



## Die Leber ist lebenswichtig – wie kommt die Laus von der Leber?

### Aufgaben der Leber:

- Stoffwechsel: Bereitstellung von Energie
- Entgiftung: Brauchbares behalten, Ballast und Giftiges ausscheiden
- Abbau von Alkohol, Medikamenten, Endprodukten im Stoffwechsel, defekten Zellen
- Filtern von Stoffen aus dem Blut
- Synthese von Hormonen, Enzymen, Vitaminen, Cholesterin, Säuren.

### Die energetische Ebene der Leber:

#### In der Ruhe liegt die Kraft!

- Das Organ für mehr Lebensfreude
- Das Organ der Tat, die nach außen strahlende Kraft
- Die Kraft der Selbstverwirklichung
- Die Kraft wird sinnvoll eingesetzt, z.B. bei Menschen, die auf der Bühne stehen, bei tatkräftigen Menschen, die etwas bewegen.

#### Die Leberzeit ist Nachts von 1 Uhr bis 3 Uhr

- Entsprechungsorgan: Auge, Sehfähigkeit
- D.h. hier zeigt sich der Zustand der Leber:
- Gelbe Verfärbung, Tränensäcke, Schwellung, Juckreiz



Der Schmerz der Leber ist die  
**Müdigkeit und Trägheit**

### Belastungen der Leber:

- Stress
- Alkohol, Nikotin
- Arzneimittel bes. Dauereinnahmen (Antibiotika, Antibabypille, Schmerzmittel, u.a.)
- = Arzneikrankheit; Parasitose
- Ernährungsfehler,
- Bewegungsmangel
- Umweltchemikalien, Schwermetalle
- Zusatzstoffe
- Geringe Flüssigkeitsaufnahme

Dies führt zu schleichenden Beschwerden, die Leber selbst hat keine Schmerzrezeptoren, der Körper wird aber müder und es kommt zu indirekten Beschwerden wie: Müdigkeit, Gereiztheit, Hauterkrankungen, Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, hormonellen Problemen.

---

## **Lebererkrankungen:**

- Akute und chronische Hepatitis
- Fettleber
- Leberfibrose
- Leberzirrhose
- Gelbsucht (Ikterus): eine Spezialform als Folge der gestörten Leberfunktion

## **Wie kommt die Laus von der Leber:**

- Die Leber entlasten und entstauen!!!
- Alles, was zu viel ist, belastet die Leber und muss raus!
- Die Ausscheidungsorgane wieder zum Funktionieren bringen:
- Darm, Nieren, Haut.
- Keine unnötigen Arzneimittel
- Änderung des Lebensstils bei Fettleber:
- Mehr Bewegung, gesunde Ernährung, nicht Rauchen.

## **Säure-Basen-Regulation:**

- Basenlastige Ernährung,
- Viel frisches, gedämpftes Gemüse, grüne Smoothies,
- Reduzierung von Zucker, Weißbrot, ungesunden Fetten
- Auf Fertiglebensmittel und Konserven verzichten
- Endokrine Disrupturen in Geschirr, Putzmitteln und Kosmetika vermeiden.

## **Den Darm entlasten:**

- Regelmäßige Bewegung
- Ausreichend trinken, stilles Wasser und Kräutertees
- Bei träger Verdauung: Flohsamenschalen oder Kombucha
  - Ballaststoffreiche Ernährung

## **Homöopathie und Urtinkturen:**

**Carduus marianus – Mariendistel:** als Tee, D4 oder Fertigpräparat (Silymarin)

- Schützt das Lebergewebe vor dem Eindringen toxischer Substanzen
- Regt die Bildung neuer Leberzellen an
- Mariendistelkur ist sehr sinnvoll, um sich von einer langwierigen Leberentzündung zu erholen oder in der Tumorthherapie

**Chelidonium – Schöllkraut:** homöopathisch ab der Potenz D4

- Regt Gallenflüssigkeit und die Tätigkeit der Leber an
- Krampflösend und Gallenfluss-anregend
- Gallenblasenentzündung, Leberschwellung, Gelbsucht, Gallengries, Rheuma, Gicht.

**Cynara scolymus – Artischocke:** als Fertigpräparat, Tee, Saft

- krampflösend, leberregenerierend, leberschützend, v.a. wohltuend für die Verdauung

**Berberis vulgaris – Berberitze:** als Urtinktur

- Regenerierung der Leber, Anregung des Galleflusses, Haut, Beschwerden und Störungen im Stoffwechsel, Schmerzen im Bewegungsapparat

### **Lycopodium – Bärlapp:**

homöopathisch in D6 oder D12

- Blähungen und Völlegefühl
- Kleiderdruck, Hosenbund wird nicht ertragen
- Magenverstimmung
- Fächerartige Bewegung der Nasenflügel
- Faltige Stirn, Stirnrunzeln
- Verschlechterung um 16.00 Uhr bis 20.00 Uhr
- Unsicherheit und Prüfungsangst: wird aber kaschiert durch forsches, dominierendes Auftreten

### **Flor de Piedra – Steinblüte:**

homöopathisch D4

- Leberkopfschmerzen
- Gestörte Leberfunktion
- Juckreiz, chronische Blähungen, Oberbauchspannung
- Druckschmerz im Oberbauch
- Völlegefühl, Sodbrennen, Übelkeit
- Flor de Piedra D6: 3 x tgl. 5 Globuli

### **Bitterstoffe für die Leber:**

als Tropfen, Kräuterpulver

- Unterstützen die Leber bei der Entgiftung
- Regen den Gallefluss an

Salate: Rucola, Radiccio, Grapefruit, Chicoree,

Kräuter: Enzian, Löwenzahn, Tausendgüldenkraut, Schafgarbe, Wermut, Bibernelle, Wacholder, Kalmuswurzel

### **Heißer Leberwickel:**

Sie benötigen: 2 EL Schafgarbenkraut, 1/2 Liter kochendes Wasser, 1 Baumwolltuch, 1 Geschirrtuch, 1 Handtuch, Wärmflasche

Schafgarbenkraut mit kochendem Wasser übergießen, 8-10 min ziehen.

Danach alles abseihen und ein wenig auskühlen lassen. Das Baumwolltuch falten, dass es unter der Brust **rechts** auf der Leber Platz hat und im Tee trinken.

Alles auswringen, auf die nackte Haut auf Höhe der Leber legen und die beiden trockenen Tücher darüber geben.

Wärmflasche drauflegen

30 bis 45 Minuten auf der Couch oder im Bett ruhen.



Ich wünsche Ihnen alles Gute und viel Lebensfreude mit Ihrer Leber!

### **Ihre Claudia Röll-Bolz**

Nähere Infos zu Ihrer Gesundheit und der Naturheilpraxis Karlsruhe bekommen Sie auf meiner Homepage und in den Blogbeiträgen dort:

[www.heileninderpraxis.de](http://www.heileninderpraxis.de)

