



Tibet Wild Cordyceps

Artikel Nr. 20500

Cordyceps – der kaiserliche Pilz!

1993 ging die Nachricht über Cordyceps als aufsehen erregende Neuigkeit um die Welt. Cordyceps erregte internationales Aufsehen. Bei den nationalen chinesischen Leichtathletikmeisterschaften unterboten chinesische Athleten mit außerordentlich schnellen Zeiten die Weltrekorde auf 9 Mittel- und Langstrecken-Distanzen. Ein Jahr später, bei den Leichtathletikweltmeisterschaften in Rom, gewannen sie 12 der 16 Läufe und stellten dabei 5 neue Weltrekorde auf. Ihr Trainer Ma schreibt die außergewöhnlichen Leistungen der chinesischen Athleten der Kombination aus einem rigorosen Trainingsprogramm und dem Einsatz des Pilzes Cordyceps zu (Newsweek, 27 Sept. 1993).

Was ist Cordyceps ?



Cordyceps ist die gängige Bezeichnung für den Pilz *Cordyceps sinensis*. Cordyceps ist eines der außergewöhnlichsten und stärkenden Mittel, das die traditionelle chinesische Heilkunde hervorgebracht hat. Tausende von Jahren war Cordyceps bekannt als ein geheimnisvoller Organismus, der imstande war, abwechselnd die tierische Gestalt einer Raupe und die pflanzliche Gestalt eines Grases anzunehmen. Die Chinesen nannten ihn deshalb Dong Chong Xia Cao, was Winterraupe-Sommergras bedeutet.

Heutzutage wissen wir, daß es sich dabei tatsächlich nicht um einen Organismus handelt, sondern um eine komplizierte parasitäre Beziehung zwischen zwei Organismen: einer Raupe und einem Pilz.

Cordyceps sinensis ist ein seltener Pilz, der hauptsächlich in 3000 bis 5000 Metern Höhe auf den feuchten Bergwiesen des Himalaya-Hochgebirges und anderer Gebirgsketten Tibets und Chinas gefunden wird. Der wichtigste Wirt des *Cordyceps sinensis* ist die Raupe der Familie Hepialidae (Wurzelbohrer), ein Nachtfalter, dessen Raupenformen sich unterirdisch von Pflanzenwurzeln ernähren. *Cordyceps sinensis* lebt als Parasit in der Raupe. Als Spore infiltriert er sie und verzehrt sie anschließend von innen. Übrig bleibt die mumifizierte Außenseite der Raupe, die innen völlig mit Pilzfäden ausgefüllt ist (Winterraupe). Während der Sommermonate wächst aus der Hinterseite des Kopfes der Mumie der Fruchtkörper des Pilzes auf die Erde hinaus. Dieser Pilz ist fingerförmig schlank und ohne Hut (Sommergras). Der lateinische Name *Cordyceps* (wörtlich: aufgeschwollener Kopf) ist ein Hinweis auf die Wachstumsweise des Pilzes aus der Raupenmumie hinaus.

Cordyceps war immer eine Seltenheit und wegen der großen Nachfrage fast unbezahlbar. Im Altertum kostete ein Gramm Cordyceps viermal (!) so viel wie ein Gramm Silber. Aufgrund dessen wurde Cordyceps fast ausschließlich am kaiserlichen Hof benutzt. Heute werden bis zu 4000 Mark für ein Kilo wilden Cordyceps bezahlt.

Heute wird Cordyceps gezüchtet und ist vollkommen ungefährlich. Das chinesische Gesundheitsministerium hat 1987 die Zulassung für den menschlichen Verzehr verfügt.

Was bewirkt Cordyceps im Körper?



Cordyceps ist bekannt für seine stärkende und anregende Wirkung auf Körper und Geist. Er wird als ein besonders kräftigendes und effektives Tonikum betrachtet. Laut der traditionellen chinesischen Heilkunde stärkt Cordyceps vor allem den Nierenmeridian und den Lungenmeridian. Die tonisierende Wirkung von Cordyceps wird erklärt durch die Anregung zweier Energiesysteme: des Jing (einer primären, in den Nieren gespeicherten Energie, verantwortlich für Fortpflanzung, Entwicklung und Reifung; nicht zu verwechseln mit Yin oder Yang) und des Qi oder Chi (der essentiellen Lebensenergie, die in den Lungen – durch die Atmung – entsteht und mit Unterstützung der Nieren durch den Körper verteilt wird).

In mehreren mehr westlich orientierten chinesischen Studien wurden die biochemischen Effekte von Cordyceps auf den menschlichen Körper untersucht.

Förderung von Vitalität

- Cordyceps fördert die Energieproduktion in den Zellen. Nach Verfütterung von Cordyceps an Mäuse nahm das Verhältnis Adenosintriphosphat / anorganisches Phosphat (ATP / P) in der Leber um 45 bis 55% zu. ATP ist das wichtigste Energie liefernde Molekül im Körper.
- Cordyceps fördert die Nutzung von Sauerstoff im Körper. Unter experimentellem Sauerstoffmangel lebten Mäuse, die Cordyceps verabreicht bekommen hatten, 2- bis 3mal so lange wie die Mäuse der Kontrollgruppe ohne Cordyceps.
- Cordyceps fördert die Durchblutung des Körpers. Erstens wurde ein günstiger Effekt auf das Herz nachgewiesen. Außerdem konnte gezeigt werden, daß Cordyceps bei Streß die glatte Muskulatur der Gefäßwände entspannt. Japanische Forscher entdeckten, daß der Durchmesser einer „gestreßten“ Aorta nach Verabreichung von Cordyceps um durchschnittlich 40% zunahm. Intravenöse Verabreichung von Cordyceps an betäubte Hunde führte zu einer Abnahme des Widerstands der Koronararterien um durchschnittlich 49% und zur Abnahme des Widerstandes der Vertebralarterien um durchschnittlich 75%. Dadurch steigt die Durchblutung von Herz, Extremitäten, Gehirn und anderer Organe stark an. Dies erklärt die Verbesserung der Leistungsfähigkeit durch Cordyceps bei Sportlern. Auch wird so verständlich, warum man sich nach regelmäßiger Cordyceps-Einnahme körperlich leistungsfähiger und geistig klarer fühlt. Obiges ist ebenfalls eine Erklärung für die günstige Wirkung von Cordyceps auf den Blutdruck.

- Cordyceps hat eine regulierende Wirkung auf das neuro-endokrine System. Es wurde gezeigt, daß es die Abgabe von Nebennierenrindenhormonen stimuliert. Außerdem unterstützt Cordyceps den Hypothalamus-Hypophysen- Nebennieren-Regel-kreis. Ein Teil dieser Wirkung wird dem hohen Gehalten an Ltryptophan zugeschrieben, dem Vorläufer des „ausgleichenden“ Neurotransmitters Serotonin.
- Auch stellte sich heraus, daß Cordyceps einen hemmenden Einfluß ausübt auf das Enzym Monoaminoxidase (MAO). MAO-Hemmer werden allgemein gegen Depressionen eingesetzt. Auch von Johanniskraut ist bekannt, daß seine antidepressive Wirkung auf der Hemmung des Enzyms MAO beruht.

Förderung der Sexualität

Cordyceps genießt einen verbreiteten Ruf als Aphrodisiakum, als Mittel also, das die Sexualität stimuliert. Dies wurde bereits in alten chinesischen Schriften erwähnt. Laut Überlieferung wurde Cordyceps im chinesischen Altertum als unentbehrliche Hilfe für den Kaiser betrachtet, der sexuelle Beziehungen zu einer großen Zahl von Gattinnen pflegen mußte. In den letzten Jahrzehnten ist vor allem in China und Japan intensiv nach dem Effekt von Cordyceps auf den Geschlechtstrieb geforscht worden. Die Ergebnisse sind im folgenden kurz zusammengefaßt:

- Die Wirkung von Cordyceps als Aphrodisiakum beruht wahrscheinlich auf einer Kombination von unterschiedlichen Effekten auf den Körper. Cordyceps hat eine anregende Wirkung auf die Geschlechtsorgane, auf die Produktion von Geschlechtshormonen, auf das bei der Fortpflanzung und dem Geschlechtstrieb beteiligte neurologische System und auf die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Regulation.
- Drei verschiedene placebo-kontrollierte chinesische Doppelblindstudien an einigen hundert Männern mit „herabgesetzter Libido und anderen sexuellen Problemen“ ergaben signifikant übereinstimmende Ergebnisse. Durchschnittlich 64% der Probanden unter Cordyceps zeigten nach der Versuchszeit eine Besserung gegenüber 24% der Placebogruppe.
- Von 21 älteren Frauen mit „herabgesetzter Libido und anderen sexuellen Problemen“, die an einer placebo-kontrollierten Doppelblindstudie teilnahmen, zeigte sich bei über 90% eine Verbesserung nach Einnahme von Cordyceps gegenüber 0% in der Kontrollgruppe.
- Cordyceps entspannt das glatte Muskelgewebe im Corpus cavernosum des Penis. Demzufolge kann Blut in den Penis hineinströmen und eine Erektion bewirken. Die erektionsfördernde Wirkung des Myzel-Extraktes aus Cordyceps CS-4 ist doppelt so groß wie die des wilden Cordyceps.
- Cordyceps fördert die Reifung der Geschlechtsorgane. Bei männlichen Mäusen, die noch nicht geschlechtsreif waren, nahm das Gewicht der Hoden um mehr als 90% zu nach 6tägiger Verabreichung von Cordyceps. Bei unreifen weiblichen Mäusen wurde eine Gewichtszunahme des Uterus um mehr als 40% festgestellt. Nach 3monatiger Verabreichung von Cordyceps an männliche Kaninchen war das Gewicht der Hoden um 30% größer als das der Kontrollgruppe.
- Cordyceps fördert die Samenbildung. Männliche Kaninchen, die drei Monate Cordyceps bekommen hatten, produzierten dreimal (!) so viel Spermazellen wie die Kontrollgruppe. Eine andere Untersuchung zeigte, daß die Qualität und Vitalität der Spermatozoen signifikant verbessert war nach der Einnahme von Cordyceps.
- Verschiedene Untersuchungen an Menschen zeigen, daß Cordyceps eine regulierende Wirkung besitzt auf die Plasmaspiegel sowohl der männlichen als auch der weiblichen Geschlechtshormone.

Regulierung des Immunsystems

Es gibt deutliche Hinweise, daß Cordyceps als so genannter bidirektionaler Immunregulator wirkt. Das bedeutet, daß die Wirkung eines zu schwachen Abwehrsystems verstärkt und die eines überaktiven Abwehrsystems gehemmt wird. Die aktivsten immunmodulierenden Komponenten von Cordyceps sind Polysaccharide, aus langen Ketten aufgebaute Zuckermoleküle. Eine Reihe von Untersuchungen hat gezeigt, daß die Wirkung von Cordyceps linear dosisabhängig ist, also je mehr Cordyceps, desto größer der Effekt.

Folgende Einflüsse von Cordyceps auf das Abwehrsystem wurden nachgewiesen:

- Anregung der Produktion von T-Zellen, Leukozyten und Lymphozyten,
- Steigerung der Aktivität von natürlichen Killer-(NK-)Zellen,
- Verstärkte Produktion der Immunglobuline G und M,
- Anregung der Phagozytose durch Makrophagen,
- Anregung der Aktivität von Gamma-Interferon,
- Anregung der Aktivität von Interleukin-1 und Interleukin-2,
- Anregung von T-Zellen und B-Zellen.

Schutz gegen freie Radikale

Erwiesenermaßen fördert Cordyceps die Wirkung der natürlichen Antioxidantien im Körper. Eine placebo-kontrollierte chinesische Untersuchung an 59 älteren Patienten im Alter von 60 bis 84 Jahren zeigte, daß Cordyceps die Konzentration des Enzyms Superoxid-Dismutase (SOD) in den roten Blutkörperchen signifikant erhöhte. Die SOD Konzentration war sogar signifikant höher als die SOD-Konzentration einer Kontrollgruppe gesunder junger Erwachsener. Gleichzeitig nahm die Plasmakonzentration von Malondialdehyd (MDA) signifikant auf das Niveau der Werte einer Kontrollgruppe junger Erwachsener ab. SOD wird als das wichtigste antioxidative Enzym des Körpers betrachtet. MDA ist ein Maß für die Lipidperoxidation, also für die Bildung freier Radikale durch oxidative Zersetzung von Fettsäuren.

Gut für Herz und Blutgefäße

Cordyceps ist bekannt für seine günstige Wirkung auf Herzkranz- und andere Blutgefäße. Erstens verbessert es die Durchblutung des Körpers und erhält einen gesunden Blutdruck. Zweitens senkt Cordyceps den Cholesterinspiegel. Eine chinesische Studie an 273 Patienten zeigte, daß nach 4- bis 8wöchiger Einnahme von Cordyceps der Cholesterinspiegel um durchschnittlich 17% gesunken war. Desweiteren:

Cordyceps hat einen kräftigenden und abwehrsteigernden Effekt auf die Luftwege, unterstützt die Nierenfunktion und hat eine günstige Wirkung auf die Leber.

Cordyceps erhöht die Vitalität und die Ausdauer durch:

- 1) Verbesserung der zellulären Energieproduktion
- 2) Entspannung des glatten Muskelgewebes in den Lungen und den Blutgefäßen. Hierdurch wird die Sauerstoffaufnahme in die Lungen gefördert und den Kreislauf und die Durchblutung aller Organe gefördert. Hierdurch werden Sauerstoff und Nahrungsstoffe schneller und besser für alle Körperteile verfügbar gemacht

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!

Mehr über Cordyceps

Seit einiger Zeit arbeiteten Wissenschaftler daran, den Raupenpilz zu kultivieren, da das natürliche Vorkommen für die weltweite Nachfrage nicht mehr ausreichte! Inzwischen wird das Myzel des Raupenpilzes - das erfreulicherweise sogar die effektiver wirkenden Inhaltsstoffe besitzt – kultiviert und zu Extrakt in Kapselform verarbeitet.

Da nur das Pilzmyzel des Raupenpilzes kultiviert werden kann, ist in erster Linie der Extrakt dieses Myzels im Handel. Es gibt jedoch auch verwandte Arten, wie z.B. Cordyceps militaris, denen nicht diese effektiven Wirkungen zugeschrieben werden, als Pulver im Handel.

Inhaltsstoffe des Cordyceps:

Der Raupenpilz enthält neben Vitaminen und Spurenelementen, hochwertige Aminosäuren, sowie Polysaccharide.

Aufgrund zahlreicher Studien, sind viele positive Wirkungen von Cordyceps auf den menschlichen Organismus bestätigt worden.

Auch von Sportlern wird der Cordyceps gerne genommen, da seine leistungssteigernde Wirkung enorm ist. Die Sportler der chinesischen Olympiamannschaften nehmen den Raupenpilz seit jeher zu sich, um sich von Trainingsanstrengungen schneller zu erholen und vor allem, um ihre Leistung bei den Wettkämpfen effektiv zu erhöhen!

Wissenschaftler gehen davon aus, dass die positive Wirkung des Raupenpilzes auf die Atmungsorgane und das Herz zumindest ein Grund für die Erhöhung der Leistungsfähigkeit und Ausdauer der Sportler ist.

Der Cordyceps hat eine hemmende Wirkung auf ein Enzym namens Monoaminoxidase (MAO), was seine antidepressiven Wirkungen belegt.

Inhaltstoffe:

Cordyceps sinensis 100%

Quellen:

1. Jones K: Cordyceps, Tonic Food of Ancient China. Sylvan Press, Seattle, 1997; 50 ff
2. Halpern GM: Cordyceps, China's Healing Mushroom. Avery Publishing Group, New York, 1999; 116 ff
3. Stamets P, Wu Yao CD: Mycomedicinals, An Informational Booklet on Medicinal Mushrooms. MycoMedia, Olympia WA, 1998; 46 ff
4. Zhu JS, Halpern GM, Jones K: The Scientific Rediscovery of an Ancient Chinese Herbal Medicine: Cordyceps sinensis. Part 1. Journal of Alternative and Complementary Medicine, 1998; 4(3):289-303
5. Zhu JS, Halpern GM, Jones K: The Scientific Rediscovery of a Precious Ancient Chinese Herbal Regimen: Cordyceps sinensis. Part 2. Journal of Alternative and Complementary Medicine, 1998; 4(4):429-457
6. Seu-Mei Wang, Li Tjen Lee, Wan-Wan Lin, Chun-Min Chang: Effects of Water-Soluble Extract of Cordyceps sinensis an