

# MEDICINALE PADDENSTOELEN

---

*“Waar ziekte is,  
is een geneesmiddel”*

(PARACELSUS 1493-1541)



PETER VAN INEVELD

# VOORWOORD

**Het westen begint eindelijk in te zien wat het oosten al eeuwenlang weet: medicinale paddenstoelen zijn krachtige ziektebestrijders. En dan niet alleen de oosterse varianten: ook het elfenbankje, wat u hier in de bossen vindt, kan worden toegepast bij de behandeling van veel aandoeningen zoals auto-immuunziekten, allergieën, kanker, etc.. Maar hoe werken die medicinale paddenstoelen eigenlijk, wat is hun achtergrond en waarom is er momenteel zoveel belangstelling voor?**

Paddenstoelen hebben de mensheid altijd geïntrigeerd. Niet alleen hun rijkdom aan vormen en kleuren is opvallend, maar de aan hen toegeschreven mystieke eigenschappen zijn ook heel boeiend. Alleen al het woord 'paddenstoel' verwijst naar een magische, spirituele en duivelse sfeer. De wereld kan niet leven zonder die fascinerende schimmels en paddenstoelen: zij vormen een wezenlijk onderdeel van ons bestaan. Zonder dat we het beseffen leven wij in symbiose met schimmels en zijn we er geheel afhankelijk van. Zolang de mensheid bestaat, zó lang is zij al bekend met de eigenschappen van paddenstoelen, en dat niet alleen vanwege hun soms psychedelische kwaliteiten, maar vooral vanwege hun medicinale toepassingen.

Het gebruik van medicinale paddenstoelen (de 'mycotherapie') kent een lange geschiedenis. Dat is niet voor niets, want medicinale paddenstoelen hebben letterlijk hun sporen verdiend. In Aziatische landen, zoals China, Japan en Korea, behoort de toepassing van medicinale paddenstoelen tot de normale

.....

## Het gebruik van medicinale paddenstoelen kent een lange geschiedenis.

.....

therapeutische handelingen voor de aanpak van zowel psychische als somatische aandoeningen. Men schat dat er over de hele wereld ca. 140.000 verschillende soorten paddenstoelen bestaan waarvan er inmiddels 15.000 bekend zijn. Hiervan zijn er zo'n 800 bruikbaar bij een of meerdere medische indicaties.

Dit boekje neemt u in een vogelvlucht mee in de ongekende mogelijkheden van medicinale paddenstoelen. Ik wens u veel leesplezier.

Peter van Ineveld, auteur

# OVER DE AUTEUR

Peter van Ineveld (Roosendaal, 1959) is sinds 2001 werkzaam als Natuurgeneeskundig Therapeut. Vanwege zijn agrarische en antroposofische achtergrond was hij altijd al geïnteresseerd in hetgeen de natuur ons kan bieden op het gebied van natuurlijke geneeswijzen en zelfgezend vermogen. Door 'toeval' (wat is toeval?) kwam Peter van Ineveld in aanraking met medicinale paddenstoelen.

Mede door studies in Duitsland en Zwitserland en onderzoek is hij een autoriteit in de therapeutische toepassing van Medicinale paddenstoelen.

In zijn praktijk behandelt hij patiënten met de meest uiteen lopende aandoeningen maar het grootste gedeelte van zijn patiënten zijn mensen met een vorm van kanker.

Peter van Ineveld heeft een groot aantal artikelen op zijn naam staan in binnen- en buitenlandse tijdschriften en vakbladen en geeft in het land lezingen en trainingen over het gebruik en de toepassing van medicinale paddenstoelen.



**WE VERTELLEN WEINIG  
NIEUWS:**

---

Het gebruik van  
medicinale paddenstoelen  
begon naar schatting  
tussen 5000 en 7000  
jaar geleden.

# GESCHIEDENIS & OORSPRONG

**Gezondheid is een basisbehoefte van de mens. Werden mensen in vroege beschavingen geconfronteerd met ziekte, dan ging men er meestal uit dat boze geesten hieraan ten grondslag lagen. Desalniettemin werd toen ook al gekeken naar kruiden en middelen die als medicijn konden worden gebruikt. Door ervaring, instinkt, waarneming, overtuiging én puur geluk werden middelen gevonden die konden worden toegepast bij tal van aandoeningen.**

Deze vroege beschavingen verzamelde deze kennis voor duizenden jaren en deze kennis werd van generatie op generatie op mondelinge wijze doorgegeven. Dáár werd de basis gelegd van de Traditionele Geneeswijzen: lang voordat deze geneeswijzen werden beschreven.

De TCM (Traditionele Chinese Geneeskunde) is een der oudste Traditionele geneeswijzen waarbij medicinale paddenstoelen worden gebruikt en beschreven. Men schat dat het gebruik van medicinale paddenstoelen binnen de TCM tussen 5000 en 7000 jaar geleden begon. De oudste en officiële lijst van 365 geneeskrachtige stoffen dateert uit de 29e eeuw vóór Christus. Deze lijst, de Shennong Bencao Jing, bevat de Materia Medica van de TCM, en beschrijft naast tal van geneeskrachtige kruiden ook een aantal medicinale paddenstoelen.

Ook vanuit oude westerse culturen was al vroeg belangstelling voor medicinale paddenstoelen. In 1991 werd in de Ötztaler Alpen, op de grens tussen Oostenrijk en Italië, de overblijfselen van een mummie gevonden. Deze mummie, 'Ötzi the Iceman' genoemd,

had twee soorten paddenstoelen bij zich met geneeskrachtige eigenschappen: de Echte tondelzwam, waarschijnlijk voor het maken van vuur, en de Berkenzwam (*Piptoporus betulus*), een paddenstoel die bekend staat voor zijn antibacteriële- parasitaire en antitumor eigenschappen.

In Europa waren het vooral de Benedictijnen die zich bezig hielden met de helende kracht van medicinale paddenstoelen. Meest bekende is Hildegard van Bingen, bijgenaamd "de Sibille van de Rijn". Hildegard van Bingen was een duitse benedictijnse abdis en geldt als een van de grondleggers van de Duitse middeleeuwse mystiek en de traditionele Europeesche geneeskunde.

In de 20 eeuw kwamen de medicinale paddenstoelen ook wetenschappelijk uitgebreid in beeld en werd er veel onderzoek naar gedaan. In 1980 beschreven de hoogleraren Liu Bo en Bau Yun-zon, beiden werkzaam aan Academia-Sinica (Taiwan) de medicinale werking van 120 medicinale paddenstoelen. Op dit moment zijn ruim 800 medicinale paddenstoelen beschreven waarvan er ongeveer 500 anti-tumor-eigenschappen hebben.

# WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK

Echt wetenschappelijk onderzoek naar medicinale paddenstoelen is pas sinds 60 jaar aan de orde. Vooral de Ganoderma en Coriolus waren in Azië de eerste medicinale paddenstoelen die op uitgebreide schaal wetenschappelijk in beeld kwamen.

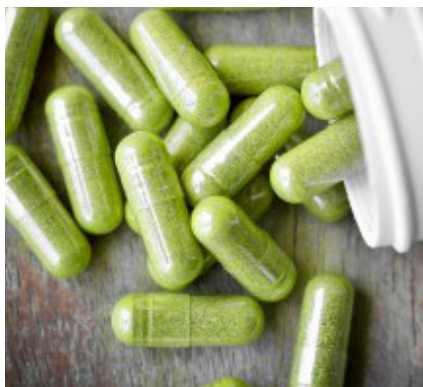
In aansluiting op de Aziatische onderzoeken heeft vanaf de jaren '80 vanuit westerse landen een overvloed aan in-vivo en in-vitro onderzoek plaatsgevonden op medicinale paddenstoelen. Tegen het midden van de jaren '90 waren er al duizenden gecontroleerde studies gedocumenteerd en in 2006 waren er 4087 wetenschappelijke documentaties ingediend het Amerikaanse Library of Medicine (NLM). Ondanks dat er al zoveel onderzoek is gedaan en is gedocumenteerd staan we nog maar aan het begin om de wereld van de paddenstoelen en de fungus te betreden.

Onderzoek en studie richt zich vooral op de samenstelling en eigenschappen van de medicinale paddenstoelen. Zo wordt er niet alleen gekeken naar het vruchtlichaam maar vooral ook naar het mycelium; de 'wortels' van de paddenstoelen. Het is vaak de combinatie van vruchtvlees en mycelium die de bijzondere heilzame eigenschappen van medicinale paddenstoelen vormgeven.

.....  
Echt wetenschappelijk onderzoek naar medicinale paddenstoelen is pas sinds 60 jaar aan de orde.  
.....

## GEBRUIK

Vroeger werden medicinale paddenstoelen toegediend volgens het zgn. 'heetwater-principe': middels heet water werden de extracten uit de paddenstoelen getrokken en opgedronken. Sinds ongeveer 30 jaar zijn we in staat de relevante delen, componenten of extracten uit paddenstoelen te isoleren en deze in capsule-, tablet-, poeder of vloeibare vorm toe te dienen.



# HOE WERKEN MEDICINALE PADDENSTOELEN?

**Sleutelwoorden bij medicinale paddenstoelen zijn essentiële suikers (die als ketens voorkomen in polysaccharides), anti-oxidanten en essentiële aminozuren. Maar ook vitaminen, mineralen en sporenelementen maken deel uit van van het brede pallet gezonde voedingsstoffen die medicinale paddenstoelen hebben te bieden.**

## **Essentiële suikers en polysacchariden**

De belangrijkste werking van medicinale paddenstoelen berust op de aanwezigheid van essentiële suikers. Polysacchariden hebben een aantal essentiële suikers: dat wil zeggen dat ons lichaam deze essentiële suikers nodig heeft voor vele lichaamsfuncties- en systemen. Ze worden essentieel genoemd omdat ons lichaam deze suikers moeilijk zelf kan maken en het dus essentieel is om ze via -gezonde- voeding binnen te krijgen. Essentiële suikers zijn nodig voor de communicatie in ons lichaam. Essentiële suikers zorgen ervoor dat ons lichaam optimaal kan functioneren en presteren.

## **Anti-oxidanten**

Anti-oxidanten zijn stoffen die, zoals de naam al zegt, oxidatie tegen gaan. In medicinale paddenstoelen zijn anti-oxidanten prominent en in grote hoeveelheden aanwezig. Zij vormen samen met het pallet van Polysacchariden en essentiële aminozuren de basis van hun bijzondere werking.

## **Essentiële aminozuren**

Medicinale paddenstoelen staan garant voor alle hoogwaardige en essentiële aminozuren. Ons lichaam heeft 22 verschillende aminozuren nodig bij de aanmaak van eiwitten die op hun beurt weer nodig zijn voor de aanmaak van lichaamcellen. Aminozuren

zijn de kleinste deeltjes van eiwitten: eiwitten zijn lange ketens van aan elkaar gekoppelde verschillende aminozuren. Een aantal (13) van deze aminozuren worden door ons lichaam zelf aangemaakt maar een aantal niet: deze aminozuren moet ons lichaam door voeding binnen krijgen. Deze aminozuren, 9 in totaal, noemen we 'Essentiële aminozuren'. Medicinale paddenstoelen staan garant voor deze essentiële aminozuren.

.....  
**Medicinale  
paddenstoelen  
staan garant voor  
alle hoogwaardige  
en essentiële  
aminozuren.**  
.....

# EEN AANTAL KRACHTIGE PADDENSTOELEN OP EEN RIJ

In Nederland zijn ongeveer 13 medicinale paddenstoelen in de handel. De meest bekende zijn de *Coriolus versicolor*, *Ganoderma*, *Hericium*, *Lentinula edodis*, *Polyporus*, *Chaga*, *Pleurotus ostreatus*, *Grifola*, *Cordyceps sinensis*, *Coprinus comatus*, *Agraricus blazei*, *Poria cocos*, en *Auricularia auricula*. Dat is natuurlijk een fractie van de ons 800 bekende medicinale paddenstoelen. In dit boekje beschrijft de auteur een aantal van de meest bekende medicinale paddenstoelen.

## **Ganoderma lucidum, Reishi (Japan), Ling Zhi (Chin.)**



'Ling Zh' of 'Goddelijke paddenstoel der Onsterfelijkheid': zo klinkt de Chinese benaming van deze bijzondere paddenstoel. En dat is niet alleen omdat hij zo kleurrijk en mooi is, maar ook omdat zijn medicinale potentie een groot spectrum van aandoeningen en ziekten beslaat.

*Ganoderma* groeit van oorsprong in de natuur en heeft daarbij een voorliefde om zich te vestigen op *Prunus*bomen. Hij komt voor in het Verre oosten, Europa en Noord America en heeft een voorkeur voor gematigde en

subtropische gebieden. Mede door zijn harde vorm en zéér bittere smaak is de *Ganoderma* ongeschikt voor normale consumptie.

*Ganoderma* bezit 2 bestanddelen die uit het oog springen: dat zijn de polysacchariden en de triterpenen. Deze polysacchariden en triterpenen hebben medicinale eigenschappen. Triterpenen worden vooral gewaardeerd vanwege hun adaptogeen effect. Algemeen kan worden gezegd dat *Ganoderma* een enorme boost geeft aan ons immuunsysteem en aan ons zelf-genezend-vermogen.

Binnen de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCM) kent de *Ganoderma* een breed spectrum voor medicinale toepassing bij aandoeningen. Zo wordt hij oa. toegepast bij chronische hepatitis, nieraandoeningen, allergieën, huidziekten zoals eczeem en psoriasis, hematologische aandoeningen, auto-immuunziekten, diabetes, astma, bronchitis, fibromyalgie etc. etc. Daarnaast heeft *Ganoderma* door zijn antivirale en antibacteriële eigenschap veel invloed op de behandeling bij infecties zoals herpes zoster en herpes simplex en de ziekte van Lyme. Verder komt *Ganoderma* ondersteunend in



beeld bij problemen met oa. de urinewegen, huid, glucosespiegel, cholesterol en het cardiovasculaire systeem. Bijzonder is de link die Ganoderma vormt met de lever. Ganoderma staat erom bekend dat hij een beschermende en ondersteunende functie naar de lever heeft: zo werkt hij reinigend en ontgiftend op de lever.

Een bijzondere plaats neemt Ganoderma in bij de behandeling van kanker. Er hebben veel onderzoeken plaatsgevonden over toepassing van Ganoderma bij de behandeling van kanker. Zo is aangetoond dat Ganoderma significant ingrijpt bij de vorming van nieuwe bloedvaten bij kankerweefsels (angionese) waardoor deze kankerweefsels niet verder groeien en zich kunnen verspreiden. Ook is aangetoond dat een extract van Ganoderma, 'GanoPoly', een hogere activiteit geeft van de NK-cellen. Deze NK-cellen zijn verantwoordelijk voor het opruimen van de kankercellen in ons lichaam. Toepassing van Ganoderma komt in beeld bij borst-, prostaat-, darmkanker en leukemie.

**Coriolus versicolor  
(Elfenbankje), Yun Zhi (Chin.)**



Het ons welbekende elfenbankje, Coriolus versicolor, blijkt veel meer te zijn dan een gewone paddenstoel. Coriolus is de meest onderzochte - en voorgeschreven - paddenstoel met medicinale eigenschappen. Dat is niet zo vreemd, want deze paddenstoel heeft heel wat in haar mars. Het is verbazingwekkend dat Coriolus versicolor niet in de reguliere medische zorg wordt gebruikt, want haar werkzaamheid is ronduit verbluffend! Coriolus heeft in het Verre Oosten een lange reputatie in het verbeteren en onderhouden van een goede gezondheid. Hoewel deze kleurrijke paddenstoel over de hele wereld wordt gevonden werd tot voor kort haar medicinale kwaliteiten door de westerse geneeskunde terzijde geschoven en genegeerd.

.....

**Het is  
verbazingwekkend  
dat de Coriolus ver-  
sicolor niet in de  
reguliere medische  
zorg wordt gebruikt,  
want haar  
werkzaamheid is  
ronduit verbluffend.**

.....

Coriolus is te vinden op dode boomstammen zoals Beuk, Berk, Populier en Eik: zij is zelden te vinden op bijv. dennenbomen. De paddenstoel vormt een veelkleurig rozet met

een zijdeachtige hoed. Mede door zijn harde vorm is Coriolus ongeschikt voor normale consumptie.

Binnen de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCM) was al lang bekend dat Coriolus belangrijke antivirale en antibacteriële eigenschappen bezit. Zo wordt binnen de TCM Coriolus toegepast bij oa. herpes, gordelroos, Influenza, reuma, auto-immuunziekten en het Epstein Barr virus wat verantwoordelijk is voor de ziekte van Pfeiffer. Bij HIV-patiënten wordt Coriolus toegedient om de kwaliteit van het leven te verbeteren en vermoeidheid tegen te gaan. Ook kan Coriolus worden ingezet bij bacteriële infecties door bijv. Listeria en Klebsiella. Daarnaast heeft Coriolus een schimmelwerend effect waardoor het therapeutisch kan worden ingezet bij oa. candida. Verschillende klinische studies hebben aangetoond dat Coriolus ook een antivirale werking heeft op het Humaan Papilomavirus (HPV). HPV is verantwoordelijk voor oa. baarmoederhalskanker, keelkanker, anus kanker en peniskanker.

Coriolus heeft, naast vele vitaminen en sporenelementen, een hoog gehalte aan zgn. Polysaccharides. Twee van deze polysacchariden zijn PSK en PSP. PSK (Polysaccharide-Kureha) werd in 1977, na vele jaren van onderzoek en studie, officieel toegelaten als adjuvant geneesmiddel bij kanker door het Japanse ministerie van Volksgezondheid. PSK wordt als Krestin op de markt gebracht. PSP (Polysaccharide -Peptide) werd door de Chinese overheid in 1992 toegelaten als officieel geneesmiddel bij de behandeling van verschillende vormen van kanker.

Diverse studies vermelden ook de effectiviteit van Coriolus bij hormoonafhankelijke tumoren zoals borst- en prostaatkanker.

In combinatie met de reguliere radiotherapie kan Coriolus de negatieve gevolgen onderdrukken die hierbij ontstaan: verschillende studies tonen aan dat de stralingsschade aan gezond weefsel kan worden vermindert door het gebruik van Coriolus.

### **Inonotus Obliquus, Chaga, Bai Hua Rong (Chin.)**



Inonotus obliquus, beter bekend als Chaga, is een parasitaire zwam die hoofdzakelijk op Berken groeit. Berken groeien uitsluitend in een kouder klimaat zoals in Noord- en Oost Europa, het noorden van Amerika en Rusland: het is dan ook niet verwonderlijk dat Chaga zich thuis voelt in een kouder klimaat.

Chaga is in Rusland, en met name Siberië, al vanaf de middeleeuwen bekend als een krachtige medicinale paddenstoel die bij tal van aandoeningen en kanker kan worden gebruikt. Hier in het Westen kwam de belang-

stelling voor Chaga door het boek "Kanker-paviljoen" wat Aleksander Solzjenitsyn in 1967 uitbracht en waarin hij schreef over het gebruik van de Chaga als medicijn bij kanker. Zo gaat het verhaal dat in Siberië de boeren, om geld uit te sparen, vaak Chaga-thee dronken in plaats van koffie en dat daardoor in Siberië haast geen kanker voorkwam.....



Chaga is een harde, en gebarsten, uitstulping die aan de buitenkant zwart is en van binnen helder oranje. De associatie met een kanker-gezwel is niet zo vreemd: niet alleen vanwege zijn uiterlijk maar ook omdat zijn gastheer, de Berk, uiteindelijk aan de Chaga doodgaat.

In 1958 is men in Rusland en Finland begonnen met onderzoek naar de werking van Chaga waaruit wetenschappelijk werd aangetoond dat deze zwam een groot aantal zeer actieve componenten bevat die een antioxidatieve, antitumorale en antivirale werking hebben. Een aantal zeer belangrijke ingrediënten van de Chaga zijn de antioxidanten, bèta-D-Glucanen, polysacchariden, fytoosterolen, betulinol en betulinezuur.

Chaga is een zgn. Adaptogeen. Adaptogene planten en paddenstoelen helpen ons lichaam

weer in balans te komen. Zo heeft Chaga een zeer gunstige invloed op het zenuwstelsel, het cardiovasculaire systeem, endocriene systeem en het maag- darmstelsel. Hierdoor kan ons lichaam beter omgaan met stress en negatieve invloeden van buitenaf.

Chaga komt vooral in beeld bij de behandeling van kanker. Zo bezit Chaga de Triterpenen Betulinol en Betulinezuur welke van grote invloed kunnen zijn bij de behandeling van kanker. Chaga kan, vaak in combinatie met andere paddenstoelen, worden toegepast bij huid-, slokdarm-, keel-, darm- en leverkanker. Ook bij uitgezaaide prostaatkanker en botkanker is Chaga een paddenstoel die goed inzetbaar is.

.....

**Chaga is in Rusland, en met name Siberië, al vanaf de middeleeuwen bekend als een krachtige medicinale paddenstoel die bij tal van aandoeningen en kanker kan worden gebruikt.**

.....

**Agaricus blazei, ABM,  
'Amandelpaddenstoel'  
Paddenstoel van God,  
Jisongrong (Chin.),  
Himematsutake (Jap.)**



Agaricus blazei, de grote broer van onze welbekende champignon (*Agaricus bisporus*), verdient een olympische medaille. Deze, van oorsprong Braziliaanse paddenstoel, is niet alleen bijzonder smakelijk maar heeft ook medisch gezien een aanzienlijke staat van dienst.

Onderzoek wijst uit dat deze medicinale paddenstoel een overvloed heeft aan belangrijke bèta-glucanen die van invloed zijn op ons immuunsysteem. Binnen de traditionele Geneeskunde vind de *Agaricus blazei* al snel zijn weg voor besmettelijke aandoeningen vanwege zijn antivirale- en bacteriële eigenschappen. Daarnaast wordt de *Agaricus blazei* toegepast bij huidaandoeningen en aandoeningen aan het maag- darmkanaal.

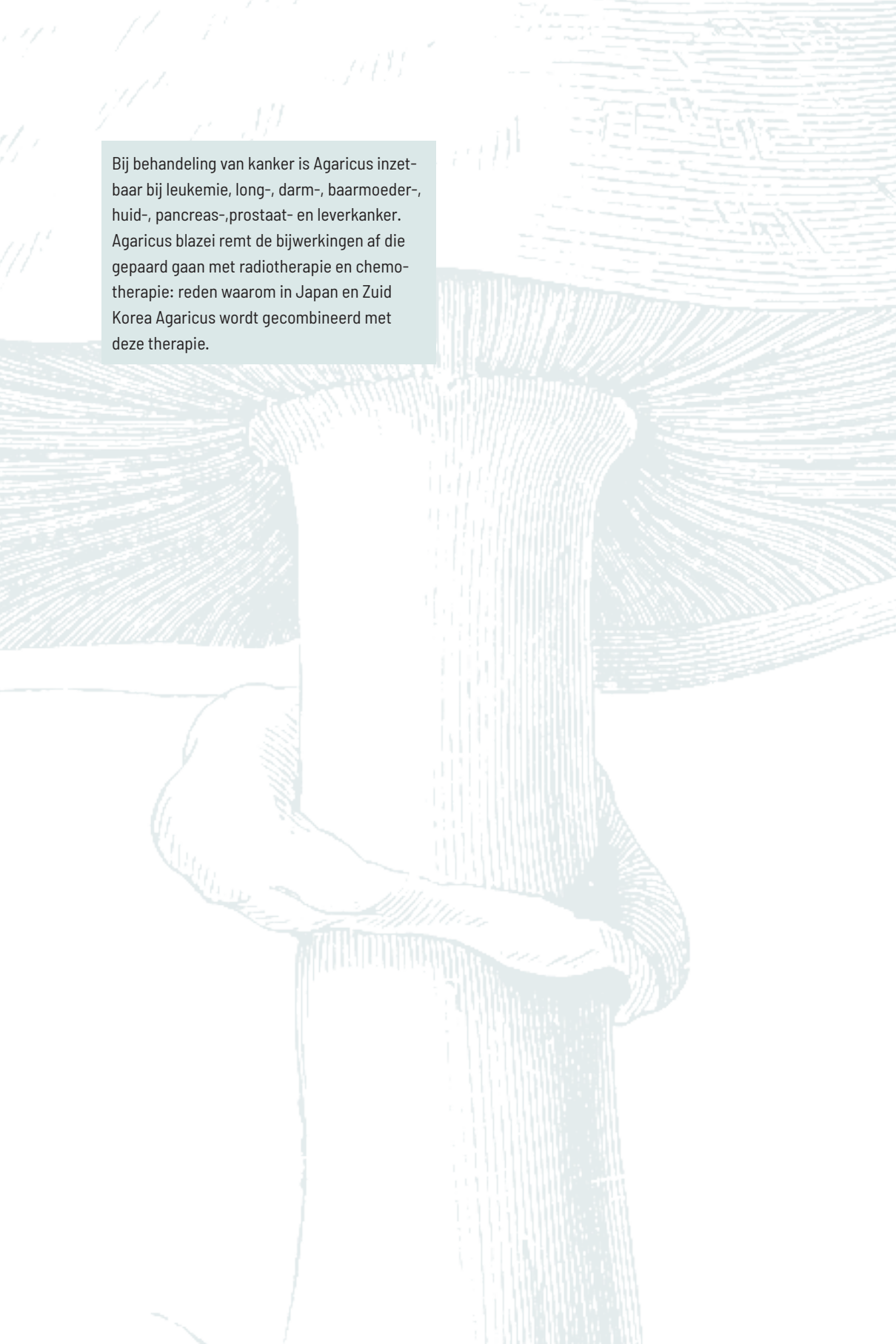
De *Agaricus blazei* heeft een breed werkveld als het gaat om medicinale en therapeutische toepassing. Dit komt niet alleen door haar overvloed aan bèta-glucanen maar ook door een evenwichtige combinatie van

waardevolle vitaminen (ribivlavine, niacine, biotine, foliumzuur en ergosterol), mineralen (kalium, zink, ijzer, calcium en magnesium) en belangrijke aminozuren. Ook bezit *Agaricus blazei* belangrijke enzymen die een sterke antioxiderende werking hebben welke van invloed zijn op vermindering van oxidatieve stress en vrije radicalen.

*Agaricus blazei* komt in beeld bij tal van aandoeningen. Denk hierbij aan allergiën, reuma, huidaandoeningen, osteoporose en diabetes type 2. Ook in combinatie met andere medicinale paddenstoelen komt de *Agaricus blazei* bijzonder tot zijn recht. We hebben het dan over behandeling van fibromyalgie, MS, ziekte van Alzheimer, Parkinson en psoriasis.

In combinatie met oa. *Poria cocos* en *Ganoderma lucidum* is *Agaricus blazei* goed in te zetten bij aandoeningen die te maken hebben bij het Atopisch syndroom. Denk hierbij aan constitutioneel eczeem, astma en chronische rhinitis.

.....  
**Onderzoek wijst uit dat deze medicinale paddenstoel een overvloed heeft aan belangrijke bèta-glucanen die van invloed zijn op ons immuunsysteem.**  
.....



Bij behandeling van kanker is Agaricus inzetbaar bij leukemie, long-, darm-, baarmoeder-, huid-, pancreas-, prostaat- en leverkanker. Agaricus blazeri remt de bijwerkingen af die gepaard gaan met radiotherapie en chemotherapie: reden waarom in Japan en Zuid Korea Agaricus wordt gecombineerd met deze therapie.

## **Hericium erinaceus, Pruikzwam (Ned.), Hou Tuo Gu (Chin.) Yamabushitake (Japan)**



Een prachtige paddenstoel om te zien, en niet alleen dat. De *Hericium erinaceus* is een parasitaire schimmel en komt voor in Noord America, Europa en Azië: de *Hericium* heeft een voorkeur voor hardere houtsoorten zoals Beuk. Het vruchtlichaam is eetbaar en kan herkend worden aan de lange en hangende stekels: zijn smaak is te vergelijken met zeevruchten.

Traditioneel werd de *Hericium* in China gebruikt bij stress en emotionele klachten. Ook wordt de *Hericium* aangewend bij problemen met het maag en darmstelsel.

Verschillende onderzoeken, waaronder ook westerse onderzoeken, hebben bevestigd dat het polysaccharide HEM, wat voorkomt in de *Hericium*, een zeer gunstige werking heeft op onze hersenen en ons zenuwstelsel.

Zo is bekend dat *Hericium* een positieve uitwerking heeft op de neurotransmitters: deze neurotransmitters zijn verantwoordelijk voor de signaaloverdracht binnen de zenuwen. Ook heeft *Hericium* een versterkende werking op het myeline: myeline is een stof die de zenuw omhult en mede verantwoordelijk is voor de zenuwimpuls (signaaloverdracht). Dit geeft ook meteen aan waar de grote kracht ligt van deze bijzondere paddenstoel. *Hericium* is uitermate geschikt voor toepassing bij neurologische aandoeningen zoals geheugenverlies, beginnende dementie, beginnende alzheimer en (Poly)neuropathie. Ook komt *Hericium* in beeld, gecombineerd met andere medicinale paddenstoelen, bij aandoeningen zoals ME, MS en Parkinson.

Daarnaast heeft deze paddenstoel een antidepressieve werking en is verder inzetbaar bij aandoeningen van de maag en slokdarm, ziekte van Crohn, aambeien en osteoporose.

*Hericium* staat bekend, zoals de meeste medicinale paddenstoelen, om zijn immunomodulerende eigenschappen. Daarom wordt hij bij de behandeling van kanker omarmd bij de bestrijding en genezing van maag-, slokdarm- en alvleesklierkanker.

Recent onderzoek laat zien dat *Hericium* positief kan bijdragen aan herstel bij Ischemie (doorbloedingstoornissen) en regulatie van de bloedsuikerspiegel bij Diabetes.

.....

**Heridium is uitermate geschikt voor toepassing bij neurologische aandoeningen zoals geheugenverlies, beginnende dementie, beginnende alzheimer en (Poly) neuropathie.**

.....

**Cordyceps sinensis, Dong-chongxiacou (Chin.), Tochukaso (Japan), Yartsa gunbu (Tibet).**



Zijn vorm, die bijzondere groeiwijze en zijn oorsprong: Cordyceps is een buitenbeentje onder de medicinale paddenstoelen. Van oorsprong komt deze paddenstoel voor in de hooglanden van Tibet, Nepal en China waar deze medicinale paddenstoel tot 8000 US\$ per kilo kan opbrengen: begrijpelijk dat, vanwege zijn bijzondere eigenschappen en grote vraag, deze paddenstoel tegenwoordig in een geconditioneerde omgeving op grote schaal wordt gekweekt.

Binnen de Traditionele Chinese Geneeskunde (TCM) heeft het gebruik van de Cordyceps een lange en intense geschiedenis. Hij staat voor de behandeling bij tal van aandoeningen, variërend van libidoklachten tot kanker.

In China wordt Cordyceps door veel topsporters gebruikt om de prestaties te verhogen: zo maakte het Chinees team een indrukwekkende vertoning op de Olympische Spelen van 1992. Meerdere wereldrecords werden verbroken. Meteen werd gedacht aan het gebruik van verboden Steroïden maar al snel bleek dat Cordyceps sinensis de sleutel van het succes was.

Cordyceps staat bekend als een libidostimulerend middel: zowel bij mannen en vrouwen. Daarnaast heeft Cordyceps een verhogend effect op de kwaliteit van de mannelijke geslachtshormonen en op het sperma. Daarnaast is wetenschappelijk aangetoond dat Cordyceps de vruchtbaarheid bij vrouwen verhoogd en daarmee tot meer succes kan leiden bij een IVF-behandeling; dit alles vanwege de het oestrogeenverhogend effect van Cordyceps.

Verder heeft onderzoek ook uitgewezen dat Cordyceps een verlagend effect heeft op LDL-cholesterol. Daarnaast geeft Cordyceps een significante toename in het (goede) HDL-cholesterol. Verder heeft Cordyceps veel invloed op de luchtwegen. Zo is de gunstige invloed van Cordyceps onderschreven bij aandoeningen zoals chronische bronchitis en astma. Ook is bekend dat Cordyceps een gunstige invloed heeft op COPD. Therapeutisch komt Cordyceps ook in beeld bij nierfalen. Zo is aangetoond dat Cordyceps bijdraagt aan

een betere nierfunctie bij patiënten met een nierfunctiestoornis of nierinsufficiëntie.

Bij de behandeling van kanker kan Cordyceps worden gebruikt bij schildklier- blaas- en borstkanker. Daarnaast wordt Cordyceps veel toegepast om de bijwerkingen van de reguliere therapie te onderdrukken. Overigens kan Cordyceps in een aantal situaties worden toegepast in combinatie met chemotherapie: het versterkt niet alleen de reguliere therapie maar onderdrukt ook de bijwerkingen daarvan.

.....  
**Bij de behandeling van kanker kan Cordyceps worden gebruikt bij schildklier- blaas- en borstkanker. Daarnaast wordt Cordyceps veel toegepast om de bijwerkingen van de reguliere therapie te onderdrukken.**  
.....

### **Shiitake (Japan), Xang gu (Chin.), Lentinula edodes.**



De Shiitake behoort tot de lekkerste eetbare paddenstoelen in de wereld; hij wordt door velen beschouwd als een delicatessen. Maar deze Japanse lekkernij heeft ook verschillende medicinale kwaliteiten.

In Azië wordt de Shiitake al eeuwen bewonderd vanwege haar waardevolle ingrediënten. Tijdens de Ming-dynastie (1368-1644) werd de Shiitake al geprezen als remedie bij problemen met de bovenste luchtwegen, slechte bloedcirculatie, leverproblemen en bij uitputting en zwakte.

In de jaren '60 en '70 is er in Japan veel onderzoek gedaan naar Shiitake wat ertoe heeft geleid dat er medicijnen zijn ontwikkeld die worden toegepast bij verschillende aandoeningen en kanker.

De bestanddelen die Shiitake zo bijzonder maken zijn de polysacchariden Lentinan en Eritadenin. In Japan wordt Lentinan, als extract, sinds 1985 als adjuvante behandeling toegepast bij oa. maagkanker: Eritadenin



heeft zijn invloed op het levermetabolisme en veroorzaakt daarmee ook een vermindering van het cholesterol.

Naast zijn immuunversterkende eigenschappen heeft Shiitake veel invloed op de lever en de werkzaamheid daarvan. Shiitake werkt ontgiftend op de lever. Aandoeningen die met onze westerse leefstijl hebben te maken kunnen worden opgevangen door Shiitake. Denk daarbij aan obesitas, een te hoog cholesterolgehalte, hoge bloeddruk en diabetes.

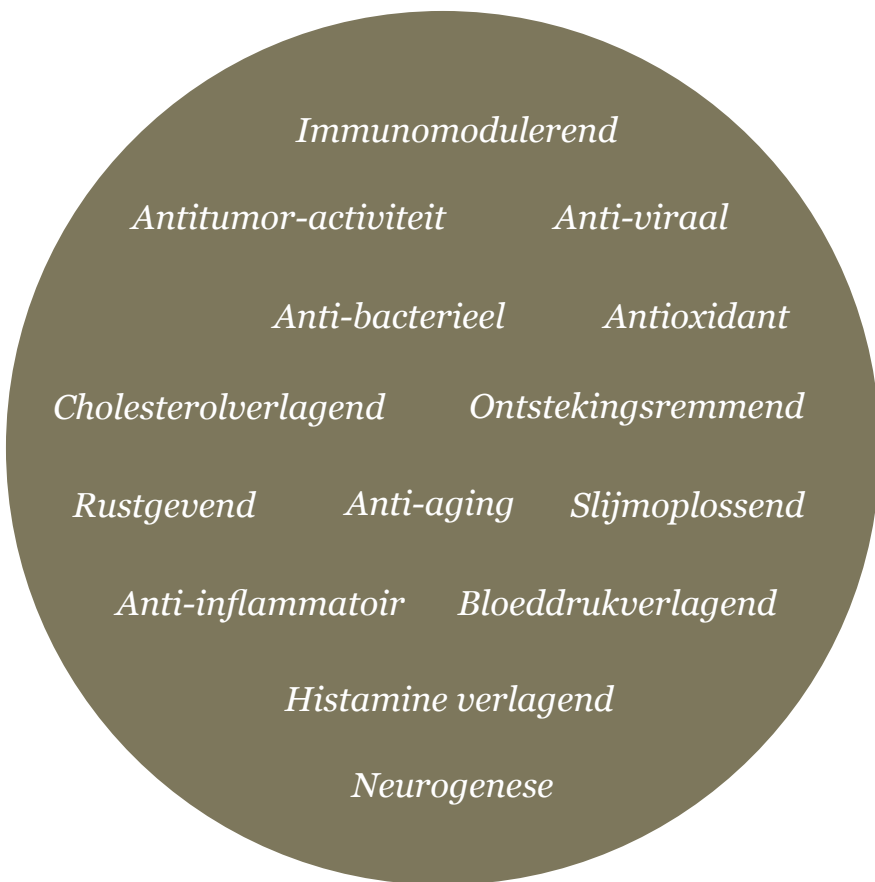
Door zijn ontstekingsremmende eigenschap is Shiitake, net als Reishi, goed in te zetten bij artritis, jicht en reuma. In deze gevallen kan het gebruik van Shiitake leiden tot minder pijn en tot meer beweging. Ook is Shiitake, net als Reishi, histamineverlagend en komt daarom ook in beeld bij verschillende allergieën.

.....  
**Naast zijn immuunversterkende eigenschappen heeft Shiitake veel invloed op de lever en de werkzaamheid daarvan. Shiitake werkt ontgiftend op de lever.**  
.....

Bij behandeling van kanker speelt Shiitake een belangrijke rol door het stimuleren van het immuunsysteem. Diverse studies hebben aangetoond dat het polysaccharide Lentinan gunstig invloed heeft op de behandeling van kanker. Al in 1969 werd aangetoond dat Lentinan remissie gaf bij sarcoom: in 1970 werd aangetoond dat Shiitake een anti-tumorale werking had op maagkanker. Shiitake en Lentinan wordt verder toegepast bij oa. leukemie, maag-, darm-, lever-, long- en slokdarmkanker. De laatste ontwikkelingen bij het onderzoek naar medische toepassingen van Shiitake omvat het gebruik bij de behandeling van het Humaan immunodeficiëntievirus (HIV). De Yamaguchi University in Japan ontdekte dat een extract van het Shiitake-mycelium, LEM genaamd, non-toxisch waren voor gezonde cellen maar toxiciteit vertoonde naar lichaamscellen die zijn geïnfecteerd met HIV. Ook werd aangetoond dat Lentinan, in combinatie met reguliere medicatie, significant meer effect gaven bij de behandeling tegen HIV.

# GENEZENDE FACTOREN VAN MEDICINALE PADDENSTOELEN

Bij ziekte kunnen medicinale paddenstoelen niet alleen zorgen voor een goed functionerend immuunsysteem; door de unieke eigenschappen van medicinale paddenstoelen krijgt ons lichaam meer kans om sneller en beter te genezen.



Het pallet van genezende factoren van  
medicinale paddenstoelen

Elke medicinale paddenstoel heeft naast een aantal algemene eigenschappen zoals het stimuleren van ons immuunsysteem, zeer specifieke eigenschappen. Dat maakt toepassing van medicinale paddenstoelen ook zo mooi omdat hierdoor een fine-tuning kan plaatsvinden in de behandeling. Het is vaak een combinatie van medicinale paddenstoelen die een optimaal effect geven bij de behandeling van aandoeningen en ziekten.

In combinatie met andere (reguliere) medicijnen kunnen medicinale paddenstoelen van grote betekenis zijn. Zo is bekend dat medicinale paddenstoelen een positief effect hebben tijdens chemo-behandeling bij kanker. Zij kunnen niet alleen het effect van de chemo-behandeling optimaliseren maar ook de vervelende bijwerkingen opvangen.

.....

**Door het brede  
pallet van genezen-  
de factoren komt  
toepassing van me-  
dicinale padden-  
stoelen bij veel aan-  
doeningen in beeld.**

.....

Zo kunnen Medicinale paddenstoelen o.a. worden voorgeschreven bij:

- Reuma (RA).
- Allergieën.
- Auto-immuunziekten.
- Huidaandoeningen.
- Maag- en darmproblemen.
- Verschillende vorm van kanker.
- Bijwerkingen chemo- en radiotherapie bij reguliere kankerbehandeling
- Neurologische en cognitieve aandoeningen.
- Ziekte van Lyme.
- Ziekte van Crohn.
- Menopauze.
- Candida-infecties.
- Schildklieraandoeningen.
- Prostaataandoeningen.

## Medicinale paddenstoelen bij kanker.

Toepassing van medicinale paddenstoelen bij kanker kan breed worden ingezet: al dan niet in combinatie met de reguliere behandeling.

In veel Aziatische landen gaat gebruik van medicinale paddenstoelen vaak in combinatie met reguliere therapie zoals chemotherapie en bestraling. Reden is dat medicinale paddenstoelen veel bijwerkingen onderdrukken die plaatsvinden bij de reguliere behandelingen. Zo is het van Ganoderma (Reishi) bekend dat het de aanmaak rode bloedcellen (erythrocyten) bevordert waardoor vermoeidheidsklachten significant afnemen. Agaricus blazei muriel (ABM) en Cordyceps sinensis bevorderen de aanmaak van witte bloedlichaampjes (leukocyten) waardoor het immuunsysteem zich beter herstelt.



.....

Als supplement geven medicinale paddenstoelen een constante prikkel aan het immuunsysteem om haar werk goed te doen.

.....



• *Reishi, Chaga en Shiitake: 3 medicinale paddenstoelen die in beeld komen bij de behandeling van borstkanker.*

De anti-virale eigenschappen van een aantal medicinale paddenstoelen kunnen bijdragen aan een vermindering van oa. baarmoederhalskanker. Van alle vrouwen die sexueel actief zijn krijgt 80 % in hun leven een HPV-infectie. Meestal ruimt het lichaam deze infectie binnen 2 jaar weer op. Dit HPV-virus, waarvan 2 stammen gevaarlijk zijn (16 en 18), kan aanleiding geven voor een voorstadium van baarmoederhalskanker.

Wetenschappelijk is bewezen dat Coriolus versicolor dit HPV-virus effectief kan bestrijden. De anti-virale eigenschappen van Coriolus versicolor zorgen ervoor dat het HPV-virus wordt bestreden. Coriolus komt overigens ook in beeld bij de integrale behandeling van baarmoederhalskanker.

.....

## Wetenschappelijk is bewezen dat de anti-virale eigenschappen van Coriolus versicolor het HPV-virus effectief kan bestrijden.

.....

Als integrale geneeswijze bij kanker komen vooral de immuno-stimulerende en anti-tumorale eigenschappen van medicinale paddenstoelen in beeld. Kern van medicinale paddenstoelen is het stimuleren van ons zelfgenezend vermogen: in die zin kunnen we toepassing van medicinale paddenstoelen bij kanker rekenen tot een van de meest oorspronkelijke en natuurlijke vormen van immunotherapie! Door hun specifieke kwaliteiten en eigenschappen kan met medicinale paddenstoelen ook een 'fine-tuning' plaatsvinden bij de behandeling van kanker. Dit maakt ook duidelijk dat toepassing van medicinale paddenstoelen maatwerk is, op de persoon gericht. Je behandelt niet de

aandoening kanker: het gaat om de persoon mét de aandoening kanker.

Behandeling van kanker met medicinale paddenstoelen is een natuurlijke vorm van genezing. Dat sluit overigens de reguliere en andere vormen van genezing gezins uit: vaak gaan deze perfect samen. Als monotherapie kunnen medicinale paddenstoelen bij kanker veel betekenen.

## Laatste opmerkingen over het gebruik van medicinale paddenstoelen

Medicinale paddenstoelen zijn verkrijgbaar als gewoon voedingssupplement. Deze kennen geen enkele bijwerking en zijn zeer zeker aan te bevelen! Ze zijn supergezond, stimuleren het immuunsysteem, hebben oxidatieve eigenschappen en werken ontgiftend op het lichaam ... , dus: altijd doen.

Ook mensen met een schimmelallergie of candida-infectie kunnen uitstekend medicinale paddenstoelen gebruiken, maar wel onder begeleiding.

Therapeutische toepassing van medicinale paddenstoelen bij aandoeningen zoals reuma, kanker, allergieën, psoriasis, diabetes etc. vereist maatwerk en inzicht. Ga nooit zelf dokteren, maar zoek altijd een arts of therapeut die je daarbij begeleidt.

.....

### Fotograaf omslag: Roger Vervoenen

• Armillaria mellea  
Armillaria mellea staat aan de basis van meerdere reguliere medicijnen zoals

antibiotica. Het komt in beeld bij neurologische aandoeningen, schimmelinfecties en de Ziekte van Ménière. Armillaria mellea is anti-tumoraal, antibacterieel en schimmelwerend.

.....

### Peter van Ineveld

Therapeut medicinale paddenstoelen bij Althera

**[www.althera.nl](http://www.althera.nl)**  
**[info@althera.nl](mailto:info@althera.nl)**

Correspondentie-adres:  
Schapendrift 164  
8075BA Elspeek

Tel. 06.23168662

Peter van Ineveld is tevens beheerder van:  
[www.medicinale-paddestoelen.startpagina.nl](http://www.medicinale-paddestoelen.startpagina.nl)  
[www.kanker-alternatieve-behandeling.startpagina.nl](http://www.kanker-alternatieve-behandeling.startpagina.nl)