NACHRICHTEN
Österreich

07. März 2025

Pilze im Fokus: Gesund leben mit den Wunderstoffen aus der Natur!

Internationale Forscher entdecken die gesundheitlichen Vorteile von Pilzen, insbesondere Ergothioneinen, für ein längeres, vitales Leben.

Krone AT, Österreich - Internationale Forschungsarbeiten haben faszinierende Entdeckungen über die heilenden Kräfte von Pilzen ans Licht gebracht. Studien belegen, dass Pilze wie Shiitake und der Kräuterseitling nicht nur köstlich sind, sondern auch über erstaunliche gesundheitliche Vorteile verfügen. Diese Schwammerln sind reich an Antioxidantien, insbesondere Ergothioneinen, die dabei helfen, den Zellstoffwechsel zu fördern und vor oxidativem Stress zu schützen, wie die **Krone** berichtete. Diese Stoffe konzentrieren sich in den roten Blutkörperchen sowie in wichtigen Organen und unterstützen so einen gesunden, aktiven Lebensstil bis ins hohe Alter.

Vorteile von Heilpilzen

Zudem zeigt die **Gesundheitsjournal**, dass Vitalpilze, die seit Jahrhunderten in der traditionellen chinesischen Medizin verwendet werden, das Immunsystem stärken und bei Krankheiten wie Diabetes und sogar Krebs helfen können. Der Löwenmähne Pilz und der Reishi Pilz sind nur zwei Beispiele für die bemerkenswerten Heilkräfte dieser Pilze. Der Maitake Pilz kann nicht nur das Körpergewicht regulieren, sondern hemmt auch das Tumorwachstum. Ihre einzigartige Zusammensetzung macht sie zu wertvollen Verbündeten für die Gesundheit.

Eine steirische Firma hat die positiven Wirkungen von

Kräuterseitlingen in einem Nahrungsergänzungsmittel gebündelt, um deren Vorteile gezielt zu nutzen. Die vielfältigen Eigenschaften dieser Pilze eröffnen neue Perspektiven in der Gesundheitspflege und zeigen klar, dass diese scheinbar kleinen Lebewesen Großes bewirken können.

Details	
Ort	Krone AT, Österreich
Quellen	• **www.krone.at** • **www.gesundheitsjournal.de**

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at