



# Ganzheitliche Hilfe für Leber und Galle

**Drei Fälle – drei Lösungswege:** Der Naturmediziner Peter Emmrich zeigt mit typischen Beispielen aus der Praxis, wie man den verborgenen Ursachen von Beschwerden auf die Spur kommt und sie nachhaltig behandelt.



Suchen Patienten eine Haus- oder Allgemeinarztpraxis auf, geben ihre Beschwerden oft keinen eindeutigen Hinweis auf das, was dahintersteckt. Peter Emmrich, Facharzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren in Pforzheim, kennt viele solcher Fälle. Gerade Beeinträchtigungen von Leber und Galle bleiben oft lange unentdeckt, denn die größte Drüse des Körpers leidet leise. Emmrichs Behandlungsgrundsatz: „Jeder Körper heilt sich selbst, solange er dazu in der Lage ist. Die ganzheitliche Therapie gibt ihm notwendige Impulse und kann dazu beitragen, ihn aus chronischen Zuständen herauszuführen.“

Fotos: Kai Loges/diargelola.de; AlexRaths/iStock.com; Comugnero Silvana /AdobeStock.com

**natürlich** Ein Beitrag aus  
gesund und munter Heft 4/2019

## FALLBEISPIEL 1: Chronische Gallensteine

*Bei einer älteren Dame, die mich wegen wiederkehrender Magen-Darm-Probleme in der Praxis aufsuchte, entdeckte ich bei der routinemäßigen Ultraschalluntersuchung in der Gallenblase mehrere Gallensteine.*

**Mein Verdacht:** Der Gallensaft, der in der Leber produziert und in der Gallenblase gespeichert wird, ist bei der Patientin zu konzentriert. Dadurch kristallisieren die Inhaltsstoffe der Gallenflüssigkeit aus zu einem feinen Gries, aus dem im Lauf der Jahre Steine heranwachsen können. Vergleichbares können Sie beobachten, wenn Sie Zucker in einem Glas Wasser verrühren. Die ersten Würfel lösen sich problemlos auf, ist die Zuckerlösung aber gesättigt, kleben die Zuckermoleküle zusammen und setzen sich als Kristalle ab. Ähnliches geschieht in der Gallenflüssigkeit, wenn das Verhältnis von Cholesterin, Bilirubin, Gallensäuren und Wasser nicht exakt stimmt. Eine chronische Gallensteinerkrankung verursacht meist keine Beschwerden. Problematisch werden die Steine erst, wenn sie „abgehen“ und dabei den gemeinsamen Ausführungsgang von Gallensaft und Bauchspeicheldrüsensaft verschließen. Dabei staut sich nicht nur der Gallensaft zurück – was Koliken auslöst –, sondern auch der Bauchspeicheldrüsensaft. Dies kann eine heftige Bauchspeicheldrüsenerkrankung zur Folge haben, die, wenn sie zu spät entdeckt wird, tödlich verlaufen kann. Deshalb muss bei einer akuten Gallenkolik der blockierende Stein schnellstmöglich im Krankenhaus entfernt werden.

**Mein Behandlungsansatz:** Ich versuche, über eine Regulationstherapie so auf die Leber einzuwirken, dass sie vermehrt Gallensaft produziert. Und weil dieser dann weniger konzentriert ist, lösen sich mit der Zeit der Gries und die Steine in der Gallenblase auf. Ich habe mit einer Kur mit Artischocke (*Cynara scolymus*) sehr gute Erfahrungen gemacht. Dabei trinken die Patienten zehn Wochen lang dreimal täglich zehn ml oder zweimal 15 ml Artischockenfrischpflanzensaft. Danach wird per Ultraschall kontrolliert, ob sich etwas verändert hat. Nach einer zweiwöchigen Einnahmepause kann die Therapie in diesem Zehn-Wochen-Rhythmus fortgesetzt werden, bis sich die Steine aufgelöst haben. Wichtig: Die Behandlung darf nur unter ärztlicher Kontrolle erfolgen, da die Anregung der Gallenblase theoretisch dazu führen kann, dass ein Stein in den Gallengang ausgeschwemmt wird – auch wenn das in den 20 Jahren, in denen ich die Therapie in meiner Praxis anwende, noch nie vorgekommen ist. Bei einer akuten Gallenkolik ist eine Behandlung mit Artischockensaft nicht angebracht. ➤



**Sechswöchige Kuren** mit Artischockensaft in Herbst und Frühling können der Entstehung von Gallensteinen vorbeugen.

**FALLBEISPIEL 2:**

## Durchschlafstörungen und hoher Blutdruck

*Ein vielbeschäftigter Geschäftsmann kam wegen massiver Schlafstörungen in meine Praxis. Fast jede Nacht wachte er gegen 1.30 Uhr auf und könne dann nicht mehr einschlafen, berichtete er. Bei der Anamnese erfuhr ich unter anderem, dass der Patient Bluthochdruck hatte und deshalb von seinem Hausarzt Blutdrucksenker verordnet bekam. Die Arzneien würden zwar helfen, so der Patient, aber gerade bei Stress oder Wetterwechsel steige der Druck in den Gefäßen trotzdem auf Werte um die 160/100 mmHg an.*

**Mein Verdacht:** Das regelmäßige Aufwachen gegen 1.30 Uhr nachts und der erhöhte Blutdruck verweisen auf Probleme an Galle und Leber. Nach



**Bitterstoffe** bringen den Leberstoffwechsel auf Trab. Viel davon findet sich in Kräutern und Gewürzen wie Löwenzahn, Petersilie, Bohnenkraut, Ingwer und Kurkuma.

der chinesischen Organuhr ist zwischen 23 Uhr und 1 Uhr die Hochzeit der Gallenblase, danach folgt zwischen 1 Uhr und 3 Uhr das Aktivitätsoptimum der Leber.

Ein- und Durchschlafprobleme in den frühen Nachtstunden sind demzufolge ein Hinweis, dass Galle und Leber eine Überfunktion haben, also möglicherweise eine Gallenerkrankung oder eine leichte Funktionsstörung der Leber vorliegt. Auch ein erhöhter Blutdruck wird nach der chinesischen Medizin mit der Leber in Verbindung gebracht, da dieses Organ für eine ausgewogene Dynamik zwischen Spannung und Entspannung sorgt. Zudem steigt durch Stress das „Leberfeuer“ an – so die Terminologie der chinesischen Medizin. Stressbedingter Bluthochdruck ist aus asiatischer Sicht demzufolge ein deutlicher Hinweis, dass die Leber nicht hundertprozentig funktioniert.

**Mein Behandlungsansatz:** In einem solchen Fall gehe ich das Problem von verschiedenen Seiten an. Zum einen versuche ich, die Leber mit Bitterstoffen zu pflegen. Bittere Speisen und Getränke regen den Leberstoffwechsel an, und in dem Maß, wie das Organ besser funktioniert, verschwinden die Schlafstörungen, der Blutdruck normalisiert sich. Zusätzlich wird das „aufsteigende Leberfeuer“ über eine Regulierung des Magnesiumspiegels gesenkt. Dies gelingt durch die kombinierte Einnahme von Magnesiumcitrat und dem Schüßler-Salz Nr. 7 *Magnesium phosphoricum D6*. Magnesiumcitrat, die organische Form von Magnesium, versorgt den Körper mit dem wichtigen Mineralstoff, der die Muskelentspannung fördert und gro-

ßen Einfluss auf die Erregbarkeit der Nerven hat. Das Schüßler-Salz fördert dessen Aufnahme in den Körper und beruhigt das vegetative Nervensystem. Zudem sorgt es für einen ausgewogenen Tag-Nacht-Rhythmus und einen erholsamen Schlaf. Mein Dosierungsvorschlag: *Magnesium phosphoricum D6* mit anfangs fünfmal täglich fünf Tabletten (bei Milchzuckerunverträglichkeit fünfmal fünf Tropfen), später dreimal fünf Einheiten. Vom Magnesiumcitrat wird zweimal täglich ein gestrichener Teelöffel in Wasser aufgelöst und vor dem Essen oder eine Stunde nach der Mahlzeit getrunken.

**FALLBEISPIEL 3:**

## Ständige Müdigkeit

*Eine junge Frau kam zu mir in die Praxis, um herauszufinden, warum sie immer so erschöpft, antriebslos und müde sei. Zwar habe sie leicht erhöhte Leberwerte, ihr Hausarzt meine aber, das sei nicht schlimm. Auf meine Nachfrage sagt die Patientin, dass vor allem abends die Haut am Rücken öfters jucke und dass sie ab und zu einen Blähbauch habe.*

**Mein Verdacht:** Die größte Drüse des Körpers leidet leise, weil das Lebergewebe keine Nervenzellen hat, die den Schmerz ans Gehirn melden könnten. Der Schmerz der Leber ist die Müdigkeit. Sie entsteht, wenn die Entgiftungszentrale des Körpers nicht mehr richtig funktioniert. Die leichte Erhöhung der Transaminasen GOT, GPT und Gamma-GT und der Juckreiz bestätigen meinen Verdacht: Werden Leberzellen geschädigt, gelangen die-

Fotos: DawnDamico/Stock.com; Tatiana Belova/AdobeStock.com



**Die Inhaltsstoffe der Schafgarbe** regen die Verdauung und den Gallenfluss an und helfen so bei Leberbeschwerden, Appetitlosigkeit und Magen-Darm-Krämpfen.

**Wichtig:** Plötzliche Oberbauchschmerzen sollten immer ärztlich abgeklärt werden!

se Leberenzyme ins Blut und sind dort nachweisbar. Die Haut juckt, weil zahlreiche gallepflichtige Stoffe, darunter auch Bilirubin und Gallensalze, in Geweben und im Blutkreislauf zirkulieren. Der Blähbauch wiederum gibt mir einen Hinweis auf die Ursache der Leberprobleme: Aus dem Darm gelangen zu viele Giftstoffe wie Ammoniak, biogene Amine und Enteroxine in die Leber. Diese reagiert über, und die zu stark beanspruchten Leberzellen werden geschädigt.

**Mein Behandlungsansatz:** Auch hier setzt die Therapie an verschiedenen Stellen an. Anpassungen in der Ernährung sorgen dafür, dass die Leber weniger hart arbeiten muss, eine Entgiftungskur und leberstärkende Medikamente unterstützen das Organ. Ich rate der Patientin, abends vermehrt bittere Speisen zu verzehren, also Salate wie Radicchio und Endivie, gekeimte Sprossen oder auch ab und zu ein Stückchen Bitterschokolade, jedoch weniger Eiweiß und nach 16 Uhr keine Rohkost mehr. Dadurch werden Fäulnis- und Gärprozesse im Darm gestoppt und es entstehen weniger giftige Substanzen, die von der Leber abgebaut werden müssen.

Die Leberfunktion verbessere ich mit Heilpflanzen wie Schafgarbe (*Achillea millefolium*), Artischocke (*Cynara scolymus*), Mariendistel (*Silybum marianum*), Löwenzahn (*Traxacum officinale*), Wermuth (*Artemisia absinthium*) und Kurkuma (*Curcuma longa*). Entsprechende Frischpflanzensäfte, Arzneitees der Einzeldrogen, Leber-Galle-Tees sowie Fertigpräparate in Kapselform zur Leberstärkung gibt es in der Apotheke. Vom Frischpflanzenspresssaft werden dreimal zehn ml oder zweimal 15 ml eingenommen, von Kapseln zwei- bis dreimal täglich ein bis zwei.

Auch zwei- bis dreimal wöchentlich ein Leberwickel tut dem Entgiftungsorgan gut. Dafür wird der rechte Oberbauch mit der Schüßler-Salbe Nr. 6 *Kalium sulfuricum* eingerieben. Mit einem feuchtheißen Gästehandtuch abdecken und eingehüllt in ein warmes Frotteetuch für 20 bis 60 Minuten hinlegen. Dann den Wickel abnehmen und nachruhen. /Aufgezeichnet von Georgia van Uffelen

In der nächsten Folge: Beschwerden im Urogenitaltrakt