

Mykotherapie bei Herpes

Naturheilkundlicher Nährstoffkomplex mit Vitalpilzen für die Praxis



Beschreibung

Herpes simplex

Als Herpes simplex wird eine durch Herpes simplex-Viren hervorgerufene Viruserkrankung bezeichnet. Für die meisten Herpes-Erkrankungen sind zwei Haupttypen des Herpes-simplex-Virus (HSV) verantwortlich. Der Typ 1 (HSV-1) verursacht primär Lippenherpes (Herpes labialis) und Typ 2 (HSV-2) primär Genitalherpes (Herpes genitalis).

Zu den sonstigen Herpesformen zählen der Augenbindehaut-Herpes (Keratoconjunctivitis herpetica), der Nasen-Herpes (Herpes nasalis), Mundschleimhaut-Herpes (Stomatitis herpetica) und Gesichts-Herpes (Herpes facialis).

Ursachen

- **Herpes labialis** wird in den meisten Fällen schon im Kindesalter vor allem durch Tröpfcheninfektion verbreitet. Kinder von infizierten Müttern infizieren sich in den meisten Fällen schon während der Geburt. Circa 85 Prozent der Weltbevölkerung sind Träger des Lippenherpes-Virus.
- **Herpes genitalis** wird vor allem beim Geschlechtsverkehr übertragen und betrifft zwischen 20 und 80 Prozent der Erwachsenen, in Abhängigkeit von der sexuellen Aktivität und der Anzahl der Sexualpartner.

Nährstoffempfehlung

Nährstoffe	Tagesdosis	%NRV*
Shiitake-Extrakt	120,00 mg	**
Coriolus versicolor-Extrakt	120,00 mg	**
Agaricus blazei murill-Extrakt	120,00 mg	**
Reishi-Extrakt	120,00 mg	**
L-Lysin	540,00 mg	**
Vitamin C	80,00 mg	100%

*Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) Nr. 1169/2011 ** Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

Im Falle einer Infektion werden die Herpes-Viren in der Regel vom Immunsystem erkannt und bekämpft. Schaffen es die Viren allerdings sich im Zellkern der Nervenzellen einzunisten, werden sie von der Immunabwehr nicht mehr erkannt und können so auch nicht mehr bekämpft werden.

Der Herpes-Virus verbleibt in diesem Fall lebenslang in den Nervenzellen, bis er im Falle einer Schwächung des Immunsystems wieder aktiv wird. Das Auftreten von Herpes ist daher ein Anzeichen für ein geschwächtes Immunsystem aufgrund von Stress, Verletzungen, Fieber und hormonellen Schwankungen während der Menstruation und Schwangerschaft. Die einzelnen Herpes-Episoden können daher – abhängig vom jeweiligen Zustand des Immunsystems – unterschiedlich lang sein.

Symptome

- **Herpes labialis:** Die Erstinfektion mit Herpes-Viren bleibt häufig unbemerkt. Je nach Immunzustand beträgt die Inkubationszeit zwischen zwei und zwölf Tagen. Noch vor den ersten sichtbaren Anzeichen ist die betroffene Haut gespannt, gereizt, überempfindlich oder juckt. In der Folge kann es zum Auftreten sogenannter „Fieberbläschen“ vor allem auf den Lippen kommen. Sie können sich auf den

gesamten Mundraum ausbreiten. Nach einer gewissen Zeit platzen sie auf, mit kleinen, meist unangenehm schmerzenden Geschwüren.

- **Herpes genitalis:** Bei Typ-2-Infektionen bilden sich auf den Genitalien schmerzhafte kleine Bläschen, die in Gruppen angeordnet sind. Nach dem Aufplatzen entstehen Geschwüre, die ohne Narbenbildung abheilen. In manchen Fällen können zusätzlich Fieber, Lymphknotenschwellungen, Schmerzen beim Wasserlassen, Kopf- und Muskelschmerzen auftreten.

Mykotherapie bei Herpes-Infektionen

Herpes simplex Ausbrüche finden vor allem bei einem geschwächten Immunsystem statt (1). Heil- und Vitalpilze stärken dabei die Immunabwehr des Körpers gegen Viren (2,3). Die Kombination mit L-Lysin führt zu einer deutlichen Reduktion der Krankheitsdauer (1). Grundsätzlich ist eine rechtzeitige Behandlung von Herpes wichtig, um das Einnisten der Herpes-Viren in die Nervenzellen zu stoppen und zusätzliche bakterielle Infektionen zu vermeiden.

- **Shiitake** (*Lentinula edodes*) enthält Lentinan als definierte Schwefel-Polysaccharidverbindung sowie das sehr seltene Alkaloid Eritadenin. Lentinan zählt zu den sogenannten „Biological Response Modifiers“ (BRM), welche ausgeprägte immunmodulierende und antibakterielle Eigenschaften besitzen. Aus diesem Grund eignet sich Shiitake besonders zum Schutz gegen virale Infektionen wie Herpes-Infektionen.
- **Coriolus** (*Coriolus versicolor*) enthält die biologisch aktiven 1,3- und 1,4-Beta-Glucane und die beiden proteingebundenen Polysaccharide PSK (Krestin) und PSP (Polysaccharid-Peptide). Diese zählen auch zu den „Biological Response Modifiers“ mit starken immunstimulierenden Eigenschaften. Die Einnahme von Coriolus ist bei Herpes Virus besonders empfehlenswert, weil PSK durch die Stimulation der körpereigenen Interferonsynthese eine stark antivirale Wirkung besitzt.
- **Reishi** (*Ganoderma lucidum*): Zu den wichtigsten bioaktiven Inhaltsstoffen des Reishi zählen immunaktivierende Polysaccharide, zellschützende Antioxidantien, entzündungshemmende Triterpene sowie Aminosäuren, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente. Von den Polysacchariden sind vor allem die Beta-Glucane von besonderem Interesse, da diese im menschlichen Körper lange aktiv sind und somit

einen stimulierenden Effekt auf das gesamte Immunsystem ausüben (4). Untersuchungen zufolge erholen sich Patienten mit Herpes genitalis oder labialis weitaus schneller durch die Einnahme von Reishi (5).

- **Agaricus blazei murill** stimuliert die Zellen des Immunsystems sowie die Produktion von Zytokinen wie Interferone und Interleukine. Studien zeigen, dass die Inhaltsstoffe von *Agaricus blazei murill* Herpes Viren an der Vermehrung hindern. Je nach Dosis kann die Virusreplikation um bis zu 80 Prozent reduziert werden (6).
- **L-Lysin** ist eine essentielle Aminosäure mit stark antiviralen Eigenschaften, v.a. bei der Abwehr von Herpes simplex-Viren. Herpes-simplex Viren haben einen erhöhten Bedarf an der Aminosäure L-Arginin. L-Lysin fungiert hierbei als natürlicher Arginin-Antagonist und hemmt bei Herpes die Arginin-Aufnahme der virenproduzierenden Zellen (7). Die Zufuhr hoher Dosen von L-Lysin hemmt die Virusvermehrung und reduziert die Schwere und Häufigkeit von Herpes simplex-Erkrankungen signifikant (7,8).
- **Vitamin C** unterstützt und steigert die immunstimulierenden Wirkungen der in den Heilpilzen enthaltenen Wirkstoffe, v.a. der Beta-Glucane. Als wichtiges Antioxidans ist Vitamin C zudem an einer Vielzahl katalytischer und regulatorischer Stoffwechselprozesse beteiligt. Es ist essentiell für die gesunde Immunfunktion, fördert die Antikörperproduktion, die Interferonproduktion, die Lymphozytenreifung, die virale Infektabwehr und die Phagozytoseaktivität. Vitamin C stellt somit einen sinnvollen Co-Faktor bei viralen Infektionen dar.

Praxishinweis

Vitamin C: Für den therapeutischen Einsatz wird eine natürliche Form von Vitamin C aus Camu Camu empfohlen. Camu Camu-Früchte sind eine potente natürliche Vitamin C-Quelle. Die enthaltenen Anthocyane verstärken als sekundäre Pflanzenstoffe zudem die antioxidativen Eigenschaften von Vitamin C.

Anwendungsempfehlung

Die empfohlene Tagesdosis (siehe Nährstofftabelle) sollte auf 3 Einnahmen verteilt mit reichlich Flüssigkeit eingenommen werden, soweit im Einzelfall nicht anders indiziert ist.

Anwendungsbereich

1. Herpes simplex-Infektionen
2. Unterstützung des Immunsystems bei viralen Infektionen

Sinnvolle Anwendungskombinationen

- Aminosäuren bei Virusinfektionen siehe Nährstofftipps 10020628 und 10019180 (L-Lysin).
- Stärkung der Immunabwehr bei Infektionen siehe Nährstofftipp 10019188 (Cistus).
- Allgemeine Immunsystemstärkung siehe Nährstofftipp 10020036.
- Schwarzkümmelöl siehe Nährstofftipp 10020562.

Wechselwirkungen

Antazida, nicht-steroidale Antirheumatika, Salicylate, Orale Kontrazeptiva, Protonenpumpenhemmer, einige Zytostatika und Diuretika.

Literatur

- 1) Uwe Gröber, *Orthomolekulare Medizin, Ein Leit-faden für Apotheker und Ärzte*, 3. Auflage, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH Stuttgart (2008), ISBN 978-3-8047-1927-9
- 2) Darai, G., Handermann, M., Sonntag, H.-G., Zöller, L. (Hrsg.): *Lexikon der*
- 3) *Infektionskrankheiten des Menschen*. Springer, Berlin 2012
- 4) F. Firenzuoli, et al (2008): *The Medicinal Mushroom Agaricus blazei Murrill: Review of Literature and Pharmaco-Toxicological Problems In: Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, Volume 5 (2008), Issue 1, S. 3–15.*
- 5) Razumov IA et al (2010). *Antiviral activity of aqueous extracts and polysaccharide fractions from mycelium and fruit bodies of higher fungi. Antibiot Khimioter. 55(9-10): 14-8.*
- 6) Hijikata Y, et al (2007). *Herbalmixtures containing the mushroom Ganoderma lucidum improve recovery time in patients with herpes genitalis and labialis. J Altern Complement Med. 13(9): 985-7.*
- 7) KA Yamamoto et al (2013). *Antiherpetic activity of an Agaricus brasiliensis polysaccharide, its sulfated derivative and fractions. International Journal of Biological Macromolecules 52:9–13.*
- 8) Mailoo VJ, Rampes S (2017). *Lysine for Herpes Simplex Prophylaxis: A Review of the Evidence. Integr Med (Encinitas). 16(3):42-46.*
- 9) Griffith RS, et al (1987). *Success of L-lysine therapy in frequently recurrent herpes simplex infection. Treatment and prophylaxis Dermatologica. 175(4):183-90.*