

Leberreinigung nach Dr. Hulda Clark: Fragen und Antworten

Bei welchen Problemen sollte man eine Leberreinigung durchführen?

Es wird empfohlen eine Leberreinigung regelmäßig durchzuführen. Die Leber ist ein sehr beanspruchtes Organ und spielt eine Schlüsselrolle in vielen verschiedenen Stoffwechselfvorgängen. Folgende Beschwerden sprechen positiv auf eine Leberreinigung an: Schulterschmerzen (besonders rechts), Erhöhung von Cholesterin-, Leber-, Bilirubinwerten, Verdauungsprobleme, Lebererkrankungen, Stoffwechselstörungen, Blähungen, Müdigkeit. Auch viele unspezifische Beschwerden bessern sich meist nach einer Leberreinigung. Grundsätzlich profitiert man bei jeder Krankheit von einer Leberreinigung. Außerdem ist die Leberreinigung eine einfache und preiswerte Möglichkeit Krankheiten vorzubeugen und daher auch zur Prävention geeignet.

Die Reinigung der Gallengänge ist das wirksamste Verfahren zur Verbesserung Ihrer Gesundheit.

Welche Komplikationen muss man befürchten?

Wenn man sich genau an die Anleitung hält, sind eigentlich keine Komplikationen zu befürchten. Sie werden in der Nacht wahrscheinlich oberflächlicher und schlechter schlafen als gewöhnlich, deshalb wird empfohlen genügend Ornithin zu nehmen. Wir empfehlen mindestens 6 Kapseln, besser 8 Kapseln.

Es wird oft davor gewarnt eine Leberreinigung durchzuführen, wenn man Gallensteine hat, weil die Leberreinigung eine Gallenkolik auslösen könnte. Das ist zwar theoretisch möglich, aber bisher hat noch niemand berichtet, dass es vorgekommen sei! Wohl aber kam es vor, wenn der Anwender sich nicht genau an die Anweisungen gehalten hat. Laut Frau Dr. Clark ist die Leberreinigung problemlos und schmerzlos, weil das Magnesium die Gallengänge weitet. Bisher konnte diese Behauptung nicht widerlegt werden.

Falls jemand anatomische Anomalien der Gallengänge oder sonstiger Strukturen im Oberbauch hat, sollte vor der Durchführung unbedingt ein Therapeut/Arzt konsultiert werden. In diesem seltenen Fall kann man Komplikationen nicht ausschließen.

Wofür ist das Ornithin?

Ornithin ist eine Aminosäure, die in der Lage ist Ammoniak zu binden. Der Körper kann sie selbst herstellen und umformen, deshalb kann man sie auch unbedenklich in großen Mengen nehmen, ohne eine Überdosierung oder negative Auswirkungen zu befürchten.

Wie oft kann/muss man die Leberreinigung machen?

Die Erfahrung zeigt, dass eine Leberreinigung nicht ausreicht. Oft wird bei der/den ersten Leberreinigung(en) die Hindernisse in den Lebergängen/Gallengängen nur weiter nach vorn

geschoben, aber noch nicht beseitigt. Man sollte eine Leberreinigung jedenfalls so oft durchführen, bis sich der Gesundheitszustand merklich verbessert hat.

Frau Dr. Clark empfiehlt mindestens 14 Tage Pause zwischen zwei Leberreinigungen. Sie rät davon ab eine Leberreinigung durchzuführen, wenn man sich krank fühlt, z.B. wenn man merkt, dass eine Erkältung im Anmarsch ist oder man Fieber hat.

Wie lange dauert die Leberreinigung?

Sie dauert zwei halbe Tage. Am besten Sie wählen ein Wochenende oder zwei Tage, an denen Sie keine Verpflichtungen haben und sich ganz auf ihren Körper konzentrieren können. Empfohlen ist die Durchführung bei abnehmendem Mond.

Kann jeder die Leberreinigung durchführen?

Grundsätzlich: Ja. Auch bei Erkrankungen der Leber (z.B. Zirrhose, Leberkrebs, Hepatitis, etc.). Wichtig ist die genaue Befolgung der Anleitung.

Wie kann man die Leber außerdem unterstützen?

Sowohl vor als auch nach der Leberreinigung können alle bekannten „Leberkräuter“ (z.B. Mariendistel, Petersilienwurzel, etc.) und alle Substanzen, die die Verdauung erleichtern (z.B. Verdauungsenzyme, Papain, Bromelain, etc), eingenommen werden. Die Leber wird so schon vorher und besonders nachher entlastet. Zusätzlich sollte man eine leicht verdauliche Ernährung wählen.

Bärlauchtinktur regt die Bildung der Gallenflüssigkeit an. Alpha-Liponsäure und Gluthation und Co-Enzym Q10 unterstützen die Leber bei ihren vielfältigen Aufgaben.

Magnesiumzitrat ein paar Tage vor der Leberreinigung hilft bei der Entspannung. Diverse Entspannungstechniken, sowie ein entspannendes Bad am Vorabend der Leberreinigung fördern die Entkrampfung.

Muss man unbedingt Epsom-Salz nehmen?

Epsomsalz ist ein Synonym für Bittersalz oder Magnesiumsulfatsalz. Das Magnesium ist wichtig, weil es entspannend auf den Muskeltonus der Gallengangswände wirkt und somit eine schmerzlose Erweiterung ermöglicht.

Glaubersalz dagegen ist ein Natriumsulfatsalz und nicht geeignet für die Leberreinigung.

Warum sind nach der Leberreinigung noch so viele Kapseln übrig?

Sie brauchen 4 x 12 Kapseln Epsomsalz pro Reinigung und 6 bis 8 Kapseln Ornithin. Sollten trotzdem Kapseln übrig sei, so können Sie sie aufheben für die nächste Leberreinigung oder auch einzeln verbrauchen. Ornithin ist ein ausgezeichnetes natürliches Schlafmittel und Epsomsalz kann man auch gegen Verstopfung anwenden. (Hier gilt das gleiche wie für andere Abführmittel: Vorsicht vor dem Gewöhnungseffekt.)

Was passiert, wenn man die vorgegebenen Zeiten nicht eingehalten hat oder konnte?

Die Abstände zwischen den einzelnen Einnahmen sollten ungefähr eingehalten werden. Fünf oder zehn Minuten früher oder später machen keinen Unterschied. Auch wenn Sie eine Stunde früher oder später anfangen, ändert sich nicht viel. Wichtig ist, den 2-Stunden Abstand einzuhalten und nicht gegen den eigenen Biorhythmus zu handeln. Ein Nachtarbeiter, dessen Biorhythmus seit Jahren verändert ist, kann/sollte die Zeiten der Leberreinigung an den eigenen Rhythmus anpassen.

Trotzdem ich die Kapseln nach Anleitung genommen habe, bekam ich keinen Durchfall. Warum?

Das ist möglich, wenn man zu den Kapseln zu wenig getrunken hat und der Körper schon vorher dehydriert war. Beim nächsten Mal sollten Sie schon einige Tage vor der Leberreinigung den Wasserhaushalt auffüllen.

Mir wurde übel und ich musste mich übergeben, was ist passiert?

Die vorgeschlagene Dosis ist für einen „normalgewichtigen“ Menschen errechnet. Natürlich gibt es individuelle Abweichungen. Manche Menschen reagieren auch empfindlicher als andere.

Wahrscheinlich war die Dosis zu hoch für Sie. Reduzieren Sie die Dosis beim nächsten Mal, dann wird es besser werden.

Der Durchfall setzte schon kurz nach 22.00 Uhr, bzw. in der Nacht ein, was soll ich tun?

Wahrscheinlich war die Salzmenge für ihr Körpergewicht zu viel oder Sie reagieren besonders gut auf das Epsomsalz. Gehen Sie zur Toilette und machen Sie nach Plan weiter. Es ist nicht unbedingt sicher, dass die Leberreinigung überhaupt keinen Erfolg mehr hat.

Was soll ich machen, wenn ich nachts auf Toilette muss, ich soll ja nicht aufstehen?

Was sein muss, muss sein! Ein (oder auch zwei) nächtlicher Toilettengang ist besser, als die ganze Nacht verkrampft im Bett zu liegen.

Ich kann nicht die ganze Nacht auf dem Rücken liegen, was soll ich tun?

Es gibt Personen, die wegen bestimmter Erkrankungen z.B. des Bewegungsapparates nicht oder nur unter Schmerzen auf dem Rücken liegen können.

Versuchen Sie in dem Fall einfach so entspannt und ruhig wie möglich zu liegen.

Das Schlimmste was passieren kann, ist, dass die Leberreinigung nicht funktioniert und Sie keine Steine ausscheiden. Wenn Sie versuchen unter Schmerzen die ganze Nacht auf dem Rücken zu liegen, wird sie aber auch nicht funktionieren, weil sie viel zu verspannt sind.

Ich habe alles nach Anleitung gemacht, habe aber keine oder nur wenige kleine, grüne Kügelchen ausgeschieden. Heißt das, dass die Leber gereinigt genug ist?

Möglich, aber unwahrscheinlich, wenn man lange keine Leberreinigung mehr gemacht hat. Meist ist die Leber dann so verstopft, dass erst mal nicht viel herausgekommen ist. Führen Sie weitere Leberreinigungen durch.

Ich habe alles gemacht wie immer, aber diesmal hat es irgendwie nicht geklappt, warum?

Die Erfahrung zeigt, dass jeder irgendwann eine Leberreinigung macht, die nicht funktioniert, obwohl man alles wie immer getan hat. Den Grund dafür findet man meistens nicht. Vielleicht war man doch nicht so entspannt, wie nötig oder hat unbewusst doch irgendetwas anders gemacht, man weiß es nicht. Lassen Sie sich nicht entmutigen (besonders, wenn es die erste Leberreinigung war), beim nächsten Mal wird es besser.

Ich muss regelmäßig Medikamente (z.B. Blutdrucktabletten) nehmen. Kann ich das während der Leberreinigung?

Ja, aber besser etwas zeitlich versetzt.

Während der Leberreinigung sollten Sie nur die Tabletten nehmen, die wirklich wichtig sind, um die Leber nicht unnötig zu belasten. Medikamente, die vom Arzt verschrieben wurden, können Sie nehmen, aber Sie sollten Folgendes beachten:

Am ersten Tag der Leberreinigung können Sie die Medikamente wie gewohnt nehmen.

Am zweiten Tag kann es sein, dass die Morgendosis durch den Durchfall nicht lange genug im Magen und Darm verweilt, um aufgenommen zu werden. Da Sie zudem nichts essen, kann die Aufnahme zusätzlich erschwert werden.

Nehmen sie die Medikamente sicherheitshalber etwas später, wenn der Durchfall nachgelassen hat. Nehmen Sie dann auch die Mittags – und Abenddosis entsprechend später.

Vorsicht, wenn Sie morgens die Anti-Baby-Pille nehmen. Eine Leberreinigung kann den Empfängnischutz genauso einschränken wie eine Magen-Darm-Verstimmung. Lieber erst gegen Mittag nehmen.

Die kleinen Kügelchen sind ja weich? Das sind ja gar keine Steine!

Doch, aber keine Gallensteine wie wir sie im herkömmlichen Sinn kennen. Erst wenn diese kleinen weichen Gebilde Calcium und Phosphate einlagern, werden sie hart und sind dann auch im Ultraschall und im Röntgenbild sichtbar. Das braucht aber viel Zeit und passiert meistens erst in der Gallenblase.

Die Gallensteine, die uns dann chirurgisch entnommen werden, sind hart und sehen aus wie „richtige“ Steine.

Warum sind die Leberwerte nach der Leberreinigung erhöht, bzw. immer noch erhöht?

Bei der Leberreinigung können durchaus periphere Zellen der Gallengänge verletzt werden und deren Inhalt gelangt ins Blut. Es ist auch nicht ungewöhnlich, dass sich die Leberwerte kurz nach der Leberreinigung sogar verschlechtern. Da es einige Zeit dauert, bis die Zellabfälle beseitigt werden, sollte man mindestens 4 Wochen warten, bis man die Leberwerte kontrolliert.

Wie macht man eine Leberreinigung?

Es ist ganz einfach, die Anleitung finden Sie hier <https://www.naturepower.de/index.php?id=1170>

Kann ich die Leberreinigung auch machen, ohne die Nierenreinigung und Parasitenreinigung zu machen?

Ja, selbstverständlich. Der Körper profitiert natürlich mehr davon, wenn man die anderen Reinigungen und auch eine Schwermetallausleitung macht, aber auch die Leberreinigung allein ist natürlich auch wirksam.

In den Medien hört und liest man immer wieder, dass die Leberreinigung überhaupt nicht funktionieren kann und die grünen Kügelchen nur aus dem Olivenöl bestehen. Was soll ich denn jetzt glauben?

Hier müssen erst mal einige grundlegende Sachverhalte geklärt werden:

1. Bei der Leberreinigung handelt es sich, wie der Name schon sagt, um eine Reinigung der Leber. Leberreinigung ist nicht das Synonym für Gallensteinentfernung, obwohl es als solches oft und besonders von der Presse benutzt wird.
2. Im englischen Sprachraum existiert ein Wort für Lebersteine, das in deutschen Übersetzungen oft als Gallensteine wiedergegeben wird. Dadurch entstehen viele falsche Assoziationen.

Das Prinzip der Leberreinigung besteht darin, durch die Produktion großer Mengen von Verdauungssäften, den Fluss in den Lebergängen zu erhöhen und, vereinfacht ausgedrückt, durch den so entstandenen Druck die kleinen sich dort befindliche Hindernisse weiter- bzw. hinaus zu schwemmen. Durch die Aufnahme einer großen Menge von Olivenöl ist es nicht ungewöhnlich diese Fettmoleküle, auch als Konglomerate, kurze Zeit später in den Gallengängen wiederzufinden.

Viele Fürsprecher der Leberreinigung werben mit dem Versprechen die Gallensteine zu entfernen. Leider wird dieser Begriff immer nur auf die sichtbaren, mit Calcium und Phosphaten eingelagerten Steine in der Gallenblase angewandt. Diese Steine können zum Teil ein Leben lang in der Gallenblase verweilen, ohne irgendeinen Schaden anzurichten.

Man muss aber auch die nicht im Ultraschall sichtbaren kleinen, weichen Steine und den sogenannten „Sludge“ oder Gallengries mit einbeziehen. Diese Strukturen sind bereits in der Lage erhebliche Verdauungsstörungen bis hin zur Kolik hervorzurufen, ohne dass man sie durch Ultraschall und im Röntgenbild sehen könnte. Im Vergleich zu den sichtbaren Steinen, die auch schon mal in den

Gallengang rutschen können und dadurch eine Kolik auslösen, sind diese kleineren Strukturen wesentlich häufiger der Auslöser für Beschwerden.

Diese „Steine“ werden in den medizinischen Untersuchungen und in der Presse nie untersucht und mit einbezogen.

Gleichermaßen wird nicht untersucht was sich noch in diesen Olivenöl-Konglomeraten befinden könnte. Laut Frau Dr. Clark befindet sich im Zentrum ein Parasit, dessen Anwesenheit die Entstehung des Lebersteines erst begünstigt. Da es sich zum Teil auch um Parasiten handelt, die in der schulmedizinischen Welt noch keine Anerkennung als Krankheitserreger gefunden haben, bedarf es besonderer Techniken, um sie zu finden. Techniken, die in den medizinischen Untersuchungen nicht angewandt werden.

Die Vergleiche werden zwischen einem jungen, noch nicht umgeformten Olivenölkonglomerat und einem sich nach langer Zeit gebildeten Gallenstein gezogen. Das reicht den Schulmedizinern und der Presse, um die Leberreinigung ad absurdum zu führen.

Sollten die Presse und die Schulmedizin doch Recht haben, so ergeben sich immerhin folgende Fragen:

- Warum wurde allein durch die Durchführung der Leberreinigung bei vielen Anwendern der Zustand einer Fettleber verbessert?
- Warum verschwinden so viele Beschwerden nach einer, bzw. mehreren Leberreinigungen?
- Warum sprechen, nach Aussage vieler Therapeuten, viele Patienten viel besser auf viele Behandlungen an, wenn sie zuerst eine Leberreinigung durchgeführt haben?
- Warum fühlt man sich besser nach einer Leberreinigung?
- Warum verbessern sich Allergien nach einer Leberreinigung?

Warum?...Warum?...Warum? und das sind nur einige der vielen Rätsel.

Vielleicht hat die Presse ja doch Unrecht?