

HEILPFLANZEN FÜR DIE LEBER

Dr.med. Andres Bircher

©Copyright by Edition Bircher-Benner, 2013

Bau und Funktion der Leber sind ein Wunder der Natur. In der Leber verdichtet sich die Stoffwechsellistung hundertfach. Unzählige Venen aus Magen und Darm vereinigen sich zum Pfortadersystem, das sich in der Leber bis hin zu feinsten Verästelungen um die 1,5 mm grossen Leberläppchen aufzweigt. Wie winzige Bienenwaben liegen sie aneinander und, von Pfortader, Arterie, Gallengang und in der Mitte von einer Lebervene versorgt. Jedes kleinste Pfortaderästchen vereinigt sich mit einer sauerstoffreichen Kapillare und bildet ein Netz von Leberkapillaren um die Leberzellbälkchen, die strahlenförmig zur Lebervene hin gerichtet sind. Zwischen Kapillarnetz und Leberzellen findet sich die Grundsubstanz mit ihrem molekularen Netzwerk aus Proteoglykanen und Glucosaminen, die als Kapillarsieb und Informationsleitungssystem dient. Hier findet der entscheidende Stoffaustausch statt. Was die Leber nicht ausscheidungsfähig machen kann, geht an Gallensäuren gebunden zurück in den Dünndarm und wird von da über das Pfortadersystem erneut der Leber zur Entgiftung zurück gebracht (enterohepatischer Kreislauf). Die Leber synthetisiert und wandelt Stoffe je nach momentanem Bedarf, bildet Cholesterin zur Synthese der Hormone, Traubenzucker aus Milchsäure und Glycerin, Aminosäuren, Albumine, Alpha- und Betaglobuline, Gerinnungsfaktoren und Akutphasenproteine. Sie speichert Glycogen (Stärke) und an Eiweiss gebundene Fette (Lipoproteine). Sie stellt Vitamine her, reguliert deren Stoffwechsel und die Spurenelemente. Toxischen Ammoniak wandelt sie zu Harnstoff. Giftstoffe werden an ganz besondere Eiweisse gebunden, wasserlöslich und weniger toxisch können sie nur so über die Nieren ausgeschieden werden. Die Leber gleicht also einem riesigen Chemielabor.

Kein Wunder, dass sie auch anfällig ist. Giftstoffe aus Medikamenten, Alkohol, Bakterien- und Darmfäulnis aus sinnlos zu sich genommenen überschüssigen Nahrungsstoffen. Der übermässige Konsum von Fleisch, Käse, Brat- und Röststoffen, Zucker, Weissbrot, Teig- und Backwaren und auch kleinste Mengen an Alkohol überlasten die Leber in ihrer Funktion. Was nicht bewältigt werden kann, verlagert als Stoffwechselschlacken, organische Säuren und Amyloide die Grundsubstanz der Leberläppchen und behindert nach und nach den Stoffaustausch. Nun mangelt es im Innern der Leberläppchen an Sauerstoff. Leberzellen gehen zu Grunde und werden durch Fettzellen ersetzt (Fettleber). Die Leberzellen messen durch die Verschlackung falsch tiefe Cholesterinwerte: sie bilden sinnlos Cholesterin. So entsteht das „metabolische Syndrom“ mit Adipositas, Erschöpfung, erhöhten Blutfettwerten, Bluthochdruck Diabetes, Arteriosklerose, Herzinfarkt und Hirnschlag, die meist verbreitete Zivilisationskrankheit.

Die wirksamste „Heilpflanze“ für das Leber-Gallensystem ist die lebendige vegetabile Rohkost. Ohne sie ist keine Heilung möglich. Auch in kleinsten Mengen ist täglicher Alkohol ein starkes Leberzellgift, so dass ohne Abstinenz

jede Diät, jeder Einsatz von Heilpflanzen sinnlos sind. Die Nahrungsmittel Artischocke (*Cynara scolymus*), Ananas, Kümmel und Rosmarin schützen Leberzellen vor ihrem Untergang. Pflanzliche Lebermittel müssen sorgsam und individuell gewählt und mit Ihrem Arzt besprochen werden. Bei den vielen, früher als „Amara“ bezeichneten Heilpflanzen, wurden inzwischen stark wirksame Inhaltsstoffe nachgewiesen. Dazu gehört als erste die Mariendistel (*Silybum marianum*). Sie hat eine Leberzellschützende Wirkung. Und soll bei akuter Hepatitis sofort eingesetzt werden. Der Wermuth (*Artemisia absinthum*) wirkt karminativ (entblähend), gallentreibend, geistig anregend und fördert die Peristaltik des Dünndarms. Als Tinktur (Wermuthschnaps) wirkt er toxisch auf das Gehirn und ist darum vielerorts verboten. Als Tee soll er aber eingesetzt werden. Die Gelbwurzel (*Curcuma longa*), bekannt als Gewürz, stammt aus Java und wirkt stark Galletreibend. Zudem wurde nachgewiesen, dass sie die Bildung von Dickdarpolypen und damit das Dickdarmkrebsrisiko deutlich mindert. Das Schöllkraut (*Chelidonium majus*) treibt Galle und löst Krämpfe. Zusammen mit dem Erdrauch (*Fumaria officinalis*) kann er bei Gelbsucht und Gallenstauung sehr hilfreich sein. Der Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) regt Gallenfluss, Verdauungssekrete und den Harnfluss an und wirkt damit als Stoffwechsell drainage. Sehr wohl tut uns der Lavendel, als ätherische Essenz eingesetzt oder als Teeaufguss. Er wirkt beruhigend und anregend auf Gallenbildung Gallenfluss. Die chinesische und tibetanische Medizin benutzen dieselben Heilpflanzen, wenn auch nach anderen Kriterien verordnet. Der Verzicht auf Alkohol, die Umstellung auf eine moderne Ernährung durch vegetabile Frischkost und der sorgsame Einsatz dieser Heilpflanzen sind für jeden Menschen von grosser Hilfe, ein Weg, der sich lohnt.

Dr.med. Andres Bircher

Tipp:

Der Heublumensack:

Auch „Morphium der Naturheilkunde genannt“, breit und heiss auf die Leber aufgelegt, mit Wolltuch darüber, fördert er den Stoffwechsel, die Durchblutung und den Gallenfluss der Leber und bei nichtentzündlichen Leber-Gallenkrankheiten und Gallensteinen lindert er die Schmerzen.