

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Leber

F: Vor einiger Zeit sagten Sie etwas über den Zusammenhang zwischen Cholesterin und Leber. Kann ich ein Problem mit der Leber haben, obwohl ich wenig Alkohol trinke, die Blutwerte in Ordnung sind und ich da nichts spüre?

A: Ja. Die Leber tut selten weh, manchmal kann es eine leichtes Druckgefühl im rechten Oberbauch nach dem Essen geben. Man sagt, dass der „Schmerz“ der Leber die Müdigkeit ist.

Und Alkohol ist meist das geringste Problem. Viel wichtiger sind die Fäulnis-Leichengifte, die im Darm anfallen und uns von innen vergiften durch Fehlernährung sowie neben Medikamenten die vielen Schadstoffe und Umweltgifte.

F: Ich bin tatsächlich öfters müde als früher und dachte, das sei das Alter. Wie kommt das dann?

A: Es ist schon so, dass unsere Entgiftungsorgane mit zunehmendem Alter schwächer werden. Gleichzeitig werden aber die Anforderungen nicht weniger, so dass es Unterstützung braucht. Dazu kommen die zusätzlichen Aufgaben der Leber bei den hormonellen Umstellungen in den Wechseljahren. Die Schulmedizin kennt solche Gedanken nicht. Hier wird erst registriert, dass etwas nicht stimmt, wenn die Laborwerte auffällig sind. Da ist aber schon viel passiert. Die Leber ist ein sehr regenerationsfreudiges Organ. Man kann sogar einen Teil herauschneiden, und sie wächst nach.

F: Meine alte Mutter hat ständig erhöhte Leberwerte, da wird aber gar nichts gemacht.

A: Ja genau, das wird als harmlos eingestuft, wenn sonst keine Beschwerden da sind. Aus meiner Sicht eine Fehleinschätzung. Die Leber ist essentiell für unser Überleben, unsere Lebenskraft. Eine Leberstörung erhöht das Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen über das erhöhte Cholesterin und von Krebs durch mangelnden Abbau von Ammoniak – vor allem wenn es irgendwann durch den Zellabbau zu einer Fettleber gekommen ist.

F: Kann man denn etwas tun?

A: Oh ja, in der ganzheitlichen Medizin schon. Auch selber – zum Beispiel durch gesunde Ernährung mit weniger Fett und Eiweiß, gutes Kauen, Bitterstoffe wie Löwenzahn und Artischocken. Weitere Pflanzen, die der Leber helfen, sind die Mariendistel, die Schafgarbe und das Schöllkraut. Da gibt es auch Tees. Gut tut vielen auch ab und zu eine kleine Fastenkur. Und die Einnahme von Heilerde vulkanischen Ursprungs. z.B. Zeolith kann unterstützend sein.

F: Reicht das denn?

A: Noch effektiver ist es natürlich, sich einen erfahrenen naturheilkundlichen Therapeuten zu suchen, der gezielt herausfindet, was für einen individuell das Beste ist. Am besten regelmäßig etwas tun und nicht erst dann, wie in unserer Medizin leider üblich, wenn der Körper schon deutliche Signale schickt.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 080 72 | 28 25
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie