

FU LING VITALPILZ

- Auch Poria cocos, botanisch Wolfiporia extensa
- In etwa 300 traditionellen chinesischen Rezepturen enthalten – darunter in 52 der wichtigsten, klassischen TCM-Kräutermischungen

WIRKUNGEN

Milz (TCM)

- Stärkt das Milz-Qi und leitet pathogene Feuchtigkeit und Nässe, die sich im Zuge einer schwachen Milzenergie im Körper ansammeln, über den Harnfluss aus
- Milz ist zuständig für Verdauung/Verarbeitung
 - Extraktion von Qi aus der Nahrung, dessen Verteilung und die Blutbildung
 - Verarbeitung von Gedanken, Eindrücken und Emotionen, klares Denken, gutes Lernen und Konzentration
 - Ihr Qi beeinflusst Energielevel, Immunkraft, Herz, Kreislauf und Lungen, hält das Blut in den Gefäßen und alle Organe an ihrem Platz, versorgt Muskulatur und Bindegewebe
 - Die Milz liebt Bewegung, braucht, um gut arbeiten zu können, Wärme und Trockenheit und hasst Feuchtigkeit
 - Man erkennt Feuchtigkeit an der „Fu ling-Zunge“. Sie ist breit, mit einem dicken, feuchten Zungenbelag. Er ist weiß, wenn Kälte hinzukommt und gelblich, wenn Hitze hinzukommt. An den Zungenrändern zeigen sich Zahnabdrücke, weil die Zunge aufgrund der Feuchtigkeit aufgequollen und daher groß ist
 - Steigerungsstufe von Feuchtigkeit ist Schleim, leitet auch Schleim aus, aber nicht so tief wie Guggul

Niere

- Entwässernd – bei Ödemen, Harnverhalt, Restharnbildung, wenig Harn (eine Folge von Hitze-Nässe in der TCM), Brennen und Schmerz beim Urinieren, kontraindiziert bei Polyurie
- Nierenschützend durch antientzündliche Eigenschaften – bei Autoimmunprozessen wie Glomerulonephritis
- Erhält die Nierenfunktion – verhindert die Fibrosierung, also den Umbau von funktionalem Nierengewebe in nutzloses Bindegewebe bei chronischer Nierenerkrankung
- Kann zur Verstärkung der entwässernden Wirkung des Polyporus Vitalpilzes dienen

Herz, Kreislauf

- Senkt Bluthochdruck, wirkt dem blutdruckerhöhenden Aldosteron entgegen, das auch die Speicherung von Salz veranlasst und die Kaliumausscheidung provoziert
- Hemmt die Wiederaufnahme von Natrium, entwässert ohne Kaliumverlust – ein großer Vorteil gegenüber Entwässerungstabletten, denn Kaliumverlust schädigt unter anderem das Herz
- Senkt Cholesterin, das in der TCM eine Folge von pathogener Feuchtigkeit ist
- Wirkt beruhigend auf das Herz. Er wirkt Herzklopfen sowie Schwindelzuständen entgegen, indem er aus der Sicht der TCM dem Schleim im Bereich des Oberen Erwärmers entgegenwirkt

Darm

- Reich an verdauungsfördernden Ballaststoffen
- Zu viel Feuchtigkeit im Körper zeigt sich u. a. an weichem Stuhl, Durchfällen, Blähungen, Völlegefühl, Appetitlosigkeit oder Übelkeit
- Fördert ein gesundes Darmmilieu, wirkt präbiotisch, entzündungshemmend und positiv auf Darmflora, Darmepithel, Stoffwechselforgänge und Stuhlgang, schützt vor Darmkrebs und Divertikulitis, drängt Brechdurchfall hervorrufende Rota-Viren zurück

Immunsystem

- Immunmodulierend, das Immunsystem wird nicht nur gestärkt, sondern reguliert und trainiert
- Erhöht die Interferon-Bildung, dadurch besonders antiviral, etwa bei Epstein-Barr-Virus
- Unterstützt bei verschiedenen Krebsarten wie Magen- und Pankreaskrebs, lindert Nebenwirkungen von Chemotherapie. Bei Brustkrebs wird von einer antitumoralen Wirkung ausgegangen, wobei sogar die Aktivität bestimmter Schlüsselgene des Tumors verändert werden sollen
- Die TCM versucht generell bei Krebserkrankungen die Milz zu stärken, wozu gerade die Ausleitung von zu viel Feuchtigkeit wichtig wird, in der die „Milz erstickt“
- In der Tiermedizin wird der Pilz bei verschiedenen Krebsarten eingesetzt, darunter Leukämie, Melanome, Sarkome, Lungen-, Prostata-, Brust-, Haut-, Eierstock-, Magen- und Bauchspeicheldrüsenkrebs

Gelenke

- Hemmt die Phospholipase 2, ein entzündungsförderndes Enzym, das bei vielen entzündlichen Erkrankungen, ganz besonders der Gelenke, für Schübe verantwortlich ist und Rheuma immer wieder aufflammen lässt

Haut

- Sehr gut bei nässenden Hautausschlägen in Verbindung mit Bläschen und Krusten wie Neurodermitis. Denn hier spielt pathogene Feuchtigkeit eine Rolle. Es ist zusätzlich sehr wichtig, auf feuchtigkeitsbildende Nahrungsmittel zu verzichten
- Günstig bei entzündlichen Hauterkrankungen durch Hemmung der Phospholipase 2, ein entzündungsförderndes Enzym

Nerven/Schlaf

- Nervenberuhigend, vor allem, wenn Unruhezustände von einer Milz- oder Nierenschwäche herrühren und mit Nervosität, Schlaflosigkeit, Ängsten und Herzklopfen verbunden sind

Alterung

- Fördert den harmonischen Fluss des Qi bis ins hohe Alter
- Älteren wird er in China als Tonikum zur allgemeinen Stärkung, gegen Vergesslichkeit oder gegen Schlaflosigkeit gegeben, wodurch sich die Lebensqualität verbessert

Lunge

- Bei Erkrankungen der Lunge, hilft schon allein wegen seiner feuchtigkeitsausleitenden und antiviralen Wirkung bei Husten

Leber

- Wie alle Vitalpilze, positive Wirkungen bei Hepatitis

Diabetes

- Blutzuckersenkend, verbessert die Fähigkeit der Zellen, Glukose aufzunehmen und erhöht ihre Empfindlichkeit gegenüber Insulin Gegenanzeigen

Zu beachten

- Nicht einsetzen bei Polyurie, Spermatorrhoe, Vorfall der Urogenitalorgane, Schwangerschaft