

Reishi (*Ganoderma lucidum*, glänzender Lackporling, Ling Zhi)

Infoblatt / Kräuter



Herkunft:

- nahezu weltweite Verbreitung, auch in Europa heimisch
- in Asien seit 40 Jahren kultiviert

Geschichte:

Überlieferungen zufolge wird der Reishi, dessen Name übersetzt „Pilz der Unsterblichkeit“ bedeutet, in Asien seit circa 4000 Jahren als Naturheilmittel verwendet. Er gilt in der TCM als eines der wirksamsten und vielfältigsten Mittel zur Stärkung des Menschen überhaupt. Viele der überlieferten Wirkungen wurden inzwischen in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Zu den bioaktiven Inhaltsstoffen gehören unter anderem Polysaccharide und Antioxidanzien, von denen man weiß, dass sie die Abwehrkräfte stärken und die Zellen schützen.

Pharmakologische Eigenschaften:

Die immun modulierenden Eigenschaften von *Ganoderma lucidum* werden vor allem den Polysacchariden, allen voran den Beta- Glucanen zugerechnet. Im Tierversuch konnte gezeigt werden, dass sie die Proliferation von T- und B-Lymphozyten verbessern und das Immunsystem stärken können². Dabei scheint ein spezielles Proteoglycan, GLIS genannt, einen wesentlichen Beitrag zu leisten. GLIS aktiviert Immunzellen wie die B-Lymphozyten³ und moduliert die Zytokinproduktion⁴, die bei allergischen Reaktionen eine zentrale Rolle spielt. Eine Steigerung bestimmter inflammatorischer Zytokine durch *Ganoderma lucidum* Inhaltsstoffe wird dagegen für die immunologische Schutzfunktion gegen bakterielle Infektionen verantwortlich gemacht⁵. Inhaltsstoffe des *Ganoderma* zeigen potente Antitumorwirkung. So weist Ganopoly, ein wasserlösliches Polysaccharid, ein breites Spektrum antikanzergener Effekte auf. Es hat nachgewiesene zytotoxische Wirkung auf Krebszellen, verbessert die Makrophagen- Proliferation und stimuliert deren Tätigkeit gegenüber Tumorzellen⁷. Die Ganodermiksäuren erhöhen die Interleukin- und Interferon-Ausschüttung⁸, führen zu Apoptosis von Krebszellen, indem sie in die Mitochondrienfunktionen eingreifen⁹ und hemmen die Bildung von DNS und RNS in Tumorzellen, wodurch sich deren Fähigkeit zur Zellvermehrung drastisch einschränkt¹⁰.

In *Ganoderma lucidum* finden sich Oxygenosterole (*Ganoderole*), die die körpereigene Cholesterinsynthese hemmen, indem sie mit der Mevalonsäure interagieren. Auch Patienten mit rheumatoider Arthritis, die mit *Ganoderma lucidum* supplementiert wurden, zeigten in einer klinischen Studie weniger Entzündungsmarker als die Kontrollgruppe¹⁶, wodurch sich der traditionelle Einsatz bei Autoimmunerkrankungen bestätigt.

Verwendung:

Sehr breit gefächertes Anwendungsgebiet, unter anderem:

- positive Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System, u. a. Blutdruckregulierung
- Stärkung des **Immunsystems, Allergien, Autoimmunerkrankungen**
- begleitende **Krebstherapie** (*Alle Krebsarten, besonders Leukämie, Lymphome..*)
- Förderung der körperlichen Konstitution, erschöpfungshemmend, Anti-Aging
- Schlafstörungen

Ausgewählte Studien:

12Hajjaj H, Macé C, Roberts M, Niederberger P, Fay LB: Effect of 26-oxygenosterols from *Ganoderma lucidum* and their activity as cholesterol synthesis inhibitors. : *Appl Environ Microbiol.* 2005 Jul;71(7):3653-8.

13Chen WQ, Luo SH, Li HZ, Yang H: Effects of *ganoderma lucidum* polysaccharides on serum lipids and lipoperoxidation in experimental hyperlipidemic rats. *Zhongguo Zhong Yao Za Zhi.* 2005 Sep;30(17):1358-60.

7Gao Y, Zhou S, Jiang W, Huang M, Dai X: Effects of ganopoly (a *Ganoderma lucidum* polysaccharide extract) on the immune functions in advanced-stage cancer patients. *Immunol Invest.* 2003 Aug;32(3):201-15

18Chen X, Hu ZP, Yang XX, Huang M, Gao Y, Tang W, Chan SY, Dai X, Ye J, Ho PC, Duan W, Yang HY, Zhu YZ, Zhou SF: Monitoring of immune responses to a herbal immuno-modulator in patients with advanced colorectal cancer. *Int Immunopharmacol.* 2006 Mar;6(3):499-508

Quelle und Infos: www.vitalpilze.de, www.orthotherapie.com

Sendung Konkret über Heilpilze: www.youtube.com/watch?v=BW3hu7oj62M