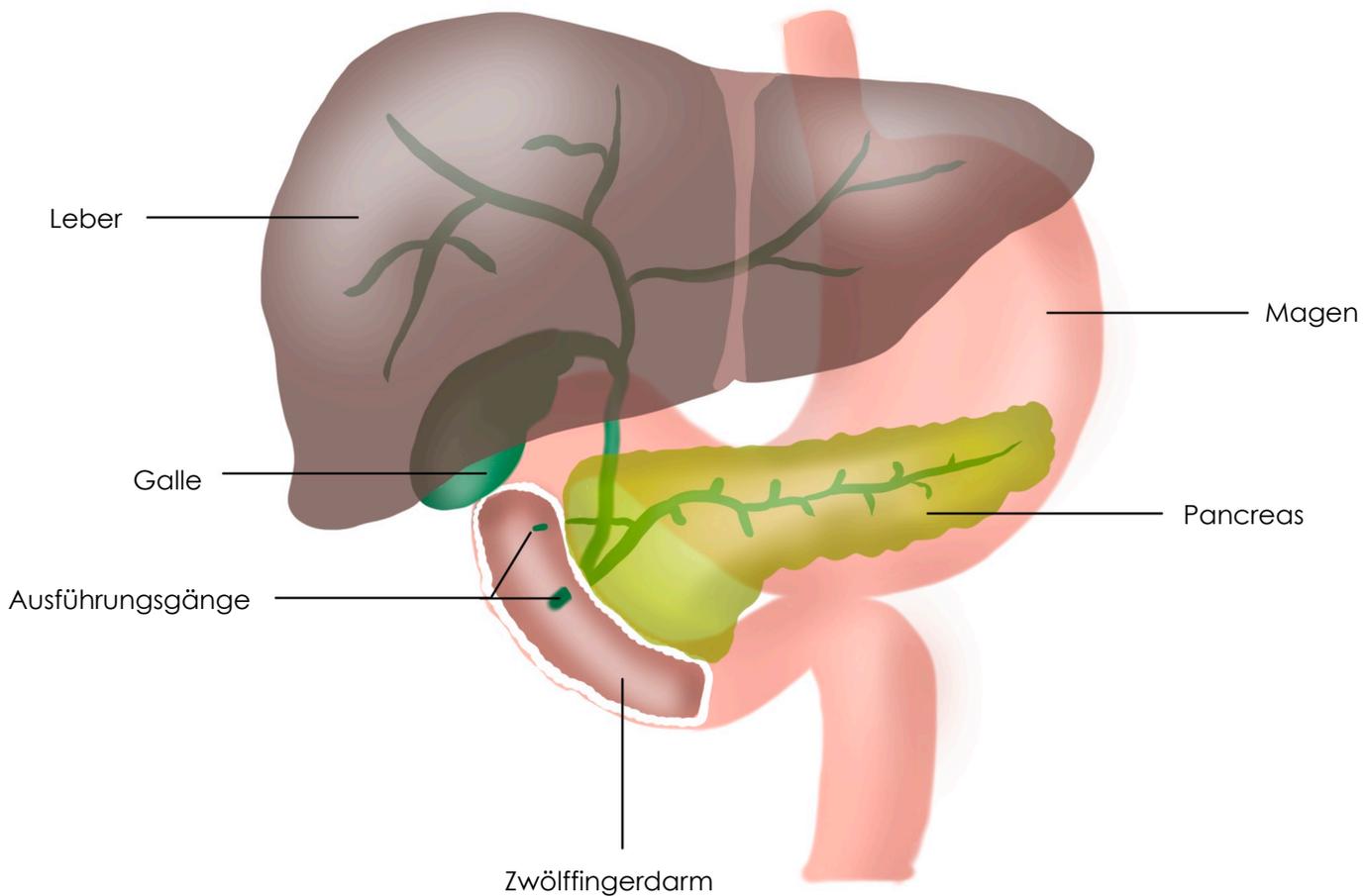


Anatomie

Galle, Leber, Pancreas

Galle, Leber und Pancreas (Bauchspeicheldrüse) gehören genau genommen mit zur Verdauung. In ihrem Wohlbefinden gibt es eine klar zu erkennende Wechselwirkung zwischen Magen/Darm und den Dreien. Geht es Magen und Darm gut, geht es meist Galle, Leber, Pancreas auch gut und umgekehrt. Oft ist die Darmflora gestört, wenn eines dieser drei Organe Schwierigkeiten hat. Es macht also Sinn, einen weiteren Blick zu lernen und auch einmal um die Ecke zu schauen...



Anatomie

Galle, Leber, Pancreas

Leber

Die Leber ist ein sehr großes Organ und hat viele sehr wichtige Aufgaben. Sie ist sehr stark durchblutet, aber sie hat kaum Nerven. Sie ist eine komplexe Drüse, liegt im rechten Oberbauch und wenn sie nicht gut arbeitet, ist unser Allgemeinbefinden extrem eingeschränkt. Sie wiegt ungefähr 1,5 Kilo, kann sich aber durch Krankheit stark vergrößern oder verkleinern. Sie besteht aus Leberlappen, die miteinander durch das Blutsystem in Verbindung stehen.

Ungefähr ein Viertel des Blutes, das zur Leber strömt, ist sauerstoffreich und kommt aus der Leberarterie, die restlichen 75% kommt über die Pfortader in die Leber. Sie sammelt das Blut aus allen unpaarigen Organen und bekommt die Nährstoffe, die der Dünndarm resorbiert hat, die Abbauprodukte der Milz, Hormone aus dem Pancreas und auch das ein oder andere, was bereits vom Magen aufgenommen wurde.

Außerdem ist die Eigentemperatur der Leber ca. 1,5 - 2 °C höher als die Körpertemperatur, deshalb wirken auch die in der Naturheilkunde so beliebten Leberwickel so entlastend.

Leber hat einen Bezug zu den Augen!

Aufgaben: Die Leber hat viele Aufgabe aber ihr Hauptjob ist die Entgiftung! Sie filtert körperfremden (Medikamente, Alkohol, Nahrungszusätzen...) und körpereigenen (z.B. Abbau von Hormonen) Stoffen aus, die uns nicht dienlich sind.

Zusätzlich speichert sie Stoffe (z.B. Eisen und fettlösliche Vitamine) und gibt sie bei Bedarf wieder in den Organismus ab.

Sie stellt den Gallensaft her (ca. 700ml täglich), wandelt Eiweiße aus der Nahrung in körpereigene Eiweiße um, die unser Körper dann wiederum zum Aufbau von Körperzellen benötigt.

Außerdem hat sie wichtige Aufgaben im Eiweiß-, Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel, baut müde Erythrozyten (rote Blutkörperchen) ab und stellt den Gerinnungsfaktor her, den wir z.B. beim Wundverschluss brauchen. Und sie sorgt auch noch mit für unsere schlagkräftige Abwehr.

Sie hat also wirklich gigantisch viele Aufgaben und es ist eine gute Idee, sie ab und zu zu schnuckeln und ihr Gutes zu tun...

Psychische Themen der Leber können wir bereits darin erkennen, dass sie sehr stark durchblutet ist. Blut ist Lebenskraft und Lebensfreude. Sie entgiftet auch psychisch/energetisch und sorgt für eine Transformation von giftigen Gedanken und Gefühlen. Das bedeutet nicht, das Wut ein „schlechtes“ Gefühl ist, aber Wut kann destruktiv und konstruktiv eingesetzt werden. Wir können wütend jemanden schlagen, das wäre die destruktive Variante, oder wir können die Wut erkennen, annehmen und eigenverantwortlich in Kraft wandeln.

In der Naturheilkunde sagt man, „Müdigkeit ist der Schmerz der Leber“, sind wir also unerklärlicher Weise sehr müde, lohnt sich ein Blick auf die Leber.

Die **Hochzeit** in der TCM ist zwischen 1:00 Uhr und 3:00 Uhr morgens.

Anatomie

Galle, Leber, Pancreas

Galle

Die Gallenblase liegt an der Unterseite der Leber, hat die Form einer Birne und ist dort verwachsen. Sie ist über die Gallengänge mit der Leber und dem Zwölffingerdarm verbunden.

Wenn der Dünndarm Galle benötigt, wird die Gallenflüssigkeit durch Anspannung und Entspannung in den Zwölffingerdarm abgegeben.

Gallenflüssigkeit besteht aus Wasser, Elektrolyten, Gallenfarbstoff (Bilirubin), Cholesterin, Lezithin und andere fettlösliche Substanzen. Außerdem werden auch Hormone und andere Stoffwechselprodukte über die Galle ausgeschieden

Aufgaben: Die Gallenblase speichert den von der Leber hergestellten Gallensaft. Er wird dort eingedickt und wartet dann auf seinen großen Auftritt in Form von fetter Nahrung. Nach Ausschüttung des Gallensaftes wird die Nahrung in verdauliche Bestandteile umgewandelt. Zusätzlich transportiert die Galle auch noch Abfallprodukte der Leber und sie bindet Cholesterin.

Psychische Themen der Galle sind ähnlich wie bei der Leber, es gehört aber auch Tatkraft dazu. In dem Spruch „mir läuft die Galle über“ und einigen anderen, finden wir schon Aspekte der psychischen Ebene: Neid, Ärger, Bitterkeit (Gallenflüssigkeit ist das bitterste, was der Körper zu bieten hat). Auch Wut, Aggression und Zorn wird mit der Galle in Zusammenhang gebracht. Es macht also Sinn, diese Gefühle nicht herunter zu schlucken, sondern wertfrei (!) wahrzunehmen, und ihre Power in konstruktive Kraft zu wandeln. Es geht um Ausscheidung und Reinigung auf allen Ebenen um auch einer emotionalen Vergiftung vorzubeugen.

Die **Hochzeit** der Galle ist zwischen 23:00 Uhr nachts und 1:00 Uhr morgens



Anatomie

Galle, Leber, Pancreas

Bauchspeicheldrüse / Pancreas

Der Pancreas gehört zu den wichtigsten Drüsen im Körper. Er bildet einerseits Pancreassaft und andererseits Hormone wie z.B. Insulin. Er kuschelt sich in das „C“ vom Zwölffingerdarm und besteht aus P-Kopf, P-Körper und P-Schwanz. Auch die Verdauungsenzyme des Pancreas landen im Zwölffingerdarm. Dadurch können Bestandteile der Nahrung aufgespalten, und die Nährstoffe in das Blut abgegeben werden. Der Pancreas ist um 20cm lang und wiegt ca. 100 Gramm.

Aufgaben: Bauchspeicheldrüsensekrete sorgen dafür, dass Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße aus der Nahrung in das Blut gelangen. Nur 2 Prozent des Gewebes kümmert sich um die Produktion von Hormonen, wie Insulin. Das brauchen wir, damit Kohlenhydrate als Brennstoff in die Zellen gelangen. Dafür braucht es einen Schlüssel (Insulin) und ein Schloß (Rezeptor an der Zelle). Nur mit Insulin sind wir in der Lage, unseren Blutzucker zu senken. Auch der Gegenspieler Glukagon wird im Pancreas gebildet und er erhöht bei Bedarf den Blutzucker. Wir brauchen also beide Hormone in einem guten und reibungslosen Zusammenspiel.

Psychische Themen des Pancreas ist die Süße des Lebens, Annahme von Wärme und Liebe, „Sorgen von Morgen“ schwächt die Bauchspeicheldrüse. Die psychisch-energetischen Themen der Bauchspeicheldrüse sind ähnlich der Galle und der Leber.

Die **Hochzeit** der Bauchspeicheldrüse ist zwischen 9:00 Uhr und 11:00 Uhr am Morgen.

Pflanzen die unterstützen sind unter vielen anderen

- Löwenzahn
- Schöllkraut
- Mariendistel
- Artischocke
- Wegwarte
- Haronga

und Bitterstoffpflanzen