

## Auricularia / Chinesische Morchel

Die Chinesische Morchel (*Auricularia polytricha*) wird auch "Judasohr" genannt. Den deutschen Namen "Judasohr" verdankt der Pilz der Legende, dass der Holunderbaum, auf dem sich der Jesu Jünger Judas erhängte, ohrenmuschelförmige Pilze trug. Der *Auricularia* wächst an Bäumen und kommt bei uns das ganze Jahr über vor.

### Wirkung

Adaptogene Wirkung der Heilpilze:

Darunter versteht man die Bivalenz der Wirkstoffe in Heilpilzen: so bewirkt beispielsweise der *Auricularia* eine bessere Fließeigenschaft des Blutes und beugt somit in unserem Körper Blutgerinnsel (Thrombosen) vor, gleichzeitig vermag er jedoch auch Blutungen zu stillen (blutende Hämorrhoiden, Uterusblutungen).

Die verbesserte Fließeigenschaft kann uns auf vielfältige Weise vor Gefahren und Schmerzen bewahren: **beispielsweise Schmerzen in den Beinen wegen Gefäßverengungen kann genauso zu Thrombosen führen wie lange Flugstunden mit dem Flugzeug, Bettlägrigkeit, chronische Venenentzündungen, Herzklappenfehler, Krampfadern, Bewegungsmangel, hohes Alter... Daher ist es sinnvoll, bei Risikofaktoren den Heilpilz anzuwenden, um Herzinfarkt und Schlaganfall zu vermeiden helfen.**

Der *Auricularia* hat auch Haut und Schleimhaut stärkende Eigenschaften, er befeuchtet den Darmtrakt und Bronchien. Bei trockenem Husten und Verstopfung kommt uns diese Eigenschaft zu Gute; entzündete Haut und Schleimhäute regenerieren sich schneller.

**Er senkt auch den Gesamtcholesterin- und Fettgehalt (Triglycerid) im Blut und absorbiert freie Radikale.**

Nach starker körperlicher Anstrengung bzw. Muskelkater reguliert der *Auricularia* die Übersäuerung des Gewebes (Milchsäurehaushalt).

### Nach der Traditionellen Chinesischen Medizin wirkt *Auricularia*

- hemmend auf die Bildung von Blutgerinnsel
- bei Thrombosen
- bei blutenden Hämorrhoiden und Uterusblutungen
- bei Entzündungen von Haut und Schleimhäuten
- bei Muskelkater
- als immunstimulierendes Tonikum
- senkend auf den Gesamtcholesterin- und Fettgehalt (Triglycerid) im Blut
- helfend bei Sarkome (bösartiger Tumor)

**Unter den Heilpilzen ist *Auricularia* der Pilz zur Verbesserung der Durchblutung und zur Verhütung der Blutgerinnsel.**

### *Auricularia* wird hauptsächlich eingesetzt bei:

- Entzündungen, speziell der Schleimhäute
- zur Hemmung der Blutgerinnung (Blutverdünner)
- Hautkrebs

### Grundsätzliches über Vitalpilze

Die Vitalpilztherapie richtet sich im Gegensatz zur Schulmedizin - die die Krankheit bekämpfen will - auf die Wiederherstellung der Gesundheit durch die so genannte Homöostase! Dies ist das Gleichgewicht von sämtlichen im Organismus ständig ablaufenden Prozessen, wie z.B. dem Mineralstoff-, Enzym-, Hormon-, Wasser-, Elektrolyt-, Immunzellgleichgewicht. Vitalpilze wirken also ausgleichend, d.h. sie können z.B. bei einem Menschen mit Bluthochdruck den Blutdruck ausgleichend senken, bei einem anderen mit extrem niedrigen Druck ausgleichend erhöhen. Das gleiche Prinzip gilt für die Psyche, die Verdauung, das Cholesterin, Allergien, Krebs ...! Dadurch werden auch die unglaublich vielen Einsatzmöglichkeiten von Vitalpilzen verständlich!

## Über Auricularia

Das Judasohr - unter anderem auch als Mu-Err, Holunderpilz, Black Fungus oder Wolkenohrenpilz bezeichnet - ist ein nahezu weltweit verbreiteter Speisepilz, der in vielen Gerichten der asiatischen und speziell auch der chinesischen Küche verwendet wird.

Verwendet wird in erster Linie der gesamte Auricularia Pilz in Pulverform, bzw. als Tablette oder in Kapseln. Der Extrakt ist so gut wie nicht im Handel erhältlich.

### Inhaltstoffe und medizinische Wirkung

Neben Vitaminen, sowie wertvollen Eiweißen, enthält das Judasohr wichtige Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Magnesium, Phosphor und Silizium. Das Judasohr ist ausgesprochen reich an sekundären Inhaltsstoffen, die z.B. die **Blutgerinnung** hemmen können und **entzündungshemmende** Wirkungen haben.

Durch zahlreiche Versuchsreihen sind die entzündungshemmenden Wirkungen von Auricularia bewiesen worden. Insbesondere Schleimhäute, die entzündet sind, erfahren Besserung. Weiterhin hat das Judasohr eine blutgerinnungshemmende Wirkung, senkt den Gesamtcholesteringehalt des Blutes, stimuliert das Immunsystem, fängt freie Radikale und hemmt die Bildung bösartiger Bindegewebsgeschwulste.

Die blutgerinnungshemmende Wirkung bedeutet, daß die Fließeigenschaften des Blutes verbessert werden. Dies ist wichtig zur besseren Durchblutung insbesondere schon geschädigter und verengter Adern. Durch Auricularia können Thrombosen und andere Verschlüsse der Adern verhindert werden und damit wird mit großer Wahrscheinlichkeit einem Herzinfarkt, Arteriosklerose oder Schlaganfall vorgebeugt.

Auch bei der so genannten „Schaufensterkrankheit“, die bei Belastung starke Schmerzen durch mangelnde Durchblutung in den Beinen hervorruft, kann wirksam vorgebeugt werden. Gegenüber herkömmlichen Medikamenten zeigen sich große Vorteile. Durch Substanzen im Auricularia werden die Kollagenbestandteile der Adern, wie es manche Blutverdünner tun, nicht angegriffen.