

„Kann meine Leber mich müde machen, Herr Doktor?“

Mein 58-jähriger Patient legt mir einen Artikel auf den Tisch: „Millionen Deutsche an Fettleber erkrankt, ohne es zu wissen!“, „Habe ich das auch, Herr Doktor?“, sprudelt es aus ihm heraus. „Ich fühle mich oft müde. Das ist ein typisches Symptom.“ Er deutet mit dem Finger auf die ausgerissene Seite. Der Malermeister leidet seit etwa zehn Jahren an der Blutzuckerkrankheit Diabetes mellitus. Diabetes kann eine der Ursachen für eine Leberverfettung sein. „Meist zeigen sich im Labor und Ultraschall erste Hinweise“, sage ich. Mein Patient wirkt unruhig. „Können Sie nicht gleich einen Ultraschall machen?“ Ich nicke. „Sie haben Glück: Ein Patient hat den Termin nach Ihnen abgesagt.“

Die Leber im Ultraschall

Im Ultraschall zeigt sich das Lebergewebe auffällig hell und dicht. Vergleicht man beispielsweise die rechte Niere mit der Leber im Ultraschall, wirkt der Nieren-Mantel ganz dunkel. Ich sehe hellere und dunklere Zonen

in der Leber, die wir als Mehr- und Minderverfettungszonen bezeichnen. Ebenfalls auffällig: Die Leber läuft nicht spitz zu, stattdessen wirkt der sogenannte Leberwinkel plump und abgerundet. „Tatsächlich scheint es sich bei Ihnen um eine Fettleber zu handeln.“ Ich erläutere ihm den Befund auf dem Monitor. Er sieht mich von der Liege aus an. „Das habe ich befürchtet. Und woher kommt denn das?“, möchte er wissen. „Wir unterteilen die Fettleber in alkoholbedingt und nicht alkoholbedingt.“ Ich bekomme den Satz kaum zu Ende, da unterbricht er mich schon. „Alkohol ist es nicht. Ich trinke nur am Wochenende mal ein Glas Wein, Herr Doktor.“ Das erlebe ich häufig. Kaum erwähnt man Alkohol als mögliche Ursache, fühlen sich die Betroffenen angegriffen. Ähnlich wie Lungenkrebspatienten, wenn sie immer wieder gefragt werden, ob sie geraucht hätten... Knifflig. „Der Alkohol ist nur eine Ursache von vielen. Auch Ihre Blutzuckerkrankheit kann die Leber in Mitleidenschaft ziehen. Ebenso wie Medikamente, Übergewicht oder eine Fettstoffwechselstörung.“

Ist die Fettleber heilbar?

„Die gute Nachricht: Eine Fettleber kann sich erholen. Machen Sie aber weiter wie bisher, kann sich das Gewebe entzünden. Dann kommt es zu einer Versteifung, einer sogenannten Fibrose, und schließlich zur Zerstörung der Leberzellen, der Zirrhose.“ Mein Patient schluckt. „Und was kann ich dagegen tun?“ „Wir sollten Ihre Diabetes-Einstellung überprüfen und Ihre Fettspiegel senken. Außerdem wäre es gut, wenn Sie abnehmen würden.“ Schon bei zehn Prozent Gewichtsverlust kann sich eine Fettleber innerhalb eines Jahres komplett erholen. „Unterstützend verzichten Sie bitte 100 Tage auf jede Leber-Schädigung: Kein Alkohol, leider auch nicht über Weihnachten! Und essen Sie mehr Gemüse und weniger Fleisch. Dann schauen wir uns Ihre Leber wieder an. Ich wette, sie wird besser aussehen!“ Mein Patient wirkt erleichtert. Weil auch die Laborwerte meine Diagnose stützen, hält er sich strikt an meinen Rat. Er verträgt die intensivierte Medikamenten-Therapie und nimmt schon in den ersten Wochen vier Kilo ab. Ich bin beeindruckt.

Dr. med. Dierk Heimann

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de



Jetzt erhältlich!

Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!

Weil wir gerne *aktiv* sind

Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen



Sie stehen mitten im Leben, empfinden Ihren Alltag aber oft als anstrengend? Wenn Sie z. B. beim Treppensteigen oder bei ausgedehnteren Spaziergängen häufiger außer Atem geraten und schneller erschöpft sind, dann könnten Ihr Herz und Ihr Kreislauf etwas Unterstützung gebrauchen! Die kommt aus der Natur – in Form eines speziellen Weißdorn-Extraktes.

Wenn Sie auf natürliche Weise etwas dafür tun möchten, weiterhin aktiv zu bleiben, dann ist Weißdorn eine gute Möglichkeit für Sie.

Crataegutt® stärkt Herz und Kreislauf

In Crataegutt® steckt ein Weißdorn-Spezial-extrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.



- + Crataegutt® enthält Weißdorn-Spezialextrakt
- + Mit besonders hohem OPC-Anteil

Crataegutt® stärkt die Pumpkraft des Herzens, das Blut kann bis in den letzten Winkel gepumpt werden. Es hält die Gefäße elastisch, das Blut kann leichter durch den Körper fließen – für eine bessere Sauerstoffversorgung im Körper.

- Crataegutt® hat eine besonders hohe Dosierung (2 x 450 mg), die z. B. von Weißdorn-Tees bei weitem nicht erreicht wird.

- Crataegutt® ist seit vielen Jahren das am häufigsten verwendete Weißdorn-Monopräparat.

Crataegutt® ist sehr gut verträglich und mit anderen Medikamenten kombinierbar. Bei regelmäßiger Einnahme fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.



- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

PFLANZLICH. GUT VERTRÄGLICH. EXKLUSIV IN DER APOTHEKE.

Crataegutt® 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei: Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion, ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe C/01/02/19/07/AT



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer *bei akuter Bronchitis

Umckaloabo®
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel – Ettlingen U/01/11/19/08