

Der Agaricus blazei murril, kurz ABM, wird auf Deutsch auch „Mandelpilz“, „Sonnenpilz“ oder auch „Brasilianischer Engerling“ genannt. Erstmals wurde der Pilz 1893 im brasilianischen Regenwald nachgewiesen und vom japanischen Pilzzüchter Takatoshi Furumoto entdeckt und nach Japan gebracht. Man geht allerdings davon aus, dass die Regenwaldbewohner den Pilz und seine gesundheitsfördernde Wirkung schon viel länger kannten und als Nahrungsmittel einsetzten. Der ABM gehört zu den Champignons. Er geriet im Lauf der Jahre in Vergessenheit und wurde erst 1947 von dem amerikanischen Biologen W. A. Murrill wiederentdeckt. In den 1970er Jahren begann man damit, seine Inhaltsstoffe wissenschaftlich zu erforschen.

#### Inhaltsstoffe

Der Mandelpilz besitzt nach dem Maitake den zweithöchsten Gehalt an bioaktiven Polysacchariden, nämlich 17 verschiedene, davon 7 mit krebshemmender Wirkung. Hauptsächlich handelt es sich um hochwirksame Beta-Glucane. Im Fruchtkörper findet man aber auch Alpha-Glucane. Auch verschiedene proteingebundene Glucane mit immunmodulierender und krebshemmender Wirkung konnten nachgewiesen werden. Außerdem enthält der ABM Lektine, Nukleoside, Isoflavone, Steroide, Sterole, Fettsäuren, Mineralstoffe wie z. B. Kalium, Kupfer, Zink, Eisen, Kalzium, Magnesium, Selen, Vitamin B und D und eine beachtliche Menge an Aminosäuren. Unter allen Vitalpilzen hat der Mandelpilz das höchste Vorkommen an Tryptophan und GABA. Er gehört zu den proteinreichsten Pilzen.

#### Wirkung

In Japan, Brasilien und USA ist der ABM offiziell als Antikrebsmittel zugelassen.

Die herzstärkende Wirkung des ABM ist vor allem auf den hohen Gehalt an GABA und Tryptophan sowie Nukleoside und Nucleotide zurückzuführen.

Der ABM hat eine positive Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System, Bluthochdruck und Herzerkrankungen.

Man schätzt die immunregulierende Wirkung des Vitalpilzes. Damit schützt er auch die Langerhans-Inseln der Bauchspeicheldrüse und wird zur Behandlung und Vorbeugung von Krebserkrankungen und Allergien eingesetzt. Der ABM stimuliert hauptsächlich natürliche Killerzellen, aber auch Granulozyten, Monozyten, dendritische Zellen, Makrophagen und T-Zellen. Er erhöht die Ausschüttung von Gamma-Interferon, Interleukinen und TNF-alpha.

Eine positive Wirkung konnte bei Darmentzündungen, Autoimmunkrankheiten und Allergien festgestellt werden. Die Polysaccharide unterdrücken die Proliferation von Krebszellen und haben einen zytotoxischen Effekt.

Der Mandelpilz unterstützt den Stoffwechsel und hat eine leberschützende Wirkung.

#### Seine Eigenschaften:

- immunaktivierend und immunmodulierend
- krebshemmend, antimetastatisch
- wirkt allergischen und autoimmunen Reaktionen entgegen
- antibakteriell
- antiviral
- antiinflammatorisch
- antidiabetisch
- antiarteriosklerotisch

- entgiftend auf Zellebene
- senkt Cholesterin und Triglyceride
- reguliert Bluthochdruck
- leberschützend
- fördert Hautgesundheit

#### Therapeutische Einsatzgebiete des ABM:

- Autoimmunkrankheiten
- insulinabhängiger Diabetes
- Leberkrankheiten
- Milzerkrankungen
- Schilddrüsenerkrankungen
- Tumorkrankheiten (auch unterstützend zu Chemotherapie)
- Leukämie
- Stärkung des Immunsystems
- Viruserkrankungen
- Osteoporose
- Allergien
- Unterstützung bei Hauterkrankungen wie Akne oder Schuppenflechte

#### Einsatzgebiete bei Tieren:

- Krebserkrankungen, Krebsvorbeugung
- Immunschwäche
- Virale und bakterielle Infektionen
- Fellprobleme
- Hautprobleme
- Herzinsuffizienz
- Diabetes Typ 2, Insulinresistenz
- Leishmaniose
- Leberschutz und Leberstärkung
- Herpesinfektion
- Chronische Darmentzündungen
- Zeckenprophylaxe

Der Mandelpilz ist ein sehr empfindlicher Vitalpilz, der nur schwer gedeiht. Seine Erntezeit ist von Oktober bis April. Er mag Temperaturen von 23 bis 28 Grad Celsius und einen Feuchtigkeitswert von 80%. Sonne verträgt er gut.

#### Quellen:

[www.vitalpilzratgeber.de](http://www.vitalpilzratgeber.de)

Wanda May Pulfer: Mykotherapie für Tiere

[www.vitalpilze.de](http://www.vitalpilze.de)

[www.mykowitz.com](http://www.mykowitz.com)