



Newsletter GfV für August 2010

Thema: Herpes

Liebe Leserinnen und Leser,

rund ein Prozent aller Deutschen hat mindestens einmal monatlich mit Lippenherpes zu kämpfen. Die juckenden oder sogar schmerzenden Bläschen sind dabei nicht nur lästig, sondern ein ernst zu nehmendes Anzeichen eines nicht richtig funktionierenden Immunsystems. Auch wenn es Wirkstoffe gibt, die rein äußerlich den Makel recht schnell beheben: Um das Problem dauerhaft in den Griff zu bekommen, ist eine Behandlung der Ursachen notwendig – zum Beispiel mit dem Vitalpilz *Coriolus versicolor*, wie dieser Newsletter zeigt.

Mit den besten Grüßen

Ihre GfV

P.S.: Falls Sie den Newsletter künftig nicht mehr erhalten möchten, schicken Sie uns einfach eine kurze E-Mail.

Herpes – mehr als ein paar lästige Bläschen

- ▶ Herpes - mehr als ein paar...
- ▶ Herpes - Die Abwehr stärken
- ▶ Herpes - Auf den Schmetterlings...

Kostenlose Beratung

Montag - Freitag:
8:00 - 12:00 Uhr

Mittwoch:
14:00 - 18:00 Uhr

Aus dem Ausland:
0049 / 821 / 49708700

0800 00 77 889



Der eine ist ständig müde, ein anderer hat immer wieder wochenlang mit Erkältungssymptomen zu tun, und ein Dritter bekommt Herpesbläschen an den Lippen: Die Anzeichen für ein Immunsystem, das seine Aufgaben nicht optimal erfüllen kann, sind vielfältig. Dass Herpes dazugehört, hat mit den

besonderen Eigenschaften des Virus zu tun: Es „schlummert“ sozusagen im Nervensystem sehr vieler Menschen. Man geht davon aus, dass 85 Prozent der Weltbevölkerung Herpesviren in sich tragen. Problematisch wird dies, wenn die körpereigenen Abwehrkräfte Schwächen zeigen. Dann bekommen die Herpesviren die Chance, sich an verschiedenen Stellen des Körpers – neben den Lippen sind seltener auch die Nase sowie der Genitalbereich betroffen – zu zeigen.

Einen schwächenden Einfluss auf das Immunsystem hat vor allem Stress in all seinen Manifestationen, also sowohl psychischer Stress durch permanenten Zeitdruck oder ungelöste Konflikte als auch körperlicher Stress durch andere Erkrankungen, eine vitalstoffarme Ernährung, den Kontakt zu Kosmetika oder Hormonveränderungen. Beim Lippenherpes können auch Reizungen des Nervenknötens, in dem sich das Virus eingenistet hat, einen Ausbruch der Infektion auslösen, zum Beispiel bei einer zahnärztlichen Behandlung. Auch ein starkes Ekelgefühl kann offenbar dazu führen, dass die Herpesbläschen aufblühen.



Die Abwehr stärken

Sind die Herpesviren erst einmal in den Körper eingedrungen, was oft schon bei Kleinkindern durch die Übertragung von der Mutter passiert, bleiben sie dort ein Leben lang, indem sie sich in einzelnen Nervenknötens, den Ganglien, festsetzen. Das beste Mittel gegen einen

Ausbruch der Infektion besteht deshalb darin, das Immunsystem so fit zu machen, dass die Viren quasi in diesem inaktiven Stadium verbleiben, wo sie dem Körper nicht schaden. Hinter dem pauschalen Begriff „Stressabbau“ verbirgt sich eine ganze Reihe von Maßnahmen, die jeder ergreifen kann, um den Körper und damit auch die Abwehrkräfte zu stärken. Eine ausgewogene Ernährung und genügend Schlaf sollten selbstverständlich sein, aber auch genügend tägliche Bewegung im Freien und gegebenenfalls gezielte Strategien zum Spannungsabbau wie Yoga, Qigong oder Ähnliches gehören dazu, wenn es darum geht, das körperliche und psychische Wohlbefinden zu steigern.

Auf den Schmetterlingsporling bauen

Oft benötigt jedoch ein durch Herpesviren geschwächtes Immunsystem spezielle Unterstützung, um wieder genügend Abwehrkräfte entwickeln zu können. In diesen Fällen hat sich aus der Mykotherapie neben dem Shiitake, der generell die Widerstandsfähigkeit des Körpers erhöht, insbesondere der Coriolus versicolor bewährt. Der nahezu weltweit verbreitete Pilz mit dem deutschen Namen Schmetterlingsporling enthält bestimmte Polysaccharide, die gezielt die zelluläre Abwehr stärken. Außerdem zeichnet sich der Coriolus durch ein breites

Unser Magazin



[Mehr Info](#)

Newsletter - PDF Druckversion



Der Umwelt zuliebe:
Mit bedacht ausdrucken.

[Mehr Info](#)

Gesellschaft für Vitalpilzkunde e. V.

VR 200244, Amtsgericht Augsburg
1. Vorsitzender Dr. med. Heinz Knopf
Spendenkonto:
Augusta Bank
BLZ: 720 900 00
Kontonr: 723 85 41

Wirkspektrum gegen Viren aus. Hierzulande gehört der Coriolus zu den noch relativ selten eingesetzten Vitalpilzen. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) hingegen und in der südamerikanischen Volksmedizin wird er bereits seit Jahrtausenden genutzt. Als Immunstimulans wird er außerdem in Korea bei 70 Prozent aller Krebspatienten zur Ergänzung der schulmedizinischen Behandlung eingesetzt. Ganz wichtig: Ist eine Herpesinfektion erst einmal ausgebrochen, muss man das Berühren der entzündeten Stellen unbedingt vermeiden beziehungsweise direkt anschließend gründlich die Hände waschen, um eine Verbreitung des Erregers zu verhindern. Sonst nämlich kann es zu gefährlichen Komplikationen wie einer Hornhautentzündung der Augen kommen. Beim Genitalherpes kann auf die Mitbehandlung des Partners nicht verzichtet werden, damit es nicht zu immer wiederkehrenden Ausbrüchen des Virus kommt.

Shiitake



Großansicht

Coriolus



Großansicht

© Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V. - Eine Vervielfältigung oder Verwendung sämtlicher Informationen oder Daten (Text-, Graphik-, Bild-, Video-, Ton-, oder Animationsdateien) ohne vorherige Zustimmung der GfV ist nicht gestattet.