



Die Ausstellung war sehr gut besucht. Pilzberater Thomas Oberhofer hatte viel zu tun.



Die Giftbox der Pilzberater.

Fotos: is

# HCG wird zum „Schwammerlsurium“

## Pilzfrende Landshut veranstalteten ihre zweite Pilzausstellung mit Fachberatung



Von Ingar Schweder

Wie Pilzberater Thomas Oberhofer zu seinem Hobby gekommen ist, ist eine Geschichte, die wie ein Alptraum für junge Eltern beginnt: Oberhofer spielte vor etwa neun Jahren mit seiner damals einjährigen Tochter im Garten, da steckte sich sein kleines Mädchen urplötzlich ein Stück Pilz in den Mund, das sich als giftig herausstellte. Das weitere Problem vor dem Oberhofer stand: Einen Pilzsachverständigen konnte der heute 40-Jährige damals in der Region in der Kürze der Zeit nicht ausfindig machen. Die Sachverständigen beraten in Ernstfällen nämlich auch Krankenhäuser, da sie wissen, welches Gift in welchem Pilz enthalten ist. Der Pilz, den seine Tochter unbedingt probieren wollte, war – Glück im Unglück – ein Düngerring, der Magen-Darm-Reizungen verursacht. Doch wer kennt solche Pilze schon? Und wer weiß, welche Pilze im eigenen Garten giftig sind, oder sogar tödlich-giftig sein können, wie Fachleute Giftpilze noch einmal unterscheiden? Oberhofer ging daraufhin in die Lehre bei Alfred Hussong (Niederaichbach) und ließ sich zum Pilzberater ausbilden. Gemeinsam gründeten sie die Pilzfrende Landshut. Durch die Arbeit des Vereins gibt es wieder mehr Pilzberater in der Region, an die sich jeder kostenlos wenden kann.

Der Verein veranstaltete am Samstag und Sonntag seine bereits zweite Pilzausstellung, dieses Mal im Hans-Carossa-Gymnasium. Dort unterrichtet Oberhofer auch Mathematik und Physik. Die Exponate sammelten die etwa 70 Mitglieder am Vortrag in ihren Stammwäldern. Die etwa 200 verschiedenen Sorten, die ausgestellt und vorher bestimmt wurden, waren also alle frisch. Wie in einem Diorama drapierten sie die Exemplare optisch eindrucksvoll zwischen Moos und Geäst, das sie ebenfalls mitgebracht hatten. Die Besucher hatten so an den beiden Messtagen die Möglichkeit, von den Pilzberatern viel Wissenswertes direkt am Anschauungsobjekt zu erfahren.

Es gibt nämlich neben den klassischen Speisepilzen wie Champignon, Pfifferling und Steinpilz auch



Bürgermeister Dr. Thomas Keyßner mit den Pilzfachberatern Alfred Hussong, Thomas Oberhofer, Christiane Baumgartner und Sabine Wimmer (von links)

solche, die zwar im rohen Zustand giftig sind, im gekochten Zustand aber genießbar werden. Vorsicht muss man als Pilzsammler dennoch sein, vor allem als Hobby-Sammler: Viele genießbare Speisepilze haben böse Doppelgänger. So stellten die Pilzfrende auch eine abgeschlossene

Giftbox im „Schwammerlsurium“ aus, mit besonders gefährlichen Exemplaren gefüllt. Zudem stellen sie Tafeln auf, die kleine aber feine Unterschiede von Pilzen erklärten, die sich auf den ersten Blick tatsächlich täuschend ähnlich sehen. „Wer kein Fachmann ist, soll-

te nach dem Sammeln ohnehin immer einen Berater aufsuchen“, sagt Oberhofer. Ein Pilzberater kann mindestens 150 Speisepilze exakt von ihren bösen Doppelgängern unterscheiden.

Eröffnet wurde die Pilzmesse von Bürgermeister Dr. Thomas Keyßner, der sich sogleich fasziniert in der Welt der heimischen Schwämme einführen ließ. Ziel der Pilzfrende Landshut ist es als gemeinnütziger Verein in der Öffentlichkeit die volkstümliche und wissenschaftliche Pilzkunde zu fördern und aufrecht zu erhalten. Zudem gibt es beim Sammeln Regeln, die beachtet werden müssen. Dazu bietet die Pilzfrende Wanderungen, Vortragsveranstaltungen aber auch öffentliche Pilzberatungen an. Außerdem kartieren die Pilzfrende ihre Funde und erfassen die Standorte von geschützten, gefährdeten und seltenen Arten. Ein Problem beim Pilze sammeln seien Apps, die Sammler beim Bestimmen von Pilzen helfen sollen. Von der Nutzung rät Oberhofer zwar nicht grundsätzlich ab. „Ob die Pilze essbar sind, darauf sollten sich Sammler aber auf keinen Fall verlassen.“

Übrigens: Das größte Lebewesen der Welt ist ebenfalls ein Pilz: Tief

unter der Erde Oregons (USA) schlummert seit 2400 Jahren ein Hallimasch, der sich dort durch das Erdreich bohrt. Er wiegt etwa 600 Tonnen (entspricht vier Blauwalen) und erstreckt sich über ein Gebiet von neun Quadratkilometern (etwa 1200 Fußballfelder).

### ANZEIGE

#### DAS LANDMAGAZIN IHRER TAGESZEITUNG



## Fettleber und Diabetes

### Informativer Vortrag bei der Diabetes-Selbsthilfegruppe Typ II

Im Hotel „Goldene Sonne“ traf sich die Diabetes-Selbsthilfegruppe Typ II. Nicole Aufleger, Diabetesassistentin von der Praxis Sternfeld, sprach zu dem Thema „Fettleber und Diabetes“.

Zuerst erklärte sie die Aufgaben der Leber: Diese übernimmt Stoffwechsel- und Speicherprozesse, Steuerung des Energiehaushalts, Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen, Regulierung des Hormonhaushalts, sie fungiert als „Kläranlage“ und Entgiftungszentrale und produziert bis zu einem Liter Gallensaft täglich.

Dann klärte Aufleger darüber auf, was der Leber schadet. Dazu zählt Alkohol auch in kleinen Mengen, Medikamente wie Schmerzmittel, Antibiotika, Narkosemittel, Chemotherapie und pflanzliche Arzneimittel, Infektionen durch Hepatitisviren, Knollenblätterpilz, ungesunde Ernährung sowie Diabetes und Übergewicht.



Michaela Hansen (links) bedankt sich bei der Referentin Nicole Aufleger für den informativen Vortrag.

Wie kommt es zur Fettleber? Durch Einlagerung von Fett in die Leber. Durch zu viel Fettbildung der

Leber gelangen zu viele Fettsäuren in die Leber. Eine weitere Möglichkeit ist die Einlagerung von Fett in die Leber durch zu geringen Abbau der Fettsäuren. Auch aus Kohlenhydraten entsteht bei zu geringem Verbrauch Fett. Was schützt vor Fettleber? Kohlenhydrate reduzieren, auch Obst, besonders verarbeitete Obstprodukte, Umstellung auf Olivenöl, Rapsöl, Leinöl und Walnussöl, Leberschutz in Form von Gemüse und

Salaten mit hohem Bitterstoffgehalt. Dazu täglich, wenn möglich zwei Liter Flüssigkeit pro Tag trinken. Kaffee ist Leberschutz, drei bis vier Tassen sind möglich, dazu empfiehlt sich körperliche Aktivität fünfmal pro Woche je 30 Minuten, sowie der Verzicht auf Nikotin und Alkohol.

Eine Fettleber muss man ernstnehmen: Die Fettleber ist kein harmloser Befund, regelmäßige Kontrollen beim Arzt sind nötig, die Fettleber erhöht das Risiko für Diabetes und Herz-Kreislauferkrankungen.

Zum Schluss gab Aufleger eine Empfehlung für das Buch „So kriegt die Leber ihr Fett weg“ von Prof. Dr. med. Julia Seiderer-Nack. Die Leitern der Selbsthilfegruppe, Michaela Hansen, bedankte sich bei Frau Aufleger für den ausführlichen Bericht und überreichte ihr als Dankeschön einen kleinen Blumenstrauß.