

# Auf die Qualität kommt es an

Ein Klick ins Internet und der Leser findet eine unüberschaubare Flut von Pilzprodukten. Vertrauenswürdig ist, wenn die Produkte ein **Gütesiegel** von einem unabhängigen Prüflabor erhalten haben.



© Jag\_cz / fotolia.com

**S**o begrüßenswert es ist, dass Vitalpilzen zunehmend Aufmerksamkeit geschenkt wird, so schwierig ist es für Laien, seriöse von unseriösen Anbietern zu unterscheiden. Pilze mit gesundheitsregulierendem Potenzial sollten stets von einem unabhängigen Labor geprüft werden – und zwar jede Charge, die produziert wird.

Sind Qualität, Reinheit und Identität gesichert, ist ein hohes Maß an Sicherheit gewährleistet.

**Das ist zu prüfen** Seriöse Anbieter lassen ihre Produkte kontinuierlich auf Rückstände von Pestiziden, auf Radioaktivität, Schwermetalle und auf mikrobiologische Verunreinigungen überprüfen und stellen Ver-

brauchern die Ergebnisse auf Anfrage problemlos zur Verfügung. Bereits pulverisiert, sollten Vitalpilze zudem einem DNA-Identitätstest unterzogen werden. Nur so wird sichergestellt, dass „drin ist was drauf steht“. Ist alles in Ordnung, erhält die Charge ein Prüfsiegel. Ein Beispiel für ein renommierteres Siegel ist das Agrolab-Siegel. Dieses wird nach sehr strengen Richtlinien vergeben und nur regelmäßig kontrollierte Produkte erhalten es. Die Laborgruppe Agrolab ist unabhängig, akkreditiert und zertifiziert und prüft nach dem strengen deutschen Lebensmittelgesetz.

**Korngröße macht den Unterschied** Vitalpilze werden – je nach Gattung – auf unterschiedliche Weise kultiviert. So enthalten zum Beispiel Produkte für Frauen mit leichten depressiven Verstimmungen aufgrund der Wechseljahre, oder Menschen mit Konzentrationsstörungen, zum Beispiel gestresste, berufstätige Eltern oder Schüler im Abi-Stress, keinen wild gesammelten Cordyceps sinensis (Chinesischer Raupenpilz), sondern das in einer spezifischen Nährlösung gezüchtete Myzel (Wurzelgeflecht). Wieder andere Pilze, wie

der *Auricularia polytricha* (Judasohr), der präventiv zur Blutdruckregulation Verwendung findet, werden auf Holz gezogen. Nach der Ernte werden sie schonend getrocknet, damit alle wertvollen Inhaltsstoffe erhalten bleiben. Anschließend werden die Pilze zu einem Pulver weiterverarbeitet. Je geringer der Zerkleinerungsgrad, desto besser die Bioverfügbarkeit der wirksamen Substanzen. Bewährt hat sich die Shellbroken-Methode. Sie garantiert eine Korngröße von weniger als 0,125 Millimeter.

Der wichtigste Bestandteil der Vitalpilze sind die in ihrem Chitingerüst gebundenen Polysaccharide. Mithilfe eines Heißwasserauszugs und einer ethanolischen Fällung werden diese extrahiert und auf einen bestimmten Prozentsatz standardisiert.

Anschließend, und das ist unabdingbar für die Qualität, muss jede Charge auf Rückstände kontrolliert werden. Zu guter Letzt wird das Pilzpulver zu Kapseln oder Tabletten, und der Extrakt zu Kapseln weiterverarbeitet.

Im Pulver beträgt der Anteil an Polysacchariden etwa ein bis drei Prozent. Extrakte liefern mit 20 bis 30 Prozent einen weit höheren Gehalt. Dennoch muss das eine nicht „besser“ sein als das andere. Manchmal ist es sinnvoll, beide Varianten einzusetzen. Das Mittel der Wahl bei Magenbeschwerden ist *Hericium erinaceus* (Igelstachelbart). Sein Pulver lagert sich protektiv an die Magenschleimhaut und bildet so eine natürliche Barriere. Extrakte dieses Pilzes hingegen stimulieren den Nervenwachstumsfaktor und beugen daher nervösen Magenleiden vor. ■

*Iris Priebe,  
PTA und Medizinjournalistin*

Venostasin® retard

# Sommerlicher Venenschutz auf natürlichem Weg



Neben der erblichen Veranlagung gehört vor allem Bewegungsmangel mit langem Stehen oder Sitzen zu den prädisponierenden Faktoren einer Venenerkrankung. Charakteristisch ist der schleichende Krankheitsverlauf. Erste Anzeichen für eine Venenerkrankung können Spannungsgefühle, Juckreiz, Schwellungen, Schweregefühl in den Beinen sowie nächtliche Wadenkrämpfe sein. Dauerhaftes Stehen, langes Sitzen und auch sommerliche Wärme führen zu einer Verschlechterung der Beschwerden im Tagesverlauf.

Für alle Formen von Venenerkrankungen gilt unabhängig von der jeweiligen Ursache: Der Druck in den Venen steigt kontinuierlich an und führt zu Gefäßveränderungen bis hin zu Venenklappendefekten. Durch den Rückstau des Blutes kommt es auf Dauer zu Aussackungen im venösen System, die sich z. B. in Krampfadern äußern können, aber auch die Entstehung von Thrombosen fördern.

Durch die veränderten Druckverhältnisse werden verstärkt lysosomale Enzyme freigesetzt. Die Enzyme greifen das Gefäßendothel an und bauen das Kollagengeflecht ab. Infolge der Schäden werden die Gefäßwände durchlässig, so dass Flüssigkeit und Proteine in das umgebende Interstitium gelangen können. Es kommt zur vermehrten Ödembildung in den Beinen, die als Schwellungen sichtbar werden.



## Roskastaniensamenextrakt (RKSE): Wirksamkeit klinisch erwiesen

Venostasin® retard enthält Roskastaniensamenextrakt (RKSE), der in mehrfacher Hinsicht therapeutisch wirksam ist. Er wirkt ödemprotektiv und antiinflammatorisch. Zudem stabilisiert er die Venenwand. Die in RKSE enthaltene Wirkstoffkombination – im Wesentlichen  $\beta$ -Aescin, Flavonoide und Gerbstoffe – stabilisiert das Gefäßendothel und verringert dessen Permeabilität, was der Neubildung von Ödemen entgegenwirkt.

## Venostasin® retard in der selbstmedikativen Therapie

Von etwa 16 Millionen Menschen mit einer Venenerkrankung befinden sich etwa zwei Millionen Betroffene in adäquater Behandlung. Alle Patienten können potentiell von der Einnahme von Venostasin® retard profitieren. Vor allem bei ersten Anzeichen für eine

Venenerkrankung eignet sich das Präparat zur selbstmedikativen Therapie in Absprache mit PTA oder Apotheker oder in Rücksprache mit dem Arzt. Venostasin® retard empfiehlt sich ebenfalls für die Kombinationstherapie mit Kompressionsstrümpfen.

Venostasin® retard ist nach Rücksprache mit dem Arzt auch für die Langzeittherapie geeignet. Die retardierte Darreichungsform reduziert das Risiko von Magenreizungen und unterstützt eine gute Verträglichkeit. Das erhöht die Akzeptanz ebenso wie die Tatsache, dass es sich bei Roskastaniensamenextrakt (RKSE) um einen pflanzlichen Wirkstoff handelt. Venostasin® retard hat seine Wirksamkeit in verschiedenen klinischen Studien unter Beweis gestellt. Im Vergleich zur Kompressionstherapie zeigt es eine höhere Compliance, da die Einnahme des Medikaments angenehmer ist, als das tägliche Tragen von Kompressionsstrümpfen – insbesondere im Sommer.

**Venostasin® retard: Wirkstoff:** Roskastaniensamen-Trockenextrakt. **Zusammensetzung:** 1 Hartkapsel, retardiert, enthält 240-290 mg Trockenextrakt aus Roskastaniensamen (4,5-5,5:1), entsprechend 50 mg Triterpenglykoside, berechnet als wasserfreies Aescin; Auszugsmittel Ethanol 50 % (v/v). **Sonstige Bestandteile:** Dextrin, Copovidon, Gelatine, Talkum, Ammoniummethacrylat-Copolymer (Typ A und Typ B), Triethylcitrat, Natriumdodecylsulfat, Titandioxid, Eisen(II,III)-oxid, Indigocarmin, Chinolingelb, Eisen(III)-oxid, Eisen(III)-hydroxid-oxid x H<sub>2</sub>O. **Anwendungsgebiete:** Pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung von Beschwerden bei Erkrankungen der Beinvenen (chronische Veneninsuffizienz), z. B. Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, nächtliche Wadenkrämpfe, Juckreiz und Ödeme. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen einen der Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Magen- und Darmbeschwerden (Schleimhautreizungen), Schwindel und Kopfschmerzen. Selten Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut (Juckreiz, Hautausschlag). Sehr selten schwerwiegende allergische Reaktionen (z. T. mit Blutungen), gynäkologische Zwischenblutungen, Tachykardie, Hypertonie.

Klinge Pharma GmbH, 56119 Bad Ems