



Bild: Shutter\_arlulu/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

## Einnahmeempfehlung

2x täglich 30 Tropfen\*

\*Ca. eine halbe Stunde nach dem Essen mit einem Glas Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine **einschleichende Dosis von 2x täglich 20 Tropfen** mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung. (Herxheimer-Reaktionen)



# Cordyceps

*Cordyceps sinensis*

## Familie

Der Cordyceps ist keine gewöhnliche Pflanze, sondern ein Pilz. Im Grunde genommen handelt es sich um einen „parasitären“ Pilz. Er wird auch „Chinesischer Raupenpilz“ genannt und gehört zur Familie der Schlauchpilze (*Ascomycota*).

## Beheimatet

Heimisch ist der Pilz im Himalaya-Gebirge und anderen Gebirgsketten. Er wird auf einer Höhe von 3000 bis 5000 Meter gefunden und kommt in Teilen Tibets, Chinas und Nepal vor.

## Verwendete Pflanzenteile

Der gesamte Pilz wird verwendet.

## Inhaltsstoffe

Der Pilz enthält eine Vielzahl wertvoller Inhaltsstoffe für unsere Gesundheit. Zum Beispiel enthält er die Vitamine A,C, E, K1, B1, B2 und B12. Außerdem sind die Spurenelemente Zink und Selen im Pilz zu finden. Des Weiteren enthält er essentielle Aminosäuren und Antioxidantien.

## Anwendung

Der Cordyceps wird „Chinesischer Raupenpilz“ genannt, weil er in Raupen heranwächst. Er ist ein parasitärer Pilz – das bedeutet, dass er einen Wirt zum Wachsen braucht. Mit steigendem Wachstum nimmt er die Raupe ein, diese vergräbt sich im Pilz und stirbt. Der Pilz wird schon seit etlichen Jahren in der traditionell chinesischen Medizin eingesetzt und gilt als chinesisches Allheilmittel und Vitalpilz. Der Pilz soll nämlich die Energieproduktion jeder Zelle im Körper fördern. Aus diesem Grund soll er auch gut für Sportler geeignet sein und die körperliche Leistungsfähigkeit stärken. Eine Aminosäure, die in relativ hoher Menge im Pilz vorkommt, ist *L-Tryptophan*. Diese ist verantwortlich für die Herstellung von *Serotonin* (Glückshormon) im Gehirn. Darum kann der Cordyceps stimmungsaufhellend wirken. Des Weiteren soll er laut Volksheilkunde eine libido- und potenzsteigernde Wirkung haben, sowohl bei Frauen als auch bei Männern. Erwähnenswert ist auch, dass der Pilz die Produktion der Abwehrzellen fördert und somit das Immunsystem stärkt.