

FORSCHUNG medizin

Leber



Als lebenswichtige Stoffwechsel- und Entgiftungszentrale ist sie vielen Belastungen ausgesetzt.

Dauerstress – Bis vor wenigen Jahren wurde die Diagnose Fettleber meist mit einem Alkoholabusus assoziiert. Experten gehen heute davon aus, dass etwa 20 bis 30 Prozent der Menschen in westlichen Industrienationen an einer nicht-alkoholischen Fettleber erkrankt sind – und das mit steigender Tendenz. Untersuchungen zufolge entwickeln 8 bis 20 Prozent dieser Patienten langfristig eine Leberzirrhose. Die Krux bei der Sache: Chronische Lebererkrankungen verlaufen meist asymptomatisch. Will heißen, dass warnende Schmerzen oft erst dann auftreten, wenn das zentrale Entgiftungsorgan bereits irreversible Schäden aufweist. Besonders wichtig ist es daher, früh genug auf Warnhinweise zu achten. Bei beginnenden Leberstörungen klagen Betroffene über ausgeprägte Müdigkeit, Oberbauchbeschwerden, Verdauungsstörungen, Leistungsabfall oder Appetitlosigkeit. Auch ein Burn-out kann mit einer Lebererkrankung

einhergehen, ebenso wie Zungenbrennen und deutliche Zahnabdrücke auf der Zunge. Lebererkrankungen können jeden treffen. Es gilt also, seinen Lebensstil zu überdenken. Denn die Leistungs- und Regenerationsfähigkeit des zentralen Stoffwechselorgans ist beträchtlich.

Eine Umstellung der Lebens- und Essgewohnheiten gehört daher zu den wichtigsten Maßnahmen in Prävention und Therapie. Übergewicht sollte auf gesunde Art langfristig abgebaut werden. Praktisch heißt das: Abwechslungsreich, fettbewusst und vitaminreich essen, regelmäßige, am besten tägliche Bewegung, Alkohol nur in Maßen und in kleinen Mengen – bei einer vorliegenden Schädigung am besten darauf verzichten. Ebenso gilt es Lebergifte, wie beispielsweise frei verkäufliche Schmerz- und Naturheilmittel, Antibiotika etc. selten oder gar nicht einzunehmen. Wer unter starker Anspannung oder negativem Dauerstress leidet, sollte zusätzlich mit Entspannung, beispielsweise durch Autogenes Training, Atemübungen oder Bewegung für Ausgleich sorgen.

Ferner hilft der Wirkstoff Silymarin, der seit Jahrzehnten aus der Mariendistel gewonnen wird. Die Einnahme von zwei Tabletten täglich wurde in Studien als probates Mittel zur unterstützenden Behandlung sowohl bei chronisch-entzündlichen Lebererkrankungen oder Zirrhosen, als auch bei durch Lebergifte verursachten (toxischen) Leberschäden als sinnvoll und hilfreich nachgewiesen. Experten empfehlen Frauen mit Brustkrebs, parallel zur Chemotherapie, den Einsatz von Silymarin, quasi als Leberzellschutztherapie. Denn beim Mammakarzinom ist die Leber häufiges Organ für die Bildung von Metastasen. Eine Kombination aus aktiver Änderung ungesunder Lebensgewohnheiten mit der regelmäßigen Einnahme von Mariendistelextrakt kann zur Regeneration einer erkrankten wirkungsvoll Leber beitragen. ■

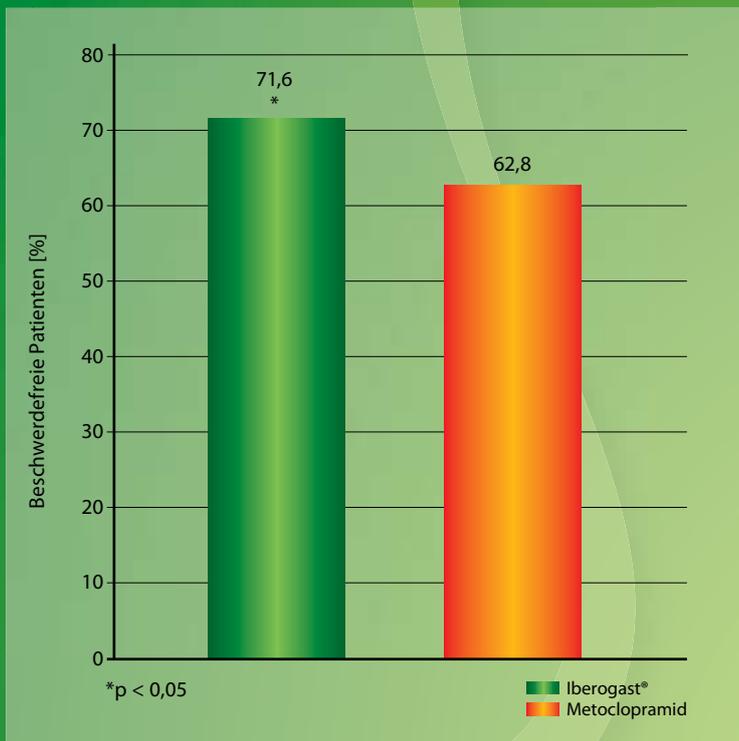
QUELLE

.....
Pressekonferenz „45 Jahre Legalon® – ein pflanzlicher Klassiker mit Zukunft, 26.Juni 2014, Köln, Veranstalter: Rottapharm/Madaus.

Iberogast® – die wirksame Alternative zu MCP

bei Motilitätsstörungen des Magen-Darm-Traktes

Reizmagensyndrom: Iberogast® erzielt höhere Beschwerdefreiheit als MCP¹



Signifikant bessere Beschwerdefreiheit bei Symptomen wie z. B.:

- Übelkeit
- Völlegefühl



Quelle: ¹Raedsch, R. et al. Wirksamkeit und Unbedenklichkeit... Z Gastroenterol 2007; 45; 1041 - 1048

Iberogast®. Zusammensetzung: 100 ml Flüssigkeit enthalten folgende Wirkstoffe: Auszüge aus: Iberis amara (Bittere Schleifenblume – Frische Ganzpflanze) (1 : 1,5-2,5) 15,0 ml, Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V); Angelikawurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Kamillenblüten (1 : 2-4) 20,0 ml; Kümmelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Mariendistelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Melissenblättern (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Pfefferminzblättern (1 : 2,5-3,5) 5,0 ml; Schöllkraut (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Süßholzwurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Auszugsmittel für alle Arzneidrogen: Ethanol 30 % (V/V). **Anwendungsgebiete:** Zur Behandlung von funktionellen und motilitätsbedingten Magen-Darm-Erkrankungen wie Reizmagens- und Reizdarmsyndrom sowie zur unterstützenden Behandlung der Beschwerden bei Magenschleimhautentzündungen (Gastritis). Diese Erkrankungen äußern sich vorwiegend in Beschwerden wie Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfen, Übelkeit und Sodbrennen. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit (Allergie) gegen die Wirkstoffe von Iberogast®. Bei Kindern unter 3 Jahren darf Iberogast® nicht eingenommen werden, da keine ausreichenden Erfahrungen vorliegen. Schwangerschaft und Stillzeit: Aus den vorliegenden Daten lassen sich keine Hinweise für Bedenken hinsichtlich der Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit ableiten. Gleichwohl soll Iberogast® während der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit einem Arzt eingenommen werden. **Nebenwirkungen:** Sehr selten können Überempfindlichkeitsreaktionen wie z. B. Hautausschlag, Juckreiz, Atembeschwerden auftreten. Bei Auftreten von Nebenwirkungen sollte das Präparat abgesetzt und ein Arzt aufgesucht werden. Dieser kann über den Schweregrad und gegebenenfalls erforderliche weitere Maßnahmen entscheiden. **Warnhinweis:** Das Arzneimittel enthält 31 Vol.-% Alkohol. **Stand der Information:** 08/2013. **STIEGERWALD Arzneimittelwerk GmbH, Havelstraße 5, 64295 Darmstadt.**