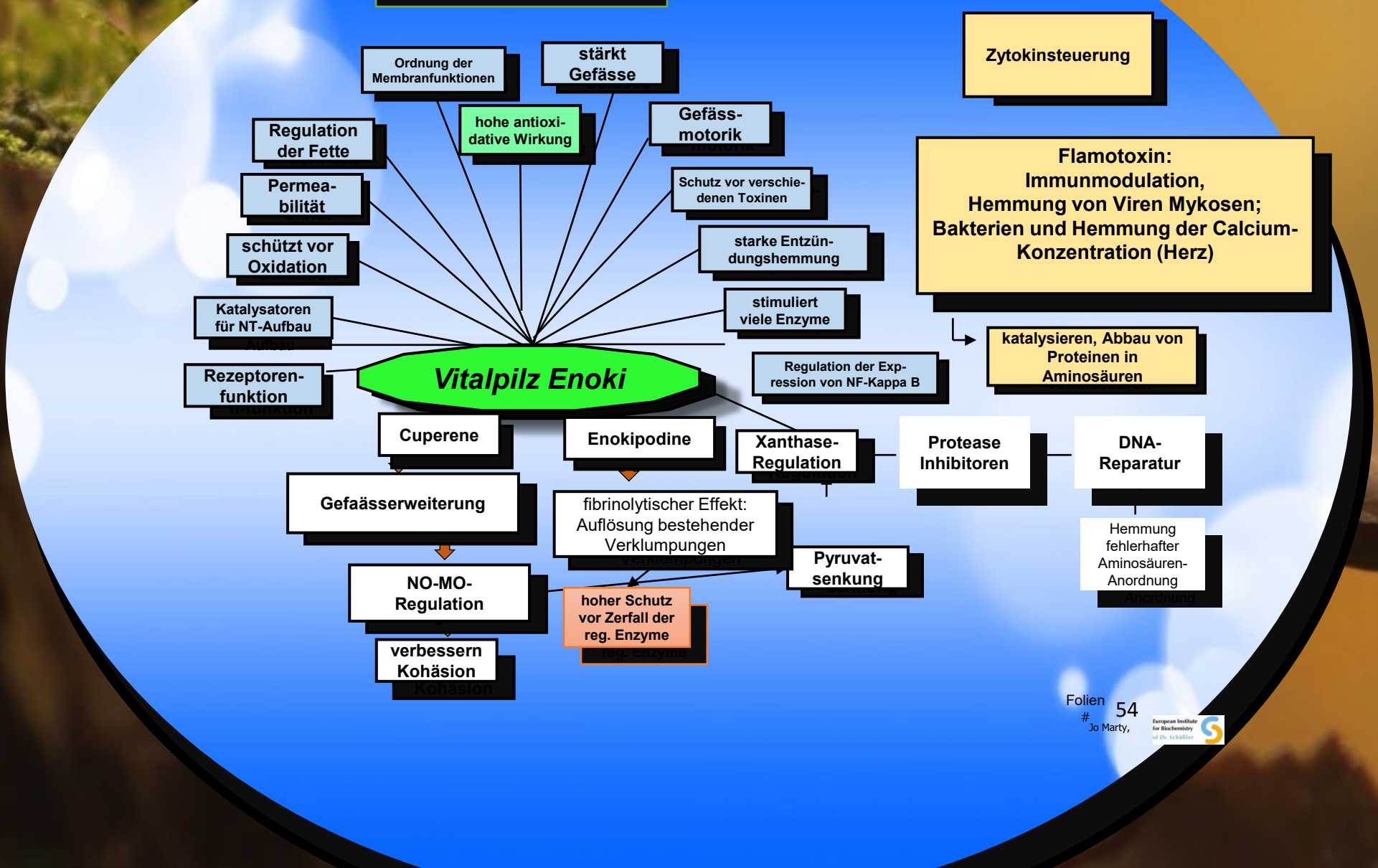
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft
Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen
vom Stau zur Balance



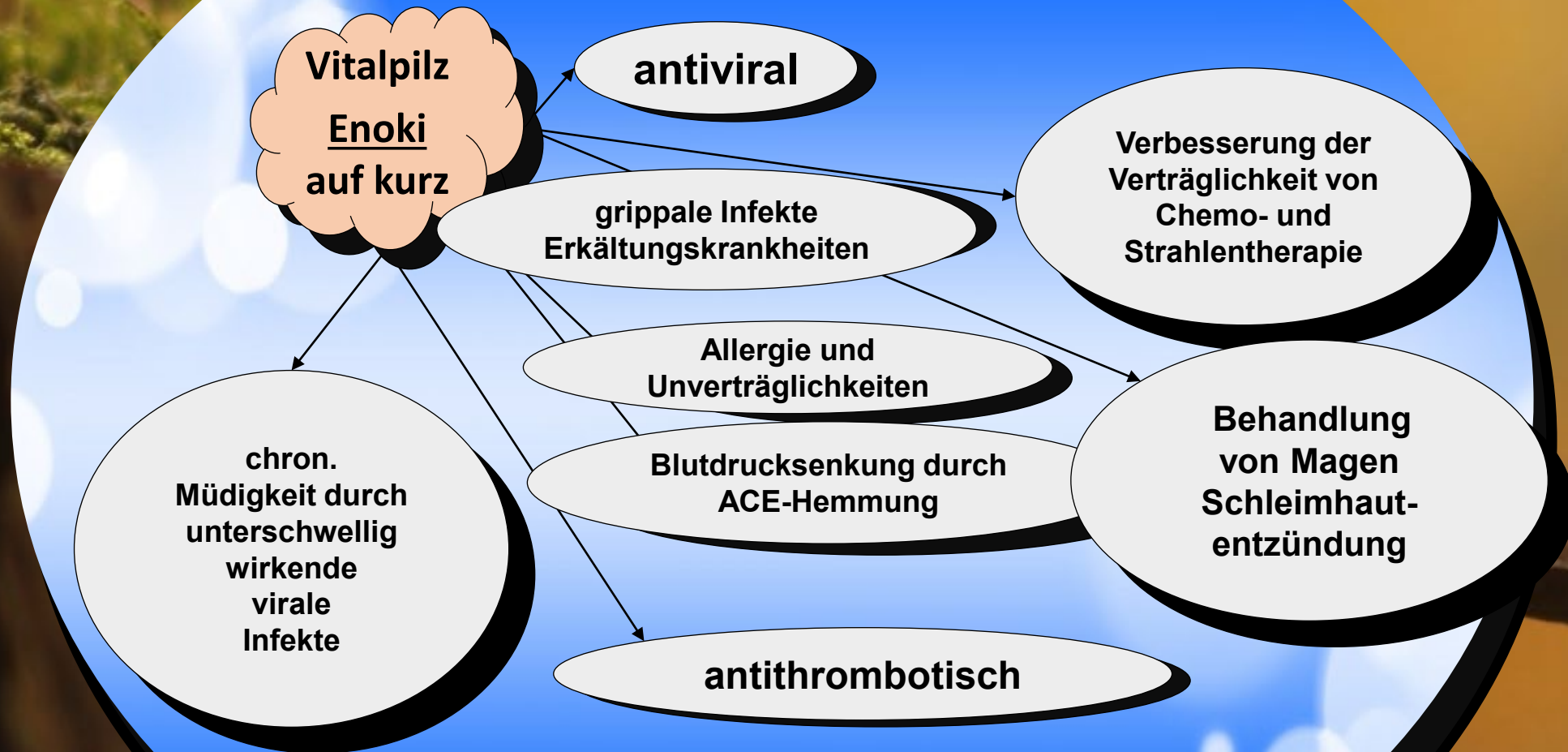
Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen vom Stau zur Balance

Mykotherapie/Vitalpilze

Enoki Portrait



Enoki Portrait



Mykotherapie/Vitalpilze

Enoki Dosierung

Vitalpilz Enoki

Dosierungsempfehlung

bei Pulver
2 x 2 bis 3 x 4 x 2 /tgl.

bei Dauereinnahme
1 Tag Pause pro Woche

Dosierungsempfehlung

bei Extrakten oder
Mischung
2 x 2 bis 3 x 2 /tgl.
bei Dauereinnahme
1 Tag Pause pro Woche

**bei Enoki
individuelle Dossierung besonders
wichtig und zu berücksichtigen**

Enoki Samtfussrübling oder Winterpilz

- **immunsystemstärkend**
- **antiallergisch**
- **tonisierend (Gegen Müdigkeit)**
- **Tinnitus**
- **asiatische Delikatesse**
- **wächst an Stämmen und Ästen von Laubhölzern**
- **Besonderheit: «Energiepilz»**



DIE VITALPILZE IM PORTRAIT

6.Reishi

Ganoderma lucidum glänzender
Lackporling
Ling Zhi



«Pilz des langen Lebens»
Vielfalt in Einem Alleskönner-Vitalpilz

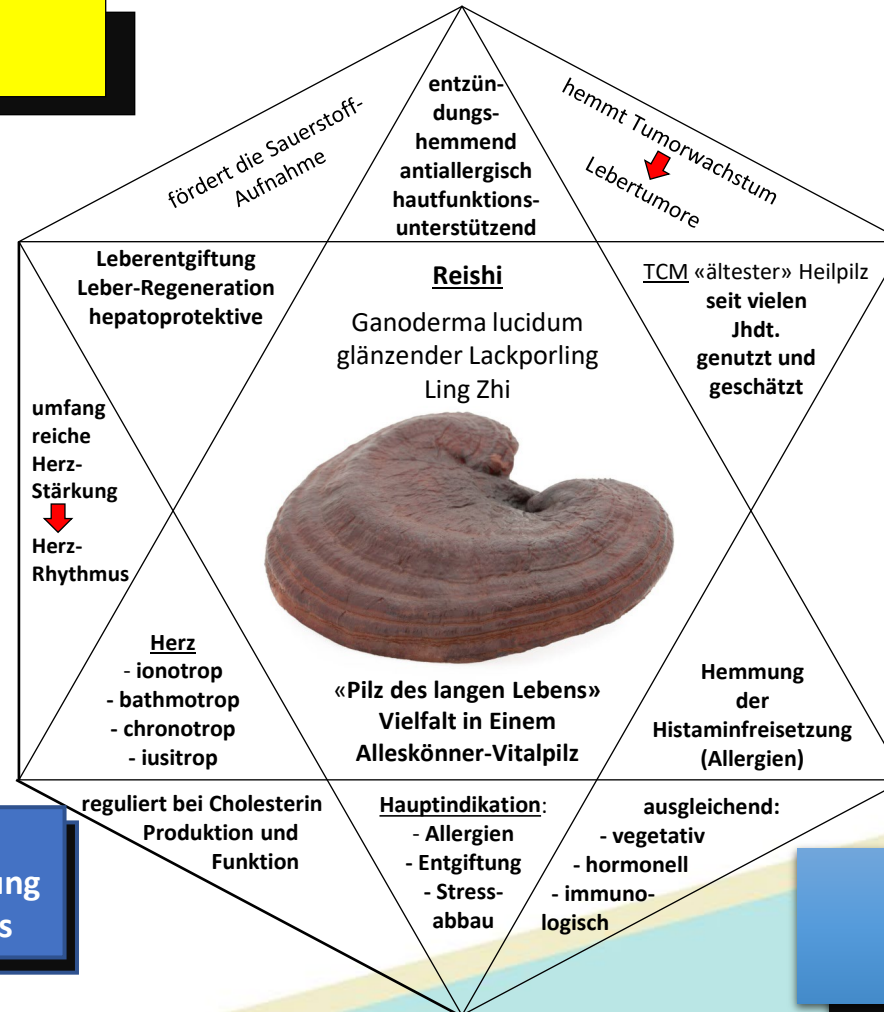
Mykotherapie/Vitalpilze

Vitalpilz Reishi

Hauptanwendung :

- Allergien (Histamin)
- Leberschutz
- Entgiftung
- Sauerstoffaufnahme
- Neurodermitis
- Hauterkrankungen
- generell Immunaufbauend
- Herzmuskulatur
- Herznerven
- Herzkranzgefäße

Krebsprävention
und begleitende Behandlung
Magen, Darm- Hautkrebs



Inhaltsstoffe:

sehr effiziente Polysaccharide
Ganoderan
Triterpene
Ganoderische Säuren
Adensoin
B-Vitamine
Kalium
Magnesium
Calcium
Eisen,
Zink,
Mangan
Kupfer
Germanium u.a.

Studien:
Gao et al 2003
Zhongguo 2005
Haggis 1956

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen
vom Stau zur Balance

Mykotherapie/Vitalpilze

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen
vom Stau zur Balance

Haupt-indikationen

- Allergien
- Entgiftung
- Stressabbau

Merkmale zum Vitalpilz Reishi

- Allergien
- Histamin
- Leberschutz
- Sauerstoffaufnahme
- Immunsystem
- Herzmuskulatur
- Herznerven
- Herzkranzgefäße
- Haut

entzündungs-
hemmend
antiallergisch
Hautfunktionen
unterstützend

umfangreiche
Herzstärkung

fördert die
Sauerstoff-
aufnahme und
Sauerstoff-
sättigung

Leberfunktionen
Leberentgiftung

Regulation von
Cholesterin
Produktion und
Funktion

Vitalpilz Reishi
Ganoderma lucidum
Pilz des langen Lebens

Inhaltsstoffe
sehr effektive
Polysaccharide
Ganoderan
ganoderische
Säuren
Adenosin,
B-Vitamine
Kalium,
Magnesium,
Eisen,
Zink,
Mangan,
Kupfer,
Germanium,
Selenium

Hemmung der
Histamin-
freisetzung

Reishi: immer
ein Versuch
Wert bei
Bluthochdruck

ausgleichend
-vegetativ
-hormonell
-immunologisch
-nervlich

Mykotherapie/Vitalpilze

Vitalpilzkongress 2026: Tradition trifft
Moderne
Lymphsystem natürlich unterstützen
vom Stau zur Balance



Reishi

Dosierungsempfehlung

Einnahme bei Extrakt – Kps

3 Tage 1 Kps (0 – 1 – 0)

4 – 7. Tag 2 x 1 Kps (1 – 1 – 0)

Danach 2 x 2-Kps pro Tag (2 – 2 – 0)

bei Unverträglichkeiten Dosis wieder
reduzieren

Dosiserhöhungen sind möglich

Reishi

Einnahme bei Pulverkapseln

3 Tage 2 x 1 Kps pro Tag (0 – 1 – 1)

Danach 2 x 2 Kps pro Tag (0 – 2 – 2)

bei Einschlafstörungen
abends 3-5 Kps vor dem Schlafengehen

Dosierung von 3 – 3 – 0 oder 2 – 2 – 2
sind möglich

Reishi oder Ling Zhi Ganoderma (Pilz der Unsterblichkeit)

- **stärkt Herz, Lunge, Drüsen, T- und B-Lymphozyten**
- **fördert Stoffwechsel der Herzmuskelzellen, koronar**
- **beruhigend (GABA, angstlösend)**
- **Antiaging, wirkt Alterungsprozessen entgegen, hilft bei Prostatabeschwerden**
- **repariert altersbedingte Organschädigungen**
- **Kombination: Ginkgo, Ginseng und Brainpower, Vital Kapseln**
- **Besonderheit: «Alterspilz, Herzpilz»**





Vitalpilze und Stoffwechsel

Bewährtes Wissen und neue Perspektiven für metabolische Gesundheit

Alexander Schall



Metabolismus... oder besser gesagt „Stoffwechsel“



- Pilze versinnbildlichen den Prozess des Stoffwechsels sehr ansehnlich.
- Holz, welches durch Lignin enorm stabil und widerstandsfähig ist, wird durch den Pilz langsam aber sicher zersetzt und in eine andere „Daseinsform“ überführt.
- Holz ist für unsere Ernährung gänzlich ungeeignet, viele Pilze sind jedoch ein Lebensmittel.

Der Stoffwechsel ermöglicht die Vielfalt des Lebens

1. Stoffwechsel ist der permanente Versuch unseres Körpers, aus dem, was wir ihm zuführen, etwas **Brauchbares** zu machen... und den Rest möglichst dezent und energiesparend loszuwerden.
2. Ein Stoff „wechselt“ dabei entweder seine chemische Gestalt, seinen Verwendungszweck oder seinen Aufenthaltsort.
3. Aus Nahrung kann z.B. Energie, Wärme, Muskelgewebe, ein Botenstoff oder ein Ausscheidungsprodukt werden.
4. In diesem Kontext ist es unverständlich, dass einige Fachleute immer noch negieren, dass Zellen auch „entschlacken“ müssen.
5. Das „Fasten“ **ist** so eine Entschlackung. Und diese Entschlackung findet (genialerweise) auch durch eine Stoffwechselumstellung statt 🧠.

Unser Stoffwechsel ist in Gefahr

1. Bei vielen hochindustrialisierten Pflanzenölen wird auch eine **Lösungsmittelextraktion** durchgeführt. Diese erfolgt i.d.R. mit Hexan.
2. Ganz klar: **Hexan ist giftig**. Hexan ist eher mit Waschbenzin und Lösungsmittel-Dämpfen verwandt als mit einem Stoff, den man bewusst in Lebensmitteln haben möchte.
3. Unser Körper wandelt n-Hexan unter anderem zu **2,5-Hexandion** um; **dieses Stoffwechselprodukt schädigt Nervenfasern**.
4. Jede Frucht und jedes Gemüse ist ein Füllhorn an unterschiedlichen Inhaltsstoffen. **Es gibt keine Obstsorte, die nur einen Stoff enthält**.
5. Unser Körper liebt die Vielfalt. Und Vitalpilze sind enorm „vielfältig“. Genau das braucht unser Stoffwechsel... ein **breites Angebot an bekömmlichen Inhaltsstoffen**.

Metabolic Mushrooms



Das sind die deutlich gesünderen m&m's 👍

Cordyceps sinensis

Einfluss auf den **Energiestoffwechsel** (Mausschwimm-Test)

Stärkt Nieren-Qi und Lungen-Qi
Pat. = erschöpft, kraftlos, frierend

Maitake

Klassischer Stoffwechselfilz: Gut einzusetzen beim **metabol. Syndrom**

Stärkt Milz, transformiert Feuchtigkeit. / Pat. = träge, übergewichtig

Reishi / Lingzhi

Unschlagbarer Allrounder: Leber, Stress, Stoffwechsel, Allergien

Harmonisiert & tonisiert Qi, beruhigt Shen, bewegt Leber Qi (löst Stagnat.)

Hericium / Lion's Mane

Fördert Verdauung, schützt **Darm, Mikrobiom** u. **Schleimhaut**

Stärkt die Mitte (= Milz & Magen), **Stoffwechsel par excellence!!**

Shiitake wäre ebenfalls zu erwähnen: Gilt in Japan als Lebenselixier und wirkt cholesterinsenkend.

Der Untertitel des heutigen Vortrags lautet...

«*Bewährtes Wissen und **neue Perspektiven** für metabolische Gesundheit*»



- Der **Shiitake** fördert das natürliche Mikrobiom des Darmes.
- Interessanter ist: Viruserkrankungen machen müde. Sehr deutlich zu sehen bei Long-Covid (Post-Vac-Syndrom).
- Das Immunsystem ist überlastet, **die ATP-Produktion bricht ein** und der Energiestoffwechsel kollabiert.

*Eine **neue Perspektive** wäre... mit **Shiitake** zu verhindern, dass sich eine (Covid-)Infektion festsetzt und der Energiestoffwechsel zusammenbricht.*

Informations-Allerlei und Dosierung

1. In Japan und China wird der Shiitake als „**medizinische Speise**“ angesehen (= Yakuzen). Dort wird er gezielt bei **Entzündungen**, **Magenleiden**, Kopfschmerz, Schwindelgefühlen, **Leberzirrhose** und Arteriosklerose eingesetzt.
2. Shiitake verbessert u.a. die Ausschüttung von Immunglobulin **IgA** auf der Schleimhautoberfläche.
3. Die Mischung „**Extrakt + Pulver**“ hat sich in der Prävention (vor Infektionen), als Lebenselixier im Alter und als sanfter **Cholesterinsenker** gut bewährt.
4. Täglich 6 bis 9 Kapseln (2 x 3 oder 3 x 3) einnehmen.



Quelle: Pixabay

Der Energie-Stoffwechseelpilz Cordyceps



- Positiver **Maus-Schwimmtest** (den gibt es tatsächlich 🐭).
- Steigerung von Leistung, Libido und Fruchtbarkeit.
- Stärkung der Sexualfunktion bei Mann und Frau.
- Cordyceps sinensis gilt im Pferdesport als Dopingmittel.
- Man vermutet eine **gesteigerte ATP-Produktion** und eine **verbesserte Umsetzung**.

Der Energie-Stoffwechselpilz Cordyceps

Cordyceps sinensis - Raupenpilz



1. Stärkung der inneren Organe (Niere, Leber, Herz und Lunge).
2. Die allgemeine Leistungsfähigkeit wird gefördert. Auch bei chron. Müdigkeitssyndrom.
3. Biologischer Stimmungsaufheller.
4. Bezeichnend ist die „Geschichte“ des Raupenpilzes bzw. des **Sommergras-Winterwurms** (tibetischer Name).

In Europa als Mycelzucht in Flüssig-Substrat. Somit auch für Veganer geeignet.

Der klassische Stoffwechselfilz: Maitake

Hat auf die Leber einen noch stärkeren, positiven Einfluss als der Reishi

Glucose- u. Fettstoffwechsel.
Beeinflusst Insulinsensitivität

Pilz der Mitte (Milz, Magen, mittl. Erwärm.)

Heilend für den Stoffwechsel
im Gehirn: Astrozytom ↓

Astrozyten: **Versorgungszellen** im Gehirn

Guter Gehalt an Kalium. Dieses
reguliert zelluläre Prozesse...

...auch im Gehirn! Astrozyten wiederum
regeln das Kalium im Gehirn.



Ist die „Mitte“ schwach, können Müdigkeit, Verdauungsschwäche, Gewichtszunahme entstehen

Hormonstoffwechsel: Vitalpilze und Tamoxifen (I)

Frage: Gibt es bekannte Interaktionen bei der Einnahme von Vitalpilzen während einer Antihormontherapie bei Brustkrebs, bspw. unter Tamoxifen?

- **Tamoxifen wird in der Leber vor allem über CYP2D6 und CYP3A4 aktiviert.**
- Bei Vitalpilzen wird häufig **allgemein** von einer möglichen Beeinflussung des **Cytochrom-P450-Systems** gesprochen.
- Für **Agaricus** stammen entsprechende Hinweise im Wesentlichen aus **Tierversuchen** mit sehr hohen, injizierten Polysaccharid-Dosen.
- Eine gewisse Hemmung von CYP1A war festzustellen, nicht aber von **CYP2D6 und CYP3A4**.
- Beim **Shiitake** wird eine **mögliche** CYP-Beeinflussung diskutiert, jedoch ohne klare Zuordnung zu CYP2D6 oder CYP3A4.

Vitalpilze und Tamoxifen (II)

Frage: Gibt es bekannte Interaktionen bei der Einnahme von Vitalpilzen während einer Antihormontherapie bei Brustkrebs, bspw. unter Tamoxifen?

- Insges. ist die Datenlage zu relevanten Wechselwirkungen zwischen Vitalpilzen und Tamoxifen **unsicher und wenig belastbar**.
- Praktisch bedeutsamer erscheint das **Blutungsrisiko**:
 - Tamoxifen kann selten eine **Thrombozytopenie** verursachen.
 - Deshalb sollte die zusätzliche Einnahme von **TAH's bzw. stark gerinnungshemmenden Substanzen** kritisch geprüft werden.
- Bei Tamoxifen (und Vitalpilzen) daher besonders darauf achten, nicht zu viele blutverdünnende Mittel gleichzeitig einzusetzen.
- z.B. Johanniskraut, Kurkuma-Extrakte, Nattokinase, ASS.

Reishi – der Pilz des langen Lebens



Junger Reishi der auf Eichenholz wächst... und (echtes) Sonnenlicht tankt

Der weltweit bekannteste Heilpilz!

- Ein delikates Thema: Die Schilddrüse und die Verwendung von Reishi.
- Die Schilddrüse steht ganz eindeutig für den Stoffwechsel.
- Reishi ist für die Schilddrüse eigentlich hervorragend geeignet, aber...
- Bei gleichzeitiger Einnahme von Euthyrox oder L-Thyroxin kann es zu Unwohlsein kommen.
- Deswegen hier ausschließlich (!!)
- mit Reishi Pulver-Kapseln arbeiten.



Die Dosierung der Vitalpilze / Extrakte

- **Shiitake** Extrakt oder die Mischung „Extrakt + Pulver“: Von 2 x 2 Kapseln bis hin zu 3 x 3 Kapseln.
- **Cordyceps** Extrakt oder Mischung „Extrakt + Pulver“: Mit 2 x 1 Kapsel beginnen (1 x 1 Kps. bei fragilen Pat.) Einnahme abends vermeiden. Dosierung kann über 2-1-0 bis hin zu 3-2-0 gesteigert werden. Ggf. auch mehr.
- **Maitake** Extrakt oder Mischung „Extrakt + Pulver“: Von 2 x 2 Kapseln bis hin zu 3 x 3 Kapseln.
- **Agaricus** Extrakt oder Mischung „Extrakt + Pulver“: Von 2 x 2 Kapseln bis hin zu 3 x 3 Kapseln. In Verbindung mit dem Pharmazeutikum „Tamoxifen“ nur mit 2 x 1 Kapsel beginnen. Nach 2 Wochen auf 2 x 2 Kps. erhöhen. Bitte sicherstellen, dass nicht zu viele blutverdünnende Mittel gleichzeitig eingenommen werden.
- **Reishi** **Pulver**: Maximal 1 Kapsel bei Schilddrüsenproblematiken, insbesondere bei Gabe von Euthyrox etc. Diese Dosierung über **Wochen** aufrecht erhalten, bevor über eine Erhöhung nachgedacht wird.
- **Reishi** **Pulver-Kapseln**: Bis zu 5 Kapseln abends als „Einschlafhilfe“. **Cave**: Reishi Extrakt macht leicht wach.
- **Reishi** Extrakt oder Mischung „Extrakt + Pulver“: Im Verlauf von einer Woche einschleichen. 2 x 2 Kapseln sind eine gängige Dosierung um den Stoffwechsel hervorragend zu unterstützen. Das Longevity-Mittel schlechthin.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Alexander Schall, Heilpraktiker und Mykotherapeut, München



HAWLIK®