



Pilze in unserem Körper

Pilzinfektionen zeigen sich als Fußpilz, Nagelpilz, Hautpilz oder Genitalpilz. Doch können Pilze über den Darm auch in die Blutbahn gelangen und auf diese Weise sogar einzelne Organe und Körperbereiche befallen, wie z. B. die Gelenke, die Lungen o. ä. Diese Art von Pilzinfektion wird häufig erst sehr spät erkannt und oft als Ursache der Beschwerden gar nicht erst in Betracht gezogen.

Pilzinfektionen betreffen sehr viele Menschen. Und obwohl eine äußerlich auftretende Pilzinfektion schnell erkannt wird, zeigt sich deren Behandlung häufig als besonders langwierig. In vielen Fällen greift zwar die medikamentöse Therapie und die Symptome verschwinden, doch leider ist dieser Erfolg oft nicht von langer Dauer. Die Pilze kommen zurück und zeigen sich erneut von ihrer plagenden Seite. Die Haut ist wieder gerötet und juckt, ein weiterer Fußnagel verfärbt sich, oder das erneute Brennen im Genitalbereich lässt Verzweiflung aufkommen.

Der Grund für eine häufige Wiederkehr der Pilze nach einer scheinbar erfolgreichen Behandlung ist, dass Anti-Pilz-Therapien nur den Pilz an sich bekämpfen. Ein Nagelpilz wird ausschließlich am Nagel, ein Hautpilz auf der Haut und ein Genitalpilz wird im Genitalbereich mit entsprechenden Medikamenten behandelt. Die eigentliche Ursache der Pilzkrankung wird gar nicht hinterfragt. Stattdessen kommen immer stärkere Medikamente zum Einsatz.

Dabei liegt die Ursache einer wiederkehrenden Pilzinfektion auf der Hand: Die Pilze treffen im Körper des Betroffenen nach wie vor ein ideales, saures Milieu an. Sie finden dort alles vor, was sie zum Wachstum und zur schnellen Vermehrung benötigen.

So, wie die Pilze in der Natur auf sauren Böden wachsen und sich von abgestorbenen Pflanzen oder Tierkadavern ernähren, leben die krankmachenden Pilze im menschlichen Körper unter ganz ähnlichen Bedingungen. Sie bevorzugen das kranke Gewebe als Nahrungsquelle. Wenn Pilze sich nur dort ansiedeln, wo sie übersäuertes oder krankes Gewebe vorfinden, dann ist bei einer Pilzinfektion davon auszugehen, dass der Körper des Betroffenen exakt das bietet, was die Pilze zur Vermehrung benötigen. In einem übersäuerten und geschwächten Körper können sie wachsen und gedeihen.

Normalerweise sorgt das Immunsystem dafür, dass Pilze und andere Eindringlinge aus dem Verkehr gezogen werden, bevor sie der Gesundheit schaden können. Haben es die Pilze dennoch geschafft, sich im Körper übermäßig zu vermehren, so lässt dies auch auf eine geschwächte Immunabwehr des Betroffenen schließen. Für die Schwächung des Immunsystems können eine nährstoffarme und säureüberschüssige Ernährung, lang anhaltender Stress oder eine regelmäßige Medikamenteneinnahme ebenso verantwortlich sein, wie eine Schwermetallbelastung oder eine chronische Erkrankung.

Aus diesem Grund kann eine Therapie nur dann langfristig erfolgreich sein, wenn alle vorliegenden Faktoren angegangen und behoben werden.

Wie gefährlich eine Pilzinfektion tatsächlich sein kann, zeigt sich besonders dann, wenn sich die Pilze im Darm vermehren. Hier finden sie ideale Lebensbedingungen. Die Pilze bedienen sich sofort an der ankommenden Nahrung und dem befallenen Menschen fehlen wichtige Nährstoffe. Überdies bieten die Darmzotten und die vielen kleinen Ausstülpungen optimale Versteckmöglichkeiten. Hier können Pilze wunderbare Nester bilden. Sie greifen die empfindliche Darmschleimhaut an, machen sie löchrig, gelangen in den Blutkreislauf und greifen geschwächte Organe an. Aus diesem Grund können die Auswirkungen einer Pilzinfektion auch enorm vielfältig sein. Und wer denkt bei Herz-, Gelenk- oder Atemproblemen schon an einen möglichen Pilzbefall?

Breiten sich Pilze über die Blutbahn im Körper aus, spricht man von einer sog. systemischen Pilzkrankung, da in diesem Fall das ganze "System" (der ganze Körper) betroffen ist.

Welche Pilze können uns schädigen?



Pathogenen Hefepilze - auch Candida genannt

Sie sind immer auch in einem *gesunden* Organismus auf Haut und Schleimhäuten zu finden. Das ist jedoch kein Problem, solange sie sich dort in kleiner Anzahl aufhalten. Gefährlich werden Hefepilze erst dann, wenn sie sich unkontrolliert vermehren können. Diese Entwicklung setzt jedoch optimale Lebensbedingungen für die Pilze voraus. Die Auswirkungen einer Hefepilzinfektion können sich an den Mundschleimhäuten (Mundsoor), im Genitalbereich oder auf der Haut zeigen.

Die Folgen eines Hefepilzbefalls im Magen-Darm-Trakt beschränken sich häufig nicht nur auf die typischen Verdauungsbeschwerden wie Blähungen, Durchfall oder Verstopfung. Wenn sie in die Blutbahn gelangen, können sie überdies zu Herzproblemen führen oder chronische Erkrankungen auslösen.

Die meisten Infektionen, die durch Hefepilze ausgelöst werden, verursacht derzeit noch der *Candida albicans*, andere sind jedoch nicht minder problematisch.



Schimmelpilze - z.B. Aspergillus niger

Er wächst bevorzugt auf feuchtem Mauerwerk, auf dem er die charakteristischen schwarzen Flecken hinterlässt. Zur Fortpflanzung bildet dieser Pilz enorm viele Sporen, die selbst unter widrigsten Bedingungen überleben. Daher kann auch nach vielen Jahren der Inaktivität noch ein neuer Pilz aus ihnen entstehen. Sie sind ebenso in der Erde, im Heu oder im Viehfutter zu finden .

Auch der Biomüll stellt in diesem Zusammenhang eine völlig unterschätzte Gesundheitsgefahr dar. Auf ihm tummeln sich unzählige Schimmelpilzsporen. Beim Öffnen der Biotonne werden große Mengen dieser Sporen aufgewirbelt und unbemerkt eingeatmet. Also besser die Luft anhalten!

Schimmelpilzsporen gelangen durch das Einatmen nämlich direkt in die Lunge und setzen sich an den feinen Lungenbläschen fest. Atemwegsprobleme und Lungenerkrankungen bis hin zu Lungenkrebs können die Folgen einer chronischen (dauerhaften) Schimmelpilzbelastung sein – z. B. wenn Schimmelpilze die Wände des Schlafzimmers überziehen.



Dermatophyten - Fadenpilze

Sie ernähren sich überwiegend vom Keratin (Hornschrift) der Haut und der Nägel. Daher sind sie auch hauptsächlich in diesen Arealen anzutreffen. Wie die meisten anderen Pilze lieben auch sie dunkle, warme und feuchte Orte. Daher befallen sie häufig die Füße, insbesondere die Zehenzwischenräume, sowie die Achselhöhlen oder die Hautfalten unterhalb der Brust. Dort sind sie geschützt und können sich ungestört entwickeln.

Einige dieser Arten leben in der Erde und gelangen beispielsweise durch Gartenarbeit auf die Haut. Andere wiederum leben im Fell von Tieren, von denen sie gerne auf die menschliche Haut übersiedeln. Wieder andere tummeln sich in feucht warmen Bereichen, wie in den sanitären Anlagen der Schwimmbäder, in der Sauna etc. Wird der Fußpilz nicht behandelt, kann er nicht nur chronisch werden, sondern auch den Nagel befallen, was dringend verhindert werden sollte, da der Nagelpilz deutlich schwieriger zu behandeln ist. Da der Nagel grundsätzlich nur sehr schlecht durchblutet ist, fällt es dem Organismus schwer, sich gegen den Pilz zu wehren, so dass auch Therapien meist sehr langwierig sind und aus verschiedenen Komponenten bestehen sollten, um den Pilz an verschiedenen Fronten zu bekämpfen.

Generell sind jedoch nicht nur die Pilze selbst für den Menschen gefährlich. Mindestens ebenso gesundheitsgefährdend sind deren Stoffwechselprodukte, die so genannten Mycotoxine.

Mycotoxin - das Gift der Pilze

Mycotoxine entstehen während des Pilzwachstums und werden von den Pilzen als Waffe gegen ihre Mitstreiter (Bakterien, Viren) eingesetzt. Die überwiegend von Schimmelpilzen ausgeschiedenen Gifte töten mögliche Konkurrenten und sichern den Lebensraum somit für die Schimmelpilze. Das bekannteste Mycotoxin ist der Alkohol. Er wird von Hefepilzen gebildet, indem sie Kohlenhydrate vergären. Im menschlichen Organismus belastet dieses Gift vor allem die Leber und die Nieren, was weitreichende gesundheitliche Auswirkungen zur Folge hat. Man kann also auch dann alkoholbedingte Leberschäden erleiden, wenn man nie einen Tropfen Alkohol trinkt.

Zu den besonders gefährlichen Mycotoxinen zählt das Aflatoxin. Es wird von den Schimmelpilzen gebildet und ist im Pilz selbst ebenso wie in dessen Sporen enthalten. Im Gegensatz zum Schimmel, der Lebensmittel früher oder später sichtbar befällt, bleiben die Sporen für das menschliche Auge stets unsichtbar. Schimmelpilzsporen entwickeln sich im Verborgenen und erst wenn eine männliche Spore auf eine weibliche trifft, entwickelt sich langsam der sichtbare Schimmel. Das bedeutet, dass auch ein offensichtlich noch nicht verschimmeltes Lebensmittel durchaus bereits die gefährlichen Schimmelpilzsporen enthalten kann.



Besonders anfällig für eine Aflatoxinbelastung ist Getreide. Wenn es nicht vollkommen trocken gelagert wird, ist es stark schimmelpilzgefährdet. Dazu zählt auch der Mais, der dann belastet z.B. als Viehfutter eingesetzt wird und dadurch über das Tier wieder zu uns kommt. Aber auch Nüsse, Trockenfrüchte sowie Zucker und Gewürze sind der Gefahr einer Aflatoxinbelastung ausgesetzt, sobald sie bei der Lagerung noch eine Restfeuchte aufweisen.

Aflatoxine sind sowohl hitze- als auch kälteresistent. Sie können daher weder durch Einfrieren noch durch Erhitzen abgetötet werden und gelangen durch die industrielle Verarbeitung in unsere Lebensmittel. Daher muss man davon ausgehen, dass viele Menschen diese enorm gefährlichen Gifte im Körper haben.

Bereits geringe Mengen können die Leber sehr belasten. Höhere Konzentrationen schädigen sie akut und können letztlich zur Bildung von Leberkarzinomen führen. Schützen Sie bei Pilzinfektionen unbedingt Ihre Leber! Die Leber als das größte Entgiftungsorgan hat unter einer Pilzinvasion besonders zu leiden. Sie ist es, die an vorderster Front gegen die Mycotoxine ankämpfen und diese ausschalten muss. Daher sollten hier Präparate zum Einsatz kommen, die der Leber bei der Entgiftung helfen und gleichzeitig die Regeneration der Leberzellen fördern.

Glücklicherweise gibt es Mittel, das nachweislich in der Lage sind, Mycotoxine und speziell Aflatoxine zu binden und über den Darm auszuscheiden.

Bei einem akuten starken Pilzbefall kann eine medikamentöse Behandlung zwar unumgänglich sein, sollte jedoch von ganzheitlichen Maßnahmen begleitet werden, da diese nicht nur zur vorübergehenden, sondern zur dauerhaften Entfernung der Pilze beitragen. Nur wenn die eigentlichen Ursachen dieser Infektion bei der Therapie berücksichtigt werden, kann eine Behandlung dauerhaft erfolgreich sein.

Sollten Sie Fragen zu diesem Thema haben, melden Sie sich doch einfach bei mir. Gerne informiere ich Sie auch über die Möglichkeiten, Pilzbefall zu testen und welche Anwendungen hilfreich sein können.