

**Zeitschrift:** Schweizerische Zeitschrift für Pilzkunde = Bulletin suisse de mycologie  
**Herausgeber:** Verband Schweizerischer Vereine für Pilzkunde  
**Band:** 87 (2009)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Das Bio-Viagra vom Dach der Welt  
**Autor:** Neukom, Hans-Peter  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-935608>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Das Bio-Viagra vom Dach der Welt

HANS-PETER NEUKOM

Lifestyle-Medikamente wie Viagra sind keine Erfindung der Neuzeit. Einem Pilz aus dem tibetischen Hochland werden auf diesem Gebiet schon lange besondere Kräfte zugesprochen.

Wer nicht mehr kann, nimmt Viagra. Allzu viele wirklich wirksame Alternativen zu den kleinen blauen oder gelben Pillen mit den Phosphodiesterase-5-Hemmern Sildenafil (Viagra), Tadalafil (Cialis) oder Vardenafil (Levitra) gab es bisher nicht. Das soll sich nun ändern, und zwar dank eines Naturheilmittels, das sich in der Traditionellen Chinesischen oder Tibetischen Medizin schon seit Jahrhunderten bewährt haben soll. Die Rede ist vom Tibetischen Raupenkeulenpilz (*Cordyceps sinensis*). In der Chinesischen Medizin wurde der Pilz erstmals von Wang Ang 1694 verzeichnet. Im Tibet geht seine Ersterwähnung sogar bis ins 15. Jahrhundert zurück. Der Arzt Surkhar Namnyi Dorje (1439 bis 1475) pries den dort unter der Bezeichnung Yartsa Gunbu oder «Sommergras-Winterwurm» bekannten Pilz als wirkungsvolles Liebesmittel.

## Vom Tibet in den Westen

Mit etwas Phantasie mag man ihm solche Wirkungen durchaus zutrauen, führt er doch selbst ein für Pilze eher ungewöhnliches Dasein: Er wächst nämlich direkt aus dem Kopf einer toten Raupe. Nimmt man den Preis als Massstab für die Wirksamkeit, muss dieser seltsame Pilz überdurchschnittlich wirksam sein. Angesichts solcher Vorgaben war es nur eine Frage der Zeit, bis der asiatische Potenzpilz auch Eingang in die abendländischen Schlafzimmer – pardon, in die westliche Medizin – fand. Wesentlich erleichtert wurde dieser Zugang in den letzten Jahren dadurch, dass es gelang, den Pilz ohne Raupen bequem in geeigneten Nährböden zu züchten. Vervollständigt wird das Marketingarsenal für den Viagra-Konkurrenten schliesslich durch mehr oder minder wissenschaftliche Studien. Diese sollen nicht nur seine lendenstärkende Wirkung, sondern im gleichen Aufwisch auch seine diversen anderen Wirkungen gegen Entzündungen, Immunschwäche und sogar gegen Tumore und deren Metastasen bewiesen haben. Ob die nicht näher definierte sexuelle Wirkung tatsächlich

auf dem Inhaltsstoff Cordycepin beruht, ist nicht sicher geklärt. Tatsächlich steht dieser immerhin schon recht therapeutisch klingende Name für das Molekül 3-Deoxyadenosin, ein in der belebten Natur weit verbreitetes sogenanntes Adenin-Ribose-Nucleosid. Die mit biochemischen und medizinischen Fachausdrücken gespickten wirkungsverstärkten Studienzusammenfassungen dürften hilfesuchenden Liebhabern aber auch unabhängig von ihrer tatsächlichen Aussagekraft als zumindest pseudowissenschaftliches Heilversprechen genügen.

Aber: Einiges von dem, was die traditionelle Chinesische Medizin seit Hunderten von Jahren überliefert, konnte in den letzten Jahren tatsächlich bestätigt werden. So zeigten Untersuchungen an der Medizinischen Fakultät in Peking, dass die Einnahme des Raupenkeulenpilzes bei 65 Prozent der Testpersonen zu einer verbesserten sexuellen Aktivität führte. Gerade ältere Menschen gaben an, dass nach einer dreimonatigen Einnahme des Pilzes ihre sexuellen Aktivitäten deutlich zugenommen hätten. Dabei ist der Wirkungsmechanismus noch nicht genau bekannt. Erklärungen könnten darin liegen, dass gewisse Pilzinhaltstoffe das diffuse neuroendokrine System (DNES) beeinflussen. Das DNES fasst hormonbildende Zellen zusammen, die bestimmte Merkmale mit Nervenzellen teilen und verstreut im Drüsengewebe verschiedener Organe zu finden sind, häufig auch im Harn- und Geschlechtsapparat.

## Ein Power-Cocktail

Der Tibetische Raupenkeulenpilz gehört zu den sogenannten Vitalpilzen, die eine gesundheitsfördernde Wirkung haben sollen. Zu ihnen zählt unter anderen auch der bekannte Shiitake-Pilz. Dem Tibetischen Raupenkeulenpilz werden neben seiner Behandlung von Impotenz und anderen sexuellen Störungen weitere positive Wirkungen zugeschrieben. Zum Beispiel: Linderung bei chronischem Husten, die Stärkung des Immunsystems sowie der Lunge und Nieren, die Erhöhung der körperlichen Leistungsfähigkeit, die Milderung von Stresssymptomen und Depressionen. Wissenschaftler haben mittlerweile Inhaltsstoffe des Raupenkeulenpilzes



***Cordyceps sinensis*** Der Tibetische Raupenkeulenzustand erfreut sich als Liebesmittel wachsender Beliebtheit.

analysiert und verschiedene Wirkungen bestätigt. Dabei wirken etwa diverse Polysaccharide entzündungshemmend, gegen Tumore und Metastasen, stärken das Immunsystem und helfen bei der Regulierung von Zucker- und Fettwerten des Blutes. Cordycepin soll Bakterien sowie Insekten abtöten. Weitere Inhaltsstoffe wie Vitamine, Spurenelemente, Aminosäuren und spezielle bioaktive Bestandteile sollen den Pilz zu einem wahren Power-Cocktail machen.

Auch Sportler nutzen den Pilz, da seine Substanzen (noch) nicht als Dopingmittel gelten. So wird etwa die enorme Leistungssteigerung chinesischer Leichtathleten anfangs der 1990er-Jahre unter anderen mit den Wirkungen des Pilzes begründet.

### Der Raupenkiller

Der Tibetische Raupenkeulenpilz ist ein Schlauchpilz (Ascomycet), der zur Gattung der Kernkeulen (*Cordyceps*) gehört. Er ist ein Verwandter der auch in der Schweiz nicht selten vorkommenden Puppenkernkeule (*Cordyceps militaris*). Viele Pilze dieser Gattung haben einen speziellen Lebenslauf. Ihre Pilzsporen befallen bestimmte Insektenarten und ziehen ihre Nährstoffe für das parasitische Wachstum der Fruchtkörper aus den Insekten.

Diese Pilze regulieren auf natürliche Weise die Größe der Insektenpopulationen.

So befallen die Pilzfäden des Tibetischen Raupenkeulenpilzes unterirdisch lebende Larven der Mottengattung *Thitarodes*, einer in Tibet heimischen Gattung des Wurzelbohrers. Im Herbst, kurz bevor der Pilz die Raupe tötet, dirigiert er durch die Übernahme der Kontrolle des Bewegungsapparats der Raupe diese in ihre letzte Ruhestätte, wenige Zentimeter an die Erdoberfläche. Vom Pilz nicht befallene Raupen graben sich dagegen wegen der Kälte rund 20 bis 50 Zentimeter tief im Boden ein. Im Frühjahr schliesslich wächst aus dem Kopf der durch den Pilz abgetöteten Raupe ein brauner, 5 bis 15 Zentimeter langer, keulenförmiger Pilzfruchtkörper aus dem Boden.

### Grosse wirtschaftliche Bedeutung

Jedes Jahr werden Hunderte von Millionen Exemplare auf den alpinen Weiden im Tibetischen Hochland auf rund 3000 bis 5000 Metern Höhe geerntet und vermarktet. Dabei achten Sammler darauf, die Raupe zusammen mit dem Pilzfruchtkörper vorsichtig aus dem Boden zu ernten. Pilze mit der Raupe – die das Myzel (Pilzfäden) enthält – erzielen nämlich nicht den höchsten Preis, sondern



Die Suche lohnt sich: Pilzsucher auf den Hochweiden Tibets während der Erntezeit im Frühling.

eingenommen als heißer wässriger Tee auch die stärkste medizinische Wirkung.

«Die jährliche Ernte des Raupenkeulenpilzes im Tibetischen Hochland beträgt je nach Vorkommen zwischen 100 und 200 Tonnen. Dies entspricht einem Marktwert von gegen einer Milliarde Franken. Zum Bruttosozialprodukt trägt der Pilz etwas mehr bei als der gesamte Sekundärsektor von Industrie und Bergbau», erklärt Daniel Winkler. Seit 1988 erforscht der diplomierte Geograf Tibets Umwelt und arbeitet mit westlichen Hilfsorganisationen und chinesischen Forschungsinstituten zusammen.

Während der Haupterntezeit im Mai und Juni seien jeweils ganze Heerscharen von Tibetern auf den Hochweiden unterwegs, um diesen kleinen, nicht einfach zu findenden Pilz zu ernten. Ein Sammler findet pro Tag im Durchschnitt etwa 5 bis 15 Stück. Ein Exemplar kann dann vor Ort je nach Grösse für bis zu drei Franken verkauft werden. Bedenkt man, dass ein Tageslohn für ungelernte Arbeiter im Tibet zurzeit zwei bis vier Franken beträgt, kann man sich leicht ausrechnen, welche wirtschaftliche Bedeutung dieser Pilz für die einheimische Bevölkerung hat.

Den Preis für den Raupenkeulenpilz-Handel bestimmen aber weitgehend die Chinesen. Sie schätzen ihn als medizinisches Stärkungsmittel und importieren ihn seit vielen Jahren tonnenweise aus Tibet. Konsumiert wird er traditionellerweise in einer Geflügelfüllung. Doch das ist ein immer teurerer Genuss. Seit die chinesische High Society den Pilz entdeckt hat, explodieren die Preise. So sollen 2007 in Schanghai sagenhafte 35000 Franken für ein Kilo höchster Qualität bezahlt worden sein.



Gefragte Ware: Tibetischer Markt mit Raupenkeulenpilz-Handel.

zen ihn als medizinisches Stärkungsmittel und importieren ihn seit vielen Jahren tonnenweise aus Tibet. Konsumiert wird er traditionellerweise in einer Geflügelfüllung. Doch das ist ein immer teurerer Genuss. Seit die chinesische High Society den Pilz entdeckt hat, explodieren die Preise. So sollen 2007 in Schanghai sagenhafte 35000 Franken für ein Kilo höchster Qualität bezahlt worden sein.

### Kultivierung

Da der Tibetische Raupenkeulenpilz als Medikament in den letzten Jahren immer begehrter wurde und das natürliche Vorkommen für die weltweite Nachfrage nicht mehr ausreichte, versuchte man den Pilz zu kultivieren. Erste Zuchterfolge zeigten Puppen des Seidenspinners, welche mit dem Pilz künstlich infiziert wurden. Diese Methode ist allerdings mühsam und deckte die inzwischen grosse Nachfrage kaum. Heute gelingt es, das Myzel (Pilzfäden) auf speziellen Nährböden und zwar ohne die Raupen zu züchten. Das kultivierte Myzel enthält sogar höhere Konzentrationen an medizinisch bedeutsamen Wirkstoffen als die wild wachsenden Pilzfruchtkörper. In verschiedenen europäischen Ländern (zum Beispiel Deutschland) im Handel angeboten wird vor allem ein Extrakt aus dem gezüchteten Myzel in Kapselform – und das erst noch zu erschwinglichen Preisen.

In der Schweiz allerdings ist der besagte Pilz oder die Kapseln nicht offiziell im Handel, da er (noch) keine Bewilligung beispielsweise als Nahrungsergänzungsmittel hat.

### LITERATUR

WINKLER D. 2007. Der Tibetische Raupenpilz: Yartsa Gunbu.

Der Tintling 52: 39–43.

[www.danielwinkler.com](http://www.danielwinkler.com)

[www.vitalpilze.de](http://www.vitalpilze.de)