



APOTHEKE WYSS

## Gesundheitstipp:

# LEBER

### Was ist die Leber und welche Funktionen hat sie?

Die Leber ist mit ihrem Gewicht von 1.5 kg die grösste Drüse des menschlichen Körpers. Sie nimmt wichtige Stoffwechselfunktionen wahr und ist eng mit dem Blutkreislauf verbunden. Die Leber hat zwei wichtige Funktionen:

- Gallenproduktion
- Reinigung und Entgiftung des Blutes

### Leber und Gallenblase:

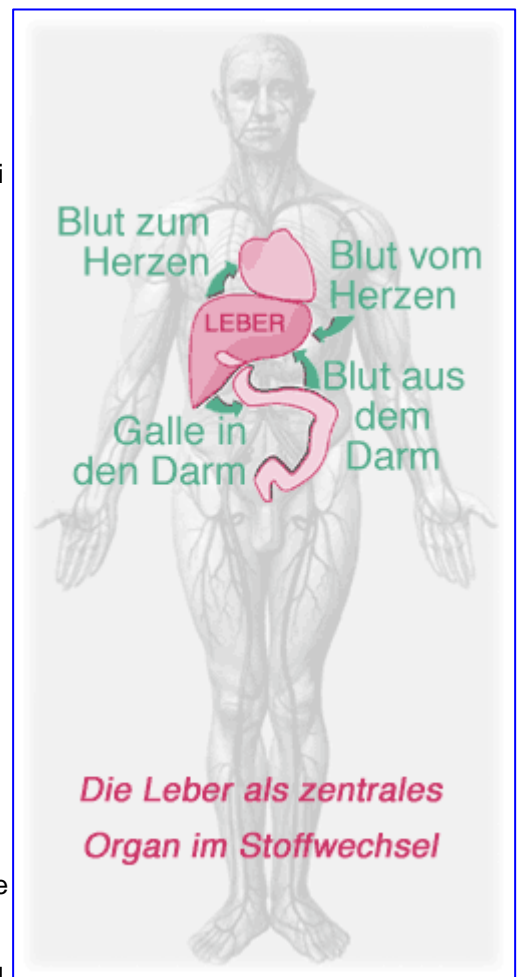
Leber und Gallenblase liegen dicht beieinander. Die Leber ist für die Gallenproduktion verantwortlich und die Gallenblase für deren Speicherung. Durch eine Kontraktion der Gallenblase während der Verdauung wird Galle in den Dünndarm abgegeben. Dieses Sekret spielt für die Verdauung eine wichtige Rolle. Die Galle enthält Emulgatoren, welche die Fette im Speisebrei in Tröpfchen verteilen und damit für die Verdauungsenzyme leichter zugänglich machen. Eine ungenügende Gallenproduktion führt zu schwerwiegenden Verdauungsstörungen.

### Leber und Blutkreislauf

Ein Grossteil des Blutes wird über den Blutkreislauf durch die Leber geführt. Dort finden in den Leberzellen wichtige Stoffwechselprozesse statt. Die Leber entnimmt dem Blut beispielsweise Zuckerverbindungen und Aminosäuren. Sie speichert Zucker in Form von Glykogen und führt sie dem Blut bei sinkendem Blutzuckerspiegel wieder zu. Aus Aminosäuren werden in der Leber zahlreiche Proteine und wichtige Bausteine für die Blutgerinnung produziert.

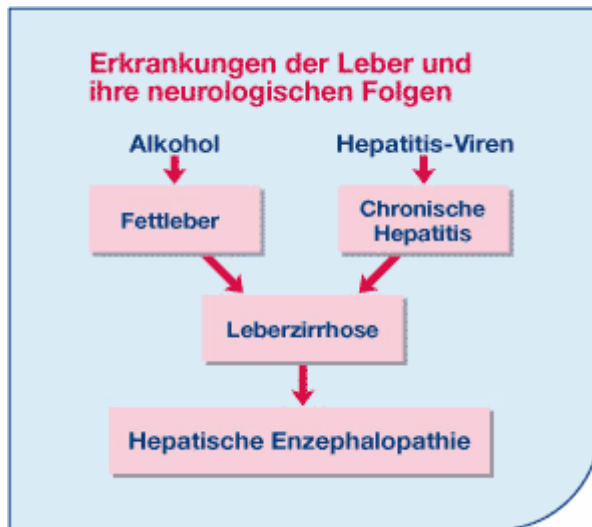
Die Leber reinigt das Blut von zahlreichen giftigen Substanzen wie Abfallprodukten aus dem Abbau des eisenhaltigen roten Blutfarbstoffes in den roten Blutkörperchen (Hämoglobin) oder von Proteinen, bei denen zum Beispiel das giftige Ammoniak entsteht. Die Leber spielt auch eine wichtige Rolle beim Abbau von Medikamenten.

Die Leber übernimmt auch eine wichtige Funktion beim Abbau von Alkohol.



## Lebererkrankungen:

Zu den wichtigsten Lebererkrankungen gehören verschiedene Arten von Leberentzündungen, die meist eine virale Ursache haben (Hepatitis A, B und C) aber auch durch Alkohol oder bestimmte Medikamente hervorgerufen werden können.



Bei der Leberzirrhose handelt es sich um eine chronische Lebererkrankung. Dabei wird Lebergewebe irreversibel zerstört. Auch chronische Leberentzündungen können sich zu einer Leberzirrhose entwickeln, die häufigste Ursache ist allerdings Alkoholmissbrauch. Man geht davon aus, dass die Konsumation von 60 g Alkohol pro Tag (entspricht etwa 7dl Wein) über längere Zeit Leberschäden hervorruft. Die Leberzirrhose ist eine schwerwiegende Erkrankung, die zu teilweisem Versagen der Leberfunktion und letztlich zum Tod führen kann.

Komplikationen von Leberzirrhose können funktionelle und irreversible Störungen des Zentralnervensystem (hepatische Enzephalopathie – siehe Abbildung) sein.

Lebererkrankungen haben ernsthafte Auswirkungen auf die Verdauung und den Allgemeinzustand. Als Folge einer ungenügenden Gallenproduktion ist die Verdauung von Fetten erschwert und Betroffene vertragen Alkohol und Rauchen schlecht. Verdauungsschwierigkeiten können auch auf Probleme mit der Gallenblase oder Verstopfungen der Gallengänge (Gallensteine) zurückzuführen sein. Als typische Symptome treten Blähungen, Völlegefühl und Appetitlosigkeit auf.

## Therapie von Lebererkrankungen:

Der Medizin stehen im Kampf gegen Lebererkrankungen nur beschränkt Medikamente zur Verfügung. Gegen Hepatitis A und B gibt es zwar wirksame Schutzimpfungen, sobald die Krankheit aber ausgebrochen ist, bleibt nur die Möglichkeit einer unterstützenden Therapie, denn die eigentliche Krankheit muss der Körper selbst überwinden. Gelingt dies nicht, kann die Leberentzündung chronisch werden (bei Hepatitis B und C). Bei chronischer Hepatitis sind einige gentechnisch hergestellte Substanzen (Interferone) die einzige Behandlungsmöglichkeit.

Die Phytotherapie (Behandlung mit Heilpflanzen) bietet einige Arzneimittel zur Unterstützung der Leber- und Gallenblasenfunktionen. Erwähnenswert sind zum Beispiel Mariendistel, Artischocke und Löwenzahn. Diese Pflanzen wirken entweder direkt auf die Leberzellen und schützen sie vor Giftstoffen, regen die Gallenproduktion oder die Gallenabsonderung in den Darmtrakt an. Präparate auf der Basis der oben erwähnten Pflanzen sind sowohl bei chronischen Leberbeschwerden als auch bei Verdauungsstörungen empfehlenswert.

Wie alle Organe sollte auch die Leber nicht überstrapaziert werden. In diesem Sinne sind ein zurückhaltender Alkoholkonsum und eine gesunde und leichte Ernährung sicherlich ratsam.

In unserer Apotheke beraten wir Sie gerne zu Gesundheitsfragen aller Art. Gesundheitstipps zu anderen Themen (z.B. Heuschnupfen, Impfungen, Cholesterin etc.) stehen ebenfalls zur Verfügung. Möchten Sie regelmässig von uns über Themen der Gesundheit informiert werden, können Sie sich auch im Internet unter <http://www.apotheke-wyss.ch> registrieren lassen.