



Liebe Leserin, lieber Leser,

in diesem Monat steht die Leber im redaktionellen Mittelpunkt. Das Organ verdient wahrlich besondere Aufmerksamkeit, denn es ist der Dreh- und Angelpunkt unseres Stoffwechsels. Bereits im Altertum wurde der Leber besondere Achtung zuteil: Sie wurde als der Sitz des menschlichen Lebens angesehen (z.B. mesopotamische, griechische und römisch-etruskische Traditionen). Zudem galt sie als ein wichtiges Organ des Fühlens und Denkens. Somit lässt sich auch die antike Praxis der Leberschau erklären: Bei der Betrachtung der Leberoberfläche von Opfertieren wurde versucht, den Willen der Götter zu erfragen und in die Zukunft zu schauen.

Doch nicht nur im Altertum, auch im Mittelalter und in der Neuzeit gewann die Leber als Erklärungsmodell für vielfältige Erkrankungen erhebliche Bedeutung. So galt die Leber zum Beispiel als Sitz des Temperaments und der Gefühle – und auch heute werden Müdigkeit, Antriebslosigkeit und Konzentrationsschwäche als wichtige Symptome für eine kranke Leber gedeutet. Entsprechend solcher Erklärungsmodelle zielen die therapeutischen Maßnahmen zahlreicher komplementärmedizinischer Systeme auf die Leber ab. Hierzu zählen beispielsweise Fasten, Mikrobiologische Therapien, Vitalstofftherapien, Homöopathie, Anthroposophische Medizin, Ordnungstherapie, Phytotherapie, TCM und Ayurveda sowie Ab- und Ausleitungsverfahren. Hauptziel der meisten Maßnahmen ist die Unterstützung und Entgiftung der Leber. Diese Aufgaben sind geradezu eine Domäne der Naturheilkunde.

Mit der Leber verbunden sind einige Superlative: Die Leber erfüllt nahezu 800 Funktionen in unserem Organismus. Sie verpackt

oder speichert unsere Nährstoffe und verteilt sie im Körper, sie „verwaltet“ den Cholesterin- und regelt den Blutzuckerspiegel. Sie spielt eine Hauptrolle bei der Entgiftung und ist mit von der Partie, wenn es um das Immunsystem oder darum geht, für die Blutgerinnung wichtige Eiweiße aufzubauen. Annähernd 2.000 Liter Blut fließen jeden Tag durch das Organ – das entspricht 1,5 Liter Blut pro Minute. Das bedeutet, dass das gesamte Blutvolumen täglich 350 bis 500 Mal durch die Leber fließt. Sie ist außerdem als eines der wenigsten Organe in der Lage, sich in einem gewissen Umfang selbst zu erneuern.

Kurzum: Die Leber ist das größte Organ für Stoffwechsel, Synthese und Entgiftung. Es wäre für jedermann und jedefrau einfach sie in ihrer Arbeit zu unterstützen, wenn uns nicht unsere modernen und liebgewonnenen Ernährungsgewohnheiten davon abhalten würden. Wir haben jederzeit Zugriff auf Alkohol, reichlich Zucker und Fette. Chemische Zusatzstoffe im Essen oder Umweltgift wie Toluol und Xylol beschäftigen die Leber und bestimmte Medikamente schaden ihr, wenn ihre Wirkstoffe über sie abgebaut werden. Wie zum Beispiel Paracetamol, NSAR oder Antibiotika. Auch pflanzliche Heilmittel können leberschädigende Wirkstoffe enthalten. Sie müssen daher wie Medikamente mit Bedacht eingesetzt werden.

Wir wünschen Ihnen viele neue Erkenntnisse mit dieser Ausgabe!

Ihre
Dagmar Beyer