Mykotherapie beruht auf jahrtausendealten Erfahrungen der fernöstlichen Medizin. Wie viele asiatische Heilverfahren betrachtet auch diese Therapieform den Menschen als Ganzheit und zielt daher darauf ab, nicht Symptome, sondern vor allem deren Ursachen direkt und nachhaltig zu behandeln. Nur so kann schließlich auch eine ganzheitliche Heilung erfolgen. Grundlage der Mykotherapie sind Lebewesen, die weder zu den Tieren noch zu den Pflanzen zählen: Es sind Pilze, die dabei helfen können, die Gesundheit zu fördern und Krankheiten zu heilen. Daher bietet sich gerade auch für die Behandlung von Hashimoto ein Blick auf diese Therapieform an.

Mykotherapie beruht also auf der Heilkraft von Pilzen. Pilze kennt man gewöhnlich aus dem Wald und allgemein aus der Küche als leckere Zutat. Einige dieser Pilze sind auch Bestandteil der Mykotherapie. Hierzu zählt beispielsweise der relativ bekannte Shiitake. Aber auch der überaus leckere Austernpilz gehört zur Kategorie „heilsam“.

Doch was bewirken diese „Heilpilze“ genau? Wie können sie uns bei Hashimoto helfen?

Inhaltsverzeichnis

- Doch was bewirken diese „Heilpilze“ genau? Wie können sie uns bei Hashimoto helfen?
- Gut fürs Immunsystem
- Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto
    - Was erfährst du alles in diesem Buch?
    - Hier kannst du es kaufen:
- Entgiftend
- Gut für den Darm
- Kinesiologie
- Häufig gestellte Fragen zur Mykotherapie bei Hashimoto
    - Das könnte dich auch interessieren

Es gibt eine ganze Reihe positiver Eigenschaften, die wir uns durch Anwendung der

Mykotherapie zunutze machen können.

Gut fürs Immunsystem

Es gibt einen Pilz, der eine ganz besondere Wirkung auf unser Immunsystem ausübt: Der Agaricus blazei murrill ABM (Mandelpilz) reguliert, er stärkt eine schwache Immunabwehr, sorgt aber zugleich dafür, dass es zu keiner überschießenden Reaktion der „Gesundheitspolizei“ kommt. Somit ist er geradezu der perfekte Pilz zur Behandlung von Autoimmunerkrankungen und Allergien. Schließlich überreagiert die körpereigene Abwehr bei Hashimoto und attackiert das Schilddrüsengewebe, sorgt somit für Entzündungen und letztlich die Zerstörung der sehr wichtigen Hormondrüse.

PASSEND ZUM THEMA · EBOOK-EMPFEHLUNG

Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto



Deshalb habe ich dir im E-Book „Hashimoto verstehen“ alles Wichtige, das du wissen musst um die Funktionen im Körper bei Hashimoto einfach und ohne medizinisches Wissen vorauszusetzen zusammengefasst. Das Buch beantwortet dir die wichtigsten Fragen rund um das Thema „Was ist Hashimoto?“

Was erfährst du alles in diesem Buch?

- was eine Autoimmunkrankheit ist,
- woran man/dein Arzt bzw. deine Ärztin Hashimoto erkennt,
- Symptome bei Hashimoto,
- wie der Stresskreislauf funktioniert,
- warum die Schilddrüsenunterfunktion nicht hauptsächlich durch die Zerstörung der Schilddrüse durch dein Immunsystem kommt,

- welche Rolle Leber, Nieren und Verdauung spielen
- und wie dein Immunsystem funktioniert.

Alles rundherum, wie Hashimoto funktioniert. Denn wenn du weißt, wie es funktioniert, dann weißt du auch, wie du es stoppen kannst.

Hier kannst du es kaufen:

Hashimoto verstehen bestellen 4,99 (#9) (#13)
Email Adresse

Hashimoto verstehen kaufen
Preis - €4.99
Jetzt kaufen

↓ Weiter geht’s mit dem Artikel

Entgiftend

Wie wir wissen, ist für die nachhaltige Behandlung von Hashimoto vor allem eine gesunde und starke Leber nötig. Sie steht in direktem hormonellen Zusammenhang mit der Schilddrüse und sorgt zugleich für die Entgiftung des Körpers. Giftstoffe wirken auf die geschädigte Schilddrüse besonders negativ und wir sollten deshalb dafür sorgen, dass eine starke Schilddrüse Toxine vom Leibe hält. Gleichzeitig ist auch ein gesunder und funktionsfähiger Darm wichtig für die Entgiftung des Körpers.
Aus diesem Grund tut uns alles gut, was unsere Entgiftungs- und Ausscheidungsorgane stärkt.
Heilpilze können hierbei sehr hilfreich sein.

- Der **Reishi** (Glänzender Lackporling) entfaltet beispielsweise eine starke entgiftende, leberreinigende Wirkung. Hier bekommst du ihn sehr guter

Bioqualität
- Der **Shiitake** wirkt leberstärkend und schützend. Hier kannst du ihn in Bioqualität bestellen
- Auch die Einnahme von **Cordyceps sinensis** (Chinesischer Raupenpilz) wirkt sich fördernd auf den Leberstoffwechsel aus und bietet daher eine Möglichkeit, die Entgiftung des Körpers zu verstärken, sowie die Leber zu unterstützen. Hier kannst du ihn in guter Qualität kaufen.

Zu meinen Kauftipps: die Qualität dessen, was du zum Steuern deines Wohlbefindens einsetzt, macht einen sehr großen Unterschied aus. Deshalb bekommst du hier nicht das preisgünstigste Angebot. Ich achte auf gute Verarbeitung und wenn nötig auf Bioqualität.

Gut für den Darm

Für die Darmgesundheit ist ebenso mindestens ein Pilz gewachsen.
Der Hericium erinaceus (Igelstachelbart) wirkt beispielsweise entzündungshemmend auf Magen und Darm-Schleimhäute. Wir können diesen Pilz somit auch sehr gut anwenden, um eine chronisch entzündete Schleimhaut des Darms zu behandeln, die oftmals mit der Hashimoto-Erkrankung im Zusammenhang steht.
Damit es gar nicht erst zu solchen chronischen Entzündungsprozessen kommt, ist es wichtig, eine positive Darmflora zu fördern. Wie wir wissen ist hierzu eine gesunde Ernährung ebenso wichtig, wie der zurückhaltende Einsatz von Antibiotika und der Konsum von Bio-Lebensmitteln.
Auch können wir einen Kefir-Pilz verwenden, um selbst frischen Kefir herzustellen und zu nutzen. In ihm stecken gesunde Bakterien, welche die Darmflora positiv beeinflussen.

Alles in allem bietet somit auch die Mykotherapie eine interessante Perspektive für die ganzheitliche Behandlung.
Wir können Shiitake und andere Pilze in unseren täglichen Speiseplan mit einbauen. Doch wollen wir Heilpilze gezielt zur Behandlung von Hashimoto einsetzen, suchen wir uns am besten einen erfahrenen Therapeuten, der die Eigenschaften der Pilze kennt und wertvolle Tipps geben kann.
Die Pilze sind in Kapselform und entsprechend dosiert erhältlich, um eine kontinuierlich wirksame Dosis zu garantieren. Die Einleitung der Behandlung sollte zudem schleichend beginnen, damit sich der Körper entsprechend an die Pilze und

die entgiftende Wirkung gewöhnen kann.

Kinesiologie

Bei der Mykotherapie steht auch der Gedanke im Vordergrund, dass im Menschen Lebensenergie in verschiedenen Bahnen fließt. Kommt es zu Blockaden, Stauungen oder Fehlleitungen von Energie, hat dies Auswirkungen auf den gesamten Organismus und bringt die Organe, den Stoffwechsel, aber auch die Psyche aus dem Gleichgewicht.
Gleichzeitig hat auch das psychische und physische Befinden direkten Einfluss auf die Energiebahnen (Meridiane)
Hat man beispielsweise Probleme mit dem Magen, kann dies durchaus mit Verspannungen der Muskulatur im Brustwirbelbereich zusammenhängen. Denn durch diesen Bereich verläuft der Magenmeridian. Zugleich kann aber auch eine Erkrankung am Magen zu Verspannungen im Brustwirbelbereich führen, dies wiederum den Magenmeridian reizen, was zu weiteren Irritationen im Magen führt. Dieses Beispiel zeigt, dass auch die Muskelspannung direkten Einfluss auf das körperliche und psychische Wohlbefinden hat. Und genau diese Tatsache macht sich die Kinesiologie zunutze.

Bei der Kinesiologie wird zunächst ein Muskeltest durchgeführt, verbunden mit verschiedenen Reizen.
Idealerweise braucht es für diesen Test zwei Personen. Die zu testende Person hebt dabei einen Arm an, während die überprüfende Person mit Gegendruck reagiert. Während des Anhebens wird ein bestimmter Reiz auf die zu testende Person ausgeübt. Das heißt, sie bekommt das Bild einer bestimmten Situation gezeigt, ein eventuell Stress auslösender Satz wird geäußert. Gleichzeitig können auch Fragen gestellt werden nach Unverträglichkeiten auf Lebensmittel. Oder man kann fragen, welcher Akkupressurpunkt stimuliert werden sollte, und welcher besser nicht. Wichtig ist, dass von Anfang an klar definiert wird, ob es sich um „Ja-Nein-Fragen“ handeln soll oder um das Testen von Stress-Situationen.

Nun antwortet der Körper. Denn die Kinesiologie ist eine Art Feedback-Übung, ähnlich dem Biofeedback. Und sie beruht auf der Annahme, dass der menschliche Körper über eine Art Körperintelligenz verfügt. – Etwas, das man angesichts der vielen Wunder, die unser Körper täglich vollbringt, eigentlich gar nicht abstreiten kann.

Die Antworten auf „Ja-Nein-Fragen“ oder „Stress-Nichtstress-Fragen“ fallen dann entsprechend aus: Ist die Antwort „Ja“ oder „Nicht-Stress“, ist die Muskelkraft des Getesteten deutlich stärker, als wenn die Antwort „Nein“ oder „Stress“ lautet.

Wir können einiges mithilfe der Kinesiologie erreichen, können Blockaden, Ungleichgewichte, Unverträglichkeiten oder Stresssituationen erkennen und dadurch auch behandeln. Wir können beispielsweise auch feststellen, welche Akkupressurpunkte stimuliert werden sollten, um bestimmte Energieblockaden zu lösen.

Die Kinesiologie beruht auf der Grundlage der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM). Und wir können mit ihrer Hilfe einen neuen Kontakt zu unserem Körper herstellen, können in Kommunikation treten und erkennen, wo bei uns Schwach- und Knackpunkte liegen. Wir können Krankheiten somit direkt beeinflussen, können unseren Körper praktisch befragen, was ihm gut tut und was wir tun sollten.
Eine nachhaltigere Möglichkeit, unsere Gesundheit ergänzend zu stärken und Hashimoto zu behandeln, gibt es eigentlich nicht. Wir sollten daher auch dieser Therapieform eine Chance geben und es einfach mal ausprobieren.

Du willst mehr hierüber erfahren? Hier ist der Klassiker

Häufig gestellte Fragen zur Mykotherapie bei Hashimoto

Was versteht man unter Mykotherapie?

Mykotherapie bezeichnet die Anwendung von Heilpilzen (Vitalpilzen) zu gesundheitsfördernden Zwecken. Sie stammt ursprünglich aus der traditionellen chinesischen Medizin und wird heute ergänzend bei verschiedenen Beschwerden eingesetzt, unter anderem zur Unterstützung von Immunsystem und Darm.

Können Heilpilze bei Hashimoto das Immunsystem negativ beeinflussen, weil sie es ja eigentlich „stärken“ sollen?

Viele Heilpilze wirken nicht pauschal stimulierend, sondern eher regulierend auf das Immunsystem – sie helfen also eher, ein aus dem Gleichgewicht geratenes Immunsystem wieder auszubalancieren, statt es einseitig anzufeuern. Da Hashimoto eine Autoimmunerkrankung ist, bei der das Immunsystem ohnehin

überaktiv gegen den eigenen Körper reagiert, sollte der Einsatz von Vitalpilzen trotzdem am besten mit einem erfahrenen Therapeuten oder Arzt abgestimmt werden.

Wie werden Heilpilze eingenommen?

Heilpilze gibt es meist als Pulver, Kapseln oder Extrakte zu kaufen, die über einen bestimmten Zeitraum kurweise eingenommen werden. Die genaue Dosierung und Anwendungsdauer hängt vom jeweiligen Präparat und Pilz ab und sollte der Packungsbeilage bzw. der Empfehlung eines Therapeuten folgen.

Gibt es wissenschaftliche Belege für die Wirkung von Vitalpilzen bei Hashimoto?

Zur Mykotherapie allgemein gibt es eine wachsende Zahl an Studien, insbesondere aus Asien, speziell zu Hashimoto ist die Studienlage jedoch noch begrenzt. Viele Erfahrungen stammen aus der Praxis und der traditionellen Anwendung, weshalb Mykotherapie eher als ergänzende und nicht als allein wirksame Maßnahme verstanden werden sollte.

Kann ich Heilpilze mit meinen Schilddrüsenmedikamenten kombinieren?

Grundsätzlich sollte jede zusätzliche Nahrungsergänzung, auch Heilpilze, mit dem Arzt oder der Ärztin besprochen werden, der oder die deine Schilddrüsenmedikation betreut, um Wechselwirkungen auszuschließen. Halte dabei am besten auch zeitlichen Abstand zur Einnahme deiner Schilddrüsenhormone ein.

Das könnte dich auch interessieren

Detox bei Hashimoto – Entgiftung für dein Wohlbefinden →
Toxaprevent – ein wirklich tolles Mittel zum Entgiften →
Das Immunsystem – Tipps zur Immunstärkung bei Hashimoto →