

## COPRINUS VITALPILZ

- Der Coprinus comatus, auch Mao Tuo, Schopftintling oder Spargelpilz, ist auch in unseren Wäldern heimisch. Er ist nicht nur ein ausgezeichneter Speisepilz, sondern auch ein bemerkenswerter Medizinalpilz
- Als Besonderheit enthält er die meisten Lektine von allen Vitalpilzen, komplexe Proteine, die verschiedene biochemische Reaktionen in der Zelle auslösen können
- Wie der Pleurotus enthält auch der Coprinus Vitamin C. Außerdem bietet er alle zwanzig Aminosäuren, einschließlich der acht essentiellen und der antioxidativen sowie entzündungshemmenden Aminosäure L-Ergothionein, die Vitamine B1, B2, und B3 und neben Kalium, Kalzium, Magnesium, Eisen, Kupfer, Mangan, Zink das seltene Spurenelement Vanadium
- Wie alle Vitalpilze ist auch der Coprinus reich an Triterpenen und Polysacchariden, verfügt außerdem über spezielle, wie das Polysaccharid Fucogalactan und das Coprinus comatus Polysaccharid-1

### WIRKUNGEN

#### Diabetes:

- Gilt als wichtigster „Diabetikerpilz“
- Bei Diabetes Typ 1 und 2
- Steigert die Insulinempfindlichkeit der Zellen in der Peripherie, wirkt Insulinresistenz mit ihren Blutzuckerspitzen entgegen und der Zucker wird besser in den Zellen verwertet
- Senkt den Blutzuckerspiegel
- Verbessert den Langzeitzuckerwert HbA1c, der Aussagen über den Verlauf der Blutzuckerwerte der letzten zwei bis drei Monate zulässt
- Schützt und revitalisiert Pankreas-Zellen beim Typ 2 Diabetiker
- Reduziert und verlangsamt die Zuckeraufnahme
- Erleichtert die Einstellung von Diabetesmedikamenten
- Reduziert Diabetes-Folgeschäden
- Beugt metabolischem Syndrom vor
- Eventuell mit einem weiteren Vitalpilz kombinieren: Maitake, Chaga, Agaricus blazei murrill, Shiitake

#### Darm:

- Regt die Darmperistaltik an
- Fördert die Verdauung
- Bei Verstopfung
- Unterstützend bei Hämorrhoiden
- Kann Durchfall hervorrufen

#### Gefäße:

- Leicht blutgerinnungshemmend
- Natürlicher Cholesterinsenker, senkt Blutfette LDL-Cholesterin und Triglyceride
- Fördert die Durchblutung
- Beugt Arteriosklerose vor
- Auflösung von Gefäßablagerungen
- Unterstützt die Elastizität der Gefäße

#### Krebs:

- Begleitend bei Brust-, Prostata-, Leber-, Bindegewebs-, Stützgewebekrebs, Sarkomen, Leukämie

#### Stress:

- Fördert die Stressanpassung (Adaptogen)

**Immunsystem:**

- Stimuliert die Abwehr gegen Krebs, Bakterien und Viren
- Unterstützt bei Infektionen z. B. mit Staphylokokken (auch MRSA Krankenhauskeim)
- Hemmt Blasenentzündung
- Aktiviert das Immunsystem gegen Pilze
- Nachweislich hilfreich bei Candida albicans, Aspergillus niger

**Abnehmen:**

- Hilft effektiv bei der Gewichtsabnahme, aktiviert den Stoffwechsel
- Reguliert die Glukoseverwertung
- Gegen Gier nach Süßem und Kohlenhydraten

**Leber:**

- Unterstützt bei toxischer Hepatitis

**Migräne:**

- Wirkt lindernd bei Migräne

**ANWENDUNG IN DER TIERMEDIZIN**

- Der Coprinus wird bei Diabetes (auch EMS-Pferden), Verstopfung, Bauchspeicheldrüsen- und Autoimmunerkrankungen, bakteriellen Entzündungen, auch bei multiresistenten Keimen, Mykosen (z. B. Candida), zur Durchblutung, bei Krebs (Sarkome, Tumore des Stützgewebes), Myomen, Lipomen und Hufrehe angewendet

**TCM-Wirkungen:**

- Der Coprinus ist süß, thermisch neutral
- Wirkt auf: Milz, Magen, Lunge, Niere
- Stärkt die Mitte (mittleren Erwärmer Magen, Milz, Pankreas)
- Tonisiert und reguliert Milz-Qi und Magen-Qi
- Nährt Lungen-Yin, Magen-Yin, Nieren-Yin
- Wirkt Hitze entgegen, kühlt Blut-Hitze, Leere-Hitze
- Baut Flüssigkeit auf bei Trockenheit

**ZU BEACHTEN**

- Für regulierende Wirkung über mehrere Wochen regelmäßig anwenden
- Der Stuhl kann sich schwarz färben, was aber unbedenklich ist
- Allfällige Dosisänderungen bei Medikamenten vom Arzt vornehmen lassen
- Bei Durchfall eventuell nicht geeignet. Der Coprinus enthält viele Lektine, die eventuell nicht vertragen werden und zu Magen-Darmbeschwerden wie Durchfall führen können. Mit nur kleinen Dosen beginnen und bei Reaktionen die Einnahme beenden
- Die leicht blutverdünnende Wirkung des Pilzes bei Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten beachten
- Schwangerschaft/Stillzeit: Nicht geeignet (zu wenig erforscht)