

DIE NUTZUNG DER SINNE ZUM ERKENNEN VON LEBERSTÖRUNGEN

HP Meike Völkner-Klepsch, HP Dr. rer. nat. Dieter Sonntag

Wir leben heutzutage in einer hochtechnisierten Welt. Verschiedene Hightech-Geräte sind in der Lage, uns bis in die kleinste Einheit zu durchleuchten und haben oft einen unersetzlichen Anteil an einer frühzeitigen Diagnostik. Oft wird dabei jedoch die Nutzung der menschlichen Sinne außer Acht gelassen, die uns jahrhundertlang den Weg wiesen. Die eigentliche Be"hand"lung scheint im Zeitalter der technischen Optimierung manchmal in Vergessenheit geraten zu sein.

› Die Leber – ein Multitalent

Die Leber ist ein leistungsfähiges Wunderwerk. Im Ruhezustand beansprucht sie rund 25% des gesamten Energieumsatzes, das Herz hingegen hat in Ruhe nur einen Anteil von 7%, das Gehirn von 9%. Der Leber obliegen ca. 500 Funktionen im menschlichen Stoffwechsel. Das umfasst u.a. die Entgiftung, den Metabolismus von Kohlenhydraten, Fetten, Eiweißen; die Bereitstellung von z.B. Gerinnungsfaktoren, Immunzellen und Hormonen. Allein über das Pfortadersystem wird die Leber täglich mit ca. 2.300 l Blut gespeist. Ihre Regenerationsfähigkeit ist bemerkenswert. Und doch kann sie durch verschiedene Erkrankungen stark in ihrer Funktion beeinträchtigt werden.

Da nur die Kapsel der Leber nerval versorgt ist, spürt man die Belastungen der Leber lange Zeit nicht. Sie äußert sich nicht durch Schmerz, sondern durch andere Zeichen, wie Müdigkeit und Erschöpfung. Eine verminderte Entgiftungsleistung führt schließlich zu Gedächtnisstörungen und Vergesslichkeit. Körperlich wird, im Falle einer Lebererkrankung, manchmal lediglich ein Druck im Oberbauch, eine Neigung zu muskulären Verspannungen oder ein generalisierter Juckreiz wahrgenommen. Auch ein Leberkrebs (hepatozelluläres Karzinom) wird oftmals erst spät diagnostiziert, da er ebenfalls lange Zeit keine Beschwerden verursacht.

Hepatopathien sind oft die Folge von Virusinfektionen oder Autoimmunerkrankungen – allerdings können Hepatitis, Fettleber, Leberzirrhose usw. auch häufig auf einen ungünstigen Lebensstil zurückgeführt werden. Alkohol und fettiges, kohlenhydratreiches Essen belasten die Leber stark und führen schlimmstenfalls zu einer Zirrhose, einer irreversiblen Schädigung, bei der aus gesundem Lebergewebe schließlich knotiges, funktionsuntüchtiges Bindegewebe entsteht.

› Diagnostische Hinweise durch die Nutzung der Sinne

Die Leber ist also ein lebenswichtiges Organ und ihrer Gesundheit (und Gesunderhaltung) sollte regelmäßig Aufmerksamkeit gewidmet werden. Im Falle von Lebererkrankungen muss in jedem Falle eine fundierte Diagnostik erfolgen. Man kann sich aber vorab durch die Nutzung der eigenen Sinne einen guten ersten Überblick über den Gesundheitszustand verschaffen.

*Müsst im Naturbetrachten
Immer eins wie alles achten;
Nichts ist drinnen,
nichts ist draußen:
Denn was innen,
das ist außen.*

(J. W. v. Goethe)

› Sehen (Inspektion)

Schon in der frühen Medizin, zu Zeiten von Hippokrates, entwickelte sich die Humoralpathologie, oder Säftelehre. Ihr zufolge war es möglich, u.a. Erkrankungen der Leber, differenziert zu erkennen, indem man sich die „Säfte“ des Körpers anschaute. Die Säfte wurden als organische Grundlage für die, damals anerkannten, vier Temperamente des Menschen verstanden. Störungen in der Zusammensetzung dieser Säfte und die damit verbundenen unterschiedlichen Temperamente des Menschen wurden also schon im 5. Jhd. v. Chr. genutzt, um Rückschlüsse auf den Zustand der Organe zu ziehen. Krankheiten wurden einer fehlerhaften Lebensführung zugeschrieben. Brachte man die Säfte durch Veränderung der Lebensgewohnheiten und Reinigung (griechisch: Katharsis) ins Gleichgewicht, konnte man genesen und hatte ein ausgeglichenes Temperament.

- › Melancholie: schwarze Galle
- › Sanguinik: Blut
- › Phlegmatik: Schleim
- › Choleric: gelbe Galle

Die Inspektion der Körperausscheidungen spielt heutzutage noch immer eine wichtige Rolle. Heller Stuhl und brauner, schaumiger Urin

sind zum Beispiel deutliche pathologische Veränderungen, die in den Bereich einer Lebererkrankung fallen können. Schwarzes Erbrechen, Bluterbrechen oder Teerstuhl sind ein medizinischer Notfall und deuten auf eine Blutung von Oesophagusvarizen hin, welche durch eine portale Hypertonie entstehen können.

Zudem kann man Hinweise auf eine Leberstörung durch eine körperliche Inspektion oftmals mit dem bloßen Auge recht gut erkennen. Für eine schwere Lebererkrankung, wie eine Leberzirrhose, sprechen beispielsweise eine gelbliche Verfärbung der Skleren und der Haut (Ikterus) durch Einlagerung von Bilirubin sowie Geldscheinhaut, eine von feinen Gefäßerweiterungen gezeichnete Haut, die zur Atrophie neigt. Weißnägel und Haarverlust sind vermutlich durch eine Störung der Keratinsynthese hervorgerufene Zeichen einer fortgeschrittenen Lebererkrankung. Zur sogenannten Bauch- oder Abdominalglatze und einer Zunahme des Brustwachstums bei Männern (Gynäkomastie) kommt es aufgrund eines reduzierten Östrogenabbaus durch die Leber. Kratzspuren können die Haut zeichnen, da es zu einer Ablagerung von Gallensäuren in der Haut und somit zu einem unerträglichen, generalisierten Pruritus kommt. Spätzeichen einer Leberzirrhose sind Kollateralgefäße, die auch äußerlich an der Bauchdecke sichtbar werden können, und ein Aszites. Dies spricht für einen Pfortaderstau und Lymphabflussstörungen aufgrund der bindegewebigen Umwandlung der Leber.

Doch auch frühe, feinere Zeichen kann man entdecken. So findet man im Bereich der Augen Xanthelasma, gelblich-fettige Plaques, die ein Hinweis auf eine Fettstoffwechselstörung sein können. Der geübte, diagnostische Blick erkennt weiterhin Furchen, ödematöse Schwellungen und Verfärbungen an typischen Bereichen um Mund und Augen, z.B. periorbitale Hyperpigmentierung, und eine großporige, gerötete Haut, besonders der Nase. Die sogenannten Spider naevi (Lebersternchen) findet man sowohl im Gesicht, als

auch am ganzen Körper. Besonders entlang des Meridianverlaufes von Leber und Gallenblase, aber auch auf entsprechende Reflexzonen und zugeordnete Zähne lohnt sich ein aufmerksamer Blick auf Veränderungen aller Art. Mittels Augen- und Irisdiagnose wird man schließlich auch im Auge, mit und ohne Irlinmikroskop, mehr oder weniger deutliche „Leberzeichen“ entdecken können. Lakunen (Schwächezeichen) und Pigmentablagerungen können je nach je nach Lage, Größe und Farbe ein Zeichen für eine Störung im Leber-Galle-System sein. In der Praxis sind es oftmals Menschen mit einer hämatogenen Konstitution, also braunäugige, die eine besondere Anfälligkeit für Lebererkrankungen aufweisen.

› Fühlen (Palpation)

Beim Erkennen von Lebererkrankungen nutzt man den Tastsinn vor allem für die Palpation des Leberrandes. Bei einem auf dem Rücken liegenden Patienten kann man, bei einem tiefen Atemzug während der Inspirationsphase, mit den Fingerkuppen beider Hände unter dem Rippenbogen den Leberrand erfühlen und Rückschlüsse auf Konsistenz und Oberfläche ziehen. Fühlt sich das Gewebe beispielsweise weich und teigig an, hat man es wahrscheinlich mit einer Fettleber zu tun. Stauungsleber und Hepatitis imponieren eher prall-elastisch, eine narbige und höckerige Beschaffenheit spricht für eine manifeste Zirrhose. Die Größe lässt sich auf diesem Wege eher zweifelhaft bestimmen, da auch andere raumfordernde Prozesse, wie z.B. ein Lungenemphysem, die Leber nach kaudal verschieben können. Weiterhin geben uns Reflexzonen, wie zum Beispiel an den Füßen, aber auch Veränderungen im Meridianverlauf, u.a. durch Verhärtungen oder druckdolente Punkte, Hinweise auf Störungen im Leber-Galle-System.

› Hören I (Anamnese)

In den Bereich des Hörens fällt zu allererst einmal das „Zuhören“. Gleichzeitig ist dieses der Sinn, der am wenigsten durch moderne Tech-

nik ersetzt werden kann. Eine gründliche Anamnese, verbunden mit einem profunden Wissen, oftmals auch um unspezifische Symptome, sind die Grundlage für eine Diagnose oder die Veranlassung weiterer diagnostischer Schritte.

› Hören II (Auskultation)

Da die Leber während ihrer Aktivität kein Geräusch verursacht, kann man sich ihr auskultatorisch nur indirekt nähern. Diese sogenannte „Kratzauskultation“ wird für die Bestimmung der Lebergrenzen, also ihrer Größe und Lage, genutzt. Dafür setzt man ein Stethoskop auf das Epigastrium und kratzt mit dem Fingernagel oder Spatel entlang der vermuteten Organgrenzen von kranial nach kaudal in Abständen von 1 cm. Aufgrund der unterschiedlichen Schallleitung verschieden dichter Körpergewebe, kann man hier Unterschiede hören. Eine weitere Methode, die sich der unterschiedlichen Schallleitungen bedient, ist die Perkussion, bei der die Leber durch einen gedämpften Klopfeschall von den angrenzenden, sonor klingenden Geweben von Abdomen und Thorax unterschieden werden kann.

› Riechen (olfaktorisch)

Lebererkrankungen kann man im fortgeschrittenen Stadium sogar olfaktorisch wahrnehmen. Dadurch, dass der Patient eine eingeschränkte Leberfunktion hat, kann Ammoniak, der beim Eiweißstoffwechsel entsteht, von der Leber nicht mehr zu Harnstoff abgebaut werden. Lebererkrankte können also nach Ammoniak riechenden Schweiß und Urin abgeben.

› Schmecken

Obwohl man als Therapeut heutzutage schlecht den Geschmacksinn für die Diagnostik von Lebererkrankungen einsetzen kann, kommt dem Geschmack im Zusammenhang mit der Leber eine bedeutende Rolle zu: die Leber liebt es bitter! Bitterstoffe kurbeln die Produktion der Galle an und stimulieren die Verdauung.

› Therapie

Wie bereits erwähnt, kann man der

Leber durch eine Zufuhr von Bitterstoffen mit der Ernährung eine wirkungsvolle und einfache Unterstützung zukommen lassen. Diese finden sich vor allem in Wildkräutern, aber auch in einigen Obst-, Gemüse- und Salatsorten. Grundsätzlich ist es außerdem empfehlenswert, sich vollwertig zu ernähren, d.h. mit einer großen Fülle an Vital- und Ballaststoffen sowie wenig kaltgepressten Ölen unter Verzicht auf tierische Fette und Eiweiße, Zucker, Getreide, Rohkost, industriell erzeugte Produkte und natürlich Alkohol. Für eine funktionierende Leber muss in jedem Falle auch eine Darmpflege bzw. -sanierung mit bedacht werden, da eine gestörte Verdauung die Leber mit der Entgiftung ihrer Gärstoffe und Gase stark belasten kann. Bei virusbedingten Hepatitiden sind QUENTAKEHL® D4 Kapseln 1x1 täglich morgens und NOTAKEHL® D4 Kapseln 1x1 täglich abends die Mittel der Wahl. Bei ausgeprägten Schwächezuständen ist der Einsatz von CITROKEHL® Tabletten 3x1 täglich zusätzlich empfehlenswert.

Aus dem Reich der Pflanzen sind zur Leberregeneration vor allem die Mariendistel (*Carduus marianus*) und der Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) zu nennen. Beide gehören zu den wichtigsten Heilpflanzen bei Störungen im Leber-Galle-System:

- › TARAXAN SANUM® D4 Tropfen (*Taraxacum officinale*), Dosierung: 1-3x 5 tgl. oder ohne Alkohol TARAXAN SANUM® D3 Ampullen, 2x1 wöch.
- › SILVAYSAN® Kapseln (Mariendistel), Dosierung: 3x1 täglich
- › Außerdem bietet die SANUM-Therapie zur unterstützenden Therapie der Gallenblase das Komplex-Präparat SANUGALL® Tabletten (Berberis D2, Calcium carbonicum D8, Carduus marianus D1, Chelidonium D4, Cholesterinum D4 und Natrium sulfuricum D3) an, Dosierung: 3x1 täglich

Die Regulation des pH-Wertes erfolgt parallel mit ALKALA® "N" für die extrazelluläre Entsäuerung, Dosierung: 1x1 Messlöffel in ½ Glas warmen Wasser auflösen und schluckweise, ggf. über den Tag verteilt

trinken. Nach ca. 2 Wochen wechselt man zu ALKALA® "S" zur Unterstützung der intrazellulären Entsäuerung, Dosierung: 1-2x 1 Teelöffel täglich in einem Glas Wasser oder Saft einrühren und wenn möglich zu einer Mahlzeit trinken. Im weiteren Behandlungsverlauf kann eine Immunmodulation mit dem Bacto-Präparat RECARCIN® D4 Kapseln vorgenommen werden, da dieses Präparat, gewonnen aus spezifischen Bestandteilen des Bakteriums *Bacillus firmus*, einen besonderen Bezug zu Drüsen und Schleimhäuten aufweist. Dosierung: 1x 1 Kapsel wöchentlich. Abschließend bleibt festzustellen, dass neben der Apparatediagnostik das persönliche Gespräch, ein aufmerksamer Blick und eine Berührung im Praxisalltag nicht fehlen sollten. Schließlich wird durch sie vielleicht auch manches Mal ein weiterer (sechster) Sinn aktiviert, den man auch als Intuition bezeichnet.

„Dream-Team“ der Darm-Sanierung		
EXMYKEHL® D5 Tropfen	Kombi-Präparat aus ALBICANSAN® (wirksam gegen Mykosen aller Art, besonders <i>Candida albicans</i>), PEFRAKEHL® (breites antimykotisches, aber auch antibakterielles und antivirales Spektrum) und FORTAKEHL® (Stärkung der Schleimhäute)	1-2x 5 Tropfen täglich
NOTAKEHL® D5 Tropfen	breites antientzündliches und antibakterielles Spektrum	1-2x 5 Tropfen täglich
SANUVIS® Tabletten	stabilisiert den Säure-Basen-Haushalt, stützt den Stoffwechsel und das Milieu	3x1 Tablette täglich
OKOUBASAN® D2 Tabletten	unterstützt den Darm und auch bei einer Belastung durch Giftstoffe	3-6x1 Tablette täglich

AUTOREN

HP MEIKE
VÖLKNER-KLEPSCH



- › Heilpraktikerin seit 2001
- › 2016 bis 2022 in eigener Praxis (Schwerpunkt Ernährung)
- › seit 2022 Mitarbeiterin in der Med. wiss. Abteilung bei SANUM-Kehlbeck
- › E-Mail: meike.voelkner-klepsch@sanum.com

HP DR. RER. NAT.
DIETER SONNTAG



- › promovierter Diplom-Biologe
- › Studium an der Universität zu Köln – Spezialgebiet Immunologie
- › Heilpraktiker und Leiter der Med. wiss. Abteilung bei SANUM-Kehlbeck
- › Vorstandsmitglied der Internationalen Gesellschaft für Immunbiologie, Milieumedizin und Polymorphologie
- › E-Mail: dieter.sonntag@sanum.com