

# VOM GENIE DER LEBER

Dr. med. Andres Bircher

©Copyright by Edition Bircher-Benner, 2012

---

Von unendlicher Schläfrigkeit, Blähungen, Appetitlosigkeit, Schwäche und Melancholie befallen gehen wir zum Arzt, nachdem die opulenten Festmahlzeiten gar reichlich mit rotem Burgunder begossen wurden. Die Franzosen mit ihrer fettigen Kochkunst kennen diese „crise du foi“ besonders gut. Leberkrisen sind nicht harmlos. Sie sind Ausdruck einer massiven Überlastung dieses sensiblen Organs, Zeugen einer gefährlichen Stoffwechselschädigung.

Bau und Funktion der Leber sind wahre Zeugen des Genies der Schöpfung. Nur 2 Kg schwer ist dieses Organ und doch könnten wir keinen Tag ohne es leben. In ihren Zellen der Leber sind alle Stoffwechselfunktionen unseres Körpers um ein Vielfaches verstärkt. Zudem ist sie die grösste Drüse unseres Körpers, welche Hormone, Gerinnungsfaktoren, Cholesterin, Gallensäuren Bluteiweisse (Albumin, Alpha und Betaglobuline), Blutgerinnungsfaktoren, Aminosäuren und Ketonkörper herstellt und in fein regulierter Menge weitergibt. Aus Glycerin, Milchsäure, Brenztraubensäure und manchen Aminosäuren, die aus den eiweiss- und fettreichen Mahlzeiten täglich anfallen, muss die Leber abbauen und zu Glucose aufbauen. In sinnvoller Menge hergestellte Glucose speichert die Leber als Glycogen (tierische Stärke), um bei Hunger Zucker zurück ins Blut zu gegeben. Zudem speichert sie auch Vitamine und Eisen, stellt Lipoproteide her für den Transport der Blutfette und des Cholesterins. Gesunde Leberzellen messen laufend den Blutcholesterinspiegel damit ihre Cholesterinsynthese den Bedarf genau deckt. Ganz besondere Proteine entsendet die Leber ins Blut für den Transport von Eisen und Mineralstoffen.

Unsere Leber zu alle dem ein riesiges Entgiftungsorgan, bestehend aus etwa einer Milliarde Leberläppchen von 1.2 mm Durchmesser. In deren Zentrum ist eine Lebervene, um welche die Leberzellen in vielen Bälkchen konzentrisch angeordnet sind. Zwischen ihnen findet sich ein äusserst dichtes Kapillarnetz. Und dennoch gibt es keine direkte Verbindung zwischen Leberzellen und Leberkapillaren, denn überall ist ein feines molekulares Netzwerk, die Grundsubstanz des zarten Bindegewebes, eingefügt. Jeder Stoff, jede Information, welche vom Blut zur Leberzelle gelangen muss oder von den Leberzellen zurück ins Blut, muss durch dieses molekulare Sieb der Grundsubstanz des zarten Bindegewebes, diesem feinen Netzwerk aus Proteoglykanen und Glucosaminenkettens hindurch. Rund um die Leberläppchen herum befinden sich gebündelt die kleinsten Leberarterien, Gallenkapillaren und Pfortaderäste.

Arterienblut und Pfortaderblut mischt sich in den Leberkapillaren und fliesst durch sie den Leberzellbälkchen entlang zur zentralen Lebervene. Jedes Molekül aus der Nahrung, jedes Medikament, jeder Schadstoff gelangt com

Darm in die Pfortader und von da in die Leber zur Kontrolle, zum Umbau, zur Entgiftung und Ausscheidung.

Die allgemein übliche Fehlernährung mit viel Brot, Fett, Fleisch, Käse, Weissmehl und Zucker überlastet unsere Leber täglich massiv. Die Kapillaren werden undicht und durch die Ablagerung von organischen Säuren und Amyloiden wird das molekulare Sieb der Grundsubstanz zerstört. Der Cholesterinspiegel wird zu tief gemessen und dadurch zu viel Cholesterin produziert. Die Leberzellen werden massiv überfordert und der Sauerstoff der Kapillaren wird verbraucht, bevor das Blut die innersten Leberzellen der Bälkchen erreicht hat. Dadurch gehen diese zu Grunde und werden zu Fettzellen umgewandelt (Fettleber). Die Entgiftung von Schadstoffe und Nahrungsgiften genügt nicht mehr, so dass Sauerstoffradikale entstehen. Harnpflichtige Abbaustoffe können nicht mehr für die Ausscheidbarkeit vorbereitet werden und müssen über die Galle in den Darm zurückgegeben werden. Doch gelangen sie von da über die Pfortader wieder zurück zur Leber und überlasten diese noch mehr (Enterohepatischer Kreislauf).

Auf diese Weise werden Darm, Leber und Pfortadersystem durch Nahrungsgifte massiv überlastet, die aus überreichlich zugeführten Eiweissen, Fetten und schnellen Kohlenhydraten(Weissmehl, Zucker), aus Geschmacksverstärkern, Farb- und Konservierungsstoffen unserer industriell verkünstelten Fehlernährung in den Darm gelangen.

Die Leberkriese ist ein Hilfeschrei, ein Notruf der Misshandelten Leber. Er verlangt nicht bloss nach Lebertropfen, sondern nach unserer Biologie angemessenen Ernährungs- und Trinkgewohnheiten. Die Heilung der Leber und ihrer degenerativen Verfettung ist nur durch eine neue, lebendige Frischkost möglich, durch eine diätetische Kur begonnen mit ganz frisch zubereiteten Obst- und Gemüsesäften, Mandel- und Sesammilch mit Übergang auf eine lebendige vegetabile Frischkost (Rohkost), aus welcher 2/3 unserer Mahlzeiten stets bestehen sollten. In Ihrem Reformhaus können Sie unser Handbuch für Leber- und Gallenranke beziehen. Darin finden Sie den Sinn Durchführung dieser Diät klar und einfach verständlich dargelegt. Eine Therapie, die sich lohnt.

Tipp:

Rettichsaft wirkt Galletreibend: gut schälen und ab der Saftzentrifuge frisch und löffelweise geniessen, dazu Teeaufgüsse aus Mariendistel Früchten, Lavendel, Schöllkraut, Erdrauch, Schafgarbe und Löwenzahn im Wechsel. Artischocken, Kümmel und Rosmarin beschützen die Leberzellen. Galletreibend wirken Bittertees wie Wermut, aber auch Minze und Mariendistel.

Dr. med. Andres Bircher