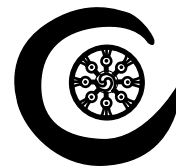


# Auricularia

## (Auricularia polytricha, Mu-Err, Judasohr)



Infoblatt / Kräuter

### Herkunft:

- nahezu weltweite Verbreitung, auch in Deutschland wild wachsend

### Geschichte:

Das **Judasohr** gilt als einer der ältesten Speisepilze. Sein fader Geschmack ist nicht jedermanns Sache, doch dank seiner Konsistenz eignet er sich hervorragend zum Andicken von Soßen. Berichte lassen darauf schließen, dass der Pilz bereits vor etwa 1500 Jahren in China gezüchtet wurde, um den dortigen großen Bedarf zu decken. Doch auch die Verwendung des Auricularia zur Förderung der Gesundheit des Menschen hat eine jahrhundertealte Tradition. Heute wird der Pilz, der seinen deutschen Namen der außergewöhnlichen Form verdankt, vor allem in Taiwan angebaut.

### Pharmakologische Eigenschaften:

Durch seine Blutgerinnungshemmende Wirkung wird Auricularia polytricha seit langem erfolgreich zur Verbesserung der Fließeigenschaften des Bluts begleitend therapeutisch eingesetzt. Vor allem bei der Verringerung des Risikos von Schlaganfall und Herzinfarkt sowie bei Durchblutungsstörungen wird über gute Behandlungsergebnisse durch eine Substitution mit Auricularia berichtet. Noch sind allerdings weder die Inhaltsstoffe genau identifiziert<sup>1</sup> noch die genauen Wirkmechanismen dokumentiert<sup>2</sup>, die für den antithrombotischen Effekt verantwortlich sein könnten. Ältere Veröffentlichungen berichten über die Isolierung spezifischer Lektine, die die gerinnungshemmende Wirkung auslösen können<sup>3</sup>.

Im den Studien an Ratten mit Hyperlipidämie konnte durch Auricularia zudem eine signifikante Senkung der Triglycerid-, Cholesterin- und LDL-Cholesterin-Werte beobachtet werden. Für diese Effekte wurde ein spezifisches Auricularia- Biopolymer (EBP) identifiziert, das in seiner Struktur einen hohen Glycoproteinanteil aufweist<sup>4</sup>.

### Verwendung:

- Reduktion der **Blutgerinnung**
- vorbeugende Wirkung gegen **Herzinfarkt, Schlaganfall und Thrombose**
- Förderung der Durchblutung, zum Beispiel bei **Arteriosklerose**
- Regulation des Blutdrucks
- Stärkung der körpereigenen Abwehr
- Unterstützung der Heilung von Haut- und Augenentzündungen

### Besonderheit:

Im Gegensatz zu chemisch-pharmazeutischen Blutverdünnern kann der Auricularia die Fließeigenschaften des Blutes verbessern, ohne die Gefäßwände anzugreifen und Blutungen auszulösen.

### Ausgewählte Studien:

1 **Hokama Y, Hokama JL:** In vitro inhibition of platelet aggregation with low dalton compounds from aqueous dialysates of edible fungi. Res Commun Chem Pathol Pharmacol. 1981 Jan;31(1):177-80.

2 **Agarwal KC, Russo FX, Parks RE Jr:** Inhibition of human and rat platelet aggregation by extracts of Moeer (Auricularia auricula). Thromb Haemost. 1982 Oct 29;48(2):162-5.

**Quelle und Infos:** [www.vitalpilze.de](http://www.vitalpilze.de), [www.orthotherapia.com](http://www.orthotherapia.com)

**Sendung Konkret über Heilpilze:** [www.youtube.com/watch?v=BW3hu7oj62M](https://www.youtube.com/watch?v=BW3hu7oj62M)