

Für ein
rundum gutes
Bauchgefühl



Malassimilation – Verdauungsstörungen auf der Spur

Verdauung ist Teamarbeit: Enzyme, Gallensäuren, Verdauungsmilieu und Darmschleimhaut müssen perfekt zusammenspielen. Schon leichte Funktionsstörungen von Leber, Galle, Pankreas oder des Vegetativums können dieses sensible System stören. Hält die Dysbalance länger an, gerät das „Verdauungsorchester“ aus dem Takt – es kann eine Malassimilation entstehen, mit gestörter Aufnahme und Verwertung von Nährstoffen.

Maldigestion

Unter Maldigestion versteht man die unzureichende enzymatische Aufspaltung von Nährstoffen in resorbierbare Moleküle. Sie kann theoretisch in allen Verdauungsphasen auftreten – von der gastrischen über die pankreatische bis zur biliären Phase. In der klinischen Praxis spielt die isolierte gastrische Maldigestion eine eher untergeordnete Rolle, da sie meist durch die nachgeschalteten Phasen kompensiert wird.

Häufige Ursachen einer Maldigestion sind eine **exokrine Pankreasinsuffizienz** oder **Funktionsstörungen des Leber-Galle-Systems**, die zu einem Mangel an Verdauungsenzymen oder Gallensäuren führen. Typische Symptome sind Flatulenz, Diarrhoe, voluminöse und übelriechende Stühle sowie Steatorrhoe.

Malabsorption

Von Malabsorption spricht man, wenn aufgespaltene Nahrungsmoleküle nicht ausreichend über die Darmschleimhaut resorbiert werden können. Ursachen sind strukturelle oder funktionelle Störungen der Mukosa, etwa entzündliche Veränderungen, eine gestörte Barrierefunktion (z. B. Leaky-Gut-Syndrom), Motilitätsstörungen oder eine mikrobielle Dysbiose.

Oft entsteht eine Malabsorption **sekundär aus einer länger bestehenden Maldigestion**: Unzureichend aufgeschlossene Nahrungsbestandteile belasten die Darmschleimhaut und begünstigen eine Fehlbesiedelung bis hin zu einer bakteriellen Überwucherung des Dünndarms (SIBO).

Die Symptomatik ähnelt der Maldigestion, wird jedoch häufig von Anzeichen eines Nährstoffmangels wie Müdigkeit, Schwäche oder Leistungsknick begleitet.

Therapieoptionen und Diagnostik

Leichte Funktionsstörungen von Leber, Galle oder Pankreas können einen Kreislauf in Gang setzen: Maldigestion, Dysbiose und Malabsorption bedingen sich gegenseitig und verschärfen durch resultierende Nährstoffdefizite die funktionelle Schwäche der Verdauungsorgane weiter.

Im Vordergrund steht daher die **Stabilisierung von Leber, Galle und Pankreas**, um diese Abwärtsspirale zu durchbrechen – vorausgesetzt, Anamnese, klinischer Befund und Laborwerte erfordern keine sofortige weiterführende Diagnostik. Erste Hinweise auf abklärungsbedürftige Funktionsstörungen liefern etablierte Blut- und Stuhluntersuchungen (z. B. Pankreaselastase, Gallensäuren, Leberwerte). Bei persistierenden oder ausgeprägten Beschwerden können bildgebende Verfahren oder endoskopische Verfahren erforderlich sein, um strukturelle Ursachen auszuschließen.

Handelt es sich um leichte bis moderate Funktionsstörungen ohne morphologisches Korrelat oder eine begleitende Unterstützung schulmedizinischer Maßnahmen, bieten sich aus naturheilkundlicher Sicht folgende Ansätze an:

- **Ernährungsanpassung** zur Entlastung des Verdauungssystems
- **Darmsanierung und Probiotika** bei Dysbiose zur Wiederherstellung des mikrobiellen Gleichgewichts
- **Mesenchym-Reaktivierung („Detox“)** zur Verbesserung der Regulations- und Barrierefunktion des Bindegewebes
- **Gezielte Unterstützung von Leber, Galle und Pankreas** durch Arzneimittel und Mikronährstoffe

Wir bei meta Fackler haben uns auf homöopathische Komplexmittel spezialisiert, die unter anderem gezielt auf funktionelle Beschwerden des Verdauungssystems ausgerichtet sind. Unser Fokus liegt auf Kombinationen bewährter pflanzlicher Wirkstoffe in niedrigen Potenzen, die die Regulationsfähigkeit von Leber, Galle, Pankreas und Darm sanft unterstützen.



Maldigestion

Unzureichende Aufspaltung von Nahrungsbestandteilen



SIBO/Dysbiose

Fehlbesiedelung des Dünndarms durch unverdautes Substratüberschuss



Malabsorption

Gestörte Nährstoffaufnahme und mukosale Irritation

Naturheilkundliche Optionen bei Lebererkrankungen

In der konventionellen Medizin werden Störungen des Leber-Galle-Systems oft erst behandelt, wenn deutlich erhöhte Leberwerte oder eine ausgeprägt klinische Symptomatik vorliegen. In der Naturheilkunde hat sich hingegen die frühzeitige Unterstützung durch Heilpflanzen und homöopathische Komplexmittel bewährt und nimmt dort einen festen Platz ein.

Leberregeneration unterstützen

Die Leber verfügt über eine beeindruckende Regenerationskraft – ein Motiv, das schon die griechische Mythologie aufgriff: Selbst die täglich vom Adler verletzte Leber des gefesselten Prometheus wuchs über Nacht nach. Dennoch kann die Leber unter Dauerbelastung leiden. Fettreiche Ernährung, Alkohol, Medikamente oder anhaltender Stress stören das empfindliche Zusammenspiel von Leber, Galle und Verdauung und bremsen die natürliche Regeneration.

Die Folgen sind oft unspezifisch: Völlegefühl, Blähungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, aber auch Müdigkeit, Antriebslosigkeit oder Schlafstörungen. Und obwohl die Müdigkeit als „Schmerz der Leber“ auch in der Schulmedizin bekannt ist, wird sie in der Praxis zunächst selten mit dem Leber-Galle-System in Verbindung gebracht.

Gerade deshalb lohnt sich eine frühe naturheilkundliche Unterstützung, bevor manifeste Organschäden oder deutlich veränderte Laborwerte auftreten: *Mariendistel*, *Berberitze*, *Schöllkraut* und *Flor de piedra* stärken gezielt das Leber-Galle-System und fördern die Regeneration. *Magnesium sulfuricum* ergänzt bei krampfartigen Beschwerden zur Anregung des Gallenflusses.

Entgiften und Stoffwechsel unterstützen

Leberfunktion und Entgiftung sind untrennbar verbunden: Über den Pfortaderkreislauf erhält die Leber Nährstoffe, Arzneistoffe und auch potenziell schädliche Substanzen direkt aus dem Darm – und muss sie speichern, umwandeln oder neutralisieren. Schon **Paracelsus** bezeichnete die Leber als den „**inneren Alchemisten**“ des Körpers und damit als das zentrale Organ für Stoffwechsel und Entgiftung. In der paracelsischen Tradition nimmt *Zinn* eine besondere Rolle ein. Es wird klassisch genutzt, um die Regulationsfähigkeit der Leber zu stärken und ihre Stoffwechselprozesse zu harmonisieren.

Gerbstoffdrogen, wie *Odermennig* können unterstützend wirken, indem sie z. B. Schwermetalle binden und dem enterohepatischen Kreislauf entziehen, wohingegen Bittermittel wie Wermut und Bitterholz die Sekretion von Galle, Magen- und Pankreassaft anregen. Ergänzend spielt *Vitamin B12* eine wichtige Rolle im Leberstoffwechsel: Bei funktionellen Leberbelastungen oder Hepatosen ist die Speicherkapazität für Vitamin B12 oft vermindert, wodurch ein erhöhter Bedarf entsteht. Die tägliche Bedarfsmenge liegt bei etwa 4 µg – eine ausreichende Versorgung unterstützt die Leber bei ihren vielfältigen Stoffwechselfaufgaben.

Mittel mit Leberbezug

Carduus marianus

Leberprotektiv und regenerationsfördernd

Berberis

Entzündungshemmend; bei Gicht- und Steinleiden

Chelidonium

Antikonvulsiv und antiphlogistisch, Cholagogum

Magnesium sulfuricum

Cholelithiasis mit Neigung zu Gallenkoliken



Wenn Dir eine Laus über die Leber läuft,
lade Marienkäfer ein.

Helga Schäferling

Flor de piedra

Bei chronischen Leberstörungen

Agrimonia eupatoria

Fördert Entgiftung durch Binden von Schwermetallen

Absinthium und *Quassia amara*

Starke Bittermittel regen als Amara die Gallen-Sekretion an

Stannum metallicum

Fördert als „Metall des Jupiters“ den Stoffwechsel

Cyanocobalaminum

Vitamin B12 zur Unterstützung der Leberfunktion

Ganzheitliche Strategien umfassen auch Darm und Pankreas

„Leber, Darm und Pankreas arbeiten eng zusammen – bei der Verdauung, Entgiftung und Nährstoffverwertung. Gerät eines der beteiligten Organe aus dem Gleichgewicht, kann das den gesamten Verdauungstrakt beeinflussen. Besonders wichtig: eine gezielte Unterstützung dieser Funktionsachse.“

Entlastung – nicht nur über die Leber

Die Leber-Darm-Achse beschreibt die enge funktionelle Verbindung zwischen Darm und Leber. Neben der anatomischen Anbindung über die Pfortader und das biliäre System spielen vor allem immunologische und neurohormonelle Rückkopplungen eine zentrale Rolle.

Diese feinen Steuermechanismen erklären, warum funktionelle Reizüberlastungen im Bereich von Leber und Galle häufig weitreichende Verdauungsbeschwerden nach sich ziehen – auch ohne pathologischen Befund. In der Homöopathie haben sich in diesem Kontext Wirkstoffe wie *Löwenzahn*, *Lycopodium* und *Asa foetida* bewährt, um vegetative Regulationsstörungen wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Auch das **Pankreas** spielt in diesem Zusammenspiel eine zentrale Rolle: Leber, Galle, Darm und Bauchspeicheldrüse sind nicht nur anatomisch über die Papilla Vateri, sondern auch funktionell über hormonelle und neuronale Steuermechanismen eng miteinander verknüpft. Der **exokrine** Anteil des Pankreas steuert durch Enzym- und Bikarbonatsekretion maßgeblich die Aufspaltung der Nährstoffe. Weniger beachtet, aber ebenso relevant ist der **endokrine** Anteil: Eine gestörte Darmmikrobiota steht zunehmend im Verdacht, die Insulinsensitivität negativ zu beeinflussen. Pflanzliche und homöopathische Wirkstoffe – etwa aus dem Jambulbaum (*Syzygium cumini*) – können hier zur Regulation der metabolischen Balance beitragen.

Unterstützung für das Pankreas

Eine unzureichende Sekretion von Verdauungsenzymen bei exokriner Pankreasinsuffizienz führt zu einer mangelhaften Spaltung und Resorption der Nahrungsbestandteile im Dünndarm. In tieferen Darmabschnitten kann es infolgedessen zu einer Überwucherung mit Fäulnisflora kommen – verbunden mit der Bildung von Stoffwechselgiften und einer subtoxischen Belastung. Daraus ergibt sich eine enge funktionelle Verknüpfung zwischen Pankreas und Leber, insbesondere im Hinblick auf Entgiftung und Stoffwechselregulation.

Harungana madagascariensis (Haronga) wirkt auf mehreren Ebenen: Es stimuliert die Sekretion von Pankreasenzymen, zeigt choloretische und cholekinetische Effekte und entfaltet karminative sowie antimikrobielle Eigenschaften, die sowohl die Verdauung als auch die Darmflora unterstützen.

Zur funktionellen Entlastung haben sich homöopathische Mittel wie *Nux vomica* bewährt – insbesondere bei Reizzuständen im Magen-Darm-Trakt im Zusammenhang mit stimulierenden Substanzen oder nervöser Überreizung. Ergänzend kann *Okoubaka* eingesetzt werden: Der aus dem westafrikanischen Urwaldbaum gewonnene Wirkstoff gilt traditionell als „mikrobielles Ausleitungsmittel“ und unterstützt die körpereigene Entgiftung – insbesondere nach Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Magen-Darm-Infekten oder antibiotischer Vorbelastung.

Mittel bei Verdauungsbeschwerden

Taraxacum

Entzündungshemmend, entgiftend und verdauungsfördernd

Lycopodium

Bei Blähungen, Reizdarm und funktioneller Dyspepsie

Nux vomica

Entkrampfend, bei Übermaß an Genuss- und Reizmitteln

Asa foetida

Bei Meteorismus und nervösen Darmbeschwerden



Verdauung ist Teamarbeit – das Pankreas kennt beide Spielhälften.

Mittel zur Unterstützung des Pankreas

Haronga

Funktionsstörungen des Pankreas

Okoubaka

Zur Unterstützung des „Toxinsammlers“ Pankreas

Eichhornia

Bei exokriner Pankreasinsuffizienz

Syzygium jambolanum

Unterstützend bei endokriner Pankreasinsuffizienz

Homöopathische Inhaltsstoffe in meta-Präparaten

Homöopathischer Wirkstoff	Primärer Bezug zur Leber	Bezug zum Verdauungssystem	Charakteristika
Absinthium Wermut	++	++	Bitterstoffmittel
Agrimonia Odermennig	+++	+	Bindung von Schwermetallen
Cyanocobalaminum Vitamin B12	++	++	Hepatosen setzen die Speicherkapazität der Leber herab
Magnesium sulfuricum Bittersalz	++	+	Leber-Galle-Störungen
Berberis Berberitze	+++	+	Bezug zu Leber und Galle, auch bei Gicht- und Steinleiden
Chelidonium Schöllkraut	+++	+	Krampflösendes Cholagogum
Flor de piedra Steinblüte	+++	+	Chronische Leberstörung
Stannum metallicum Zinn	+++	+	Jupiter-Metall mit Bezug zur Leber
Picrasma exc. / Quassia amara Bitterholz	+++	++	Lebererkrankungen und Verdauungsschwäche
Carduus marianus Mariendistel	+++	+	Regeneration der Hepatozyten
Lycopodium Bärlappsporen	+++	+++	Störungen des Leber-Galle-Systems, Verdauungsstörungen, Stoffwechselerkrankungen
Taraxacum Löwenzahn	++	+++	Wirkung auf Verdauung und Harnwege
Nux vomica Brechnuss	+++	+++	Entzündungen und Koliken des Magen-Darm-Traktes; Leber- und Gallestörungen
Asa foetida Stinkasant	+	+++	Nervöse Störungen der Verdauungswege
Eichhornia Wasserhyazinthe	+	+++	Maldigestion
Haronga Drachenblutbaum	+	+++	Funktionsstörungen der Bauchspeicheldrüse
Okoubaka Urwaldbaum (Rinde)	+	+++	Lebensmittelunverträglichkeiten
Syzygium jambolanum Jambulbaum	+	+++	Wirkung auf endokrine Pankreasfunktion

metamarianum B12 N

metaheptachol N

metamarianum Leberglobuli

metaharonga®



metaheptachol[®] N

Regeneration der Leber zum Wohl

- ✓ Bei Verdauungsstörungen, Druck und Völlegefühl
- ✓ Fördert die natürliche Regulation von Leber und Galle
- ✓ Hilfreich zur Unterstützung des Leberstoffwechsels



www.metaheptachol.de

metaheptachol[®] N Mischung. Zus.: 10 g enthalten: Berberis Dil. D2 1,0 g, Carduus marianus Ø 0,1 g, Chelidonium Dil. D6 1,0 g, Flor de piedra Dil. D6 0,3 g, Picrasma excelsa, Quassia amara Dil. D2 1,0 g, Stannum metallicum Dil. D8 0,5 g. **Sonst. Bestandt.:** Ethanol, gereinigtes Wasser. **Anw.:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Chronische Störungen des Leber-Galle-Systems. Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Oberbauchbeschwerden sowie bei Gallensteinleiden u. bei Gelbsucht sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Gegenanz.:** Allergie gg. Korbblütler (Carduus marianus) od. Inhaltsstoffe. **Nebenw.:** Kann leicht abführend wirken (Carduus marianus). Enthält 72 mg Alkohol (Ethanol) pro 10 Tropfen, entsprechend 34 Vol.-%. meta Fackler Arzneimittel GmbH, 31832 Springe. (05/24)



metamarianum B₁₂ N

Mit der Kraft der Mariendistel-Urtinktur

- ✓ Wirkkomplex mit Mariendistel
- ✓ Setzt homöopathische Impulse zur Selbstregulation
- ✓ Ideale Ergänzung zu Bitterstoffen

metamarianum B12 N Mischung. Zus.: 10 g enthalten: Absinthium Dil. D1 0,2 g, Agrimonia eupatoria ex herba rec. Dil. D2 0,5 g, Berberis Dil. D2 1,0 g, Carduus marianus Ø 0,1 g, Chelidonium Dil. D6 1,0 g, Cyanocobalaminum Dil. D3 0,02 g, Flor de piedra Dil. D6 0,3 g, Magnesium sulfuricum Dil. D2 3,0 g, Quassia amara Dil. D2 1,0 g, Stannum metallicum Dil. D8 0,5 g. **Sonst. Bestandt.:** Ethanol, gereinigtes Wasser. **Anw.:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. **Gegenanz.:** Allergie gg. Silybum marianum, Artemisia absinthium od. andere Korbblütler. **Nebenw.:** Keine bekannt. Enthält 36 mg Alkohol (Ethanol) pro 5 Tropfen, entsprechend 32,5 Vol.-%. meta Fackler Arzneimittel GmbH, 31832 Springe. (05/24)



metamarianum

Leberglobuli mit Pflanzenkraft

- ✓ Hepatobiliär bedingte Maldigestion
- ✓ Funktionelle und vegetative Störungen im Leber-Galle-System
- ✓ Dysbiose infolge biliärer Insuffizienz



www.leberglobuli.de

metamarianum Leberglobuli. Zus.: In 10 g sind folgende Wirkstoffe verarbeitet: Carduus marianus Dil. D1 20,10 mg, Lycopodium Dil. D3 4,48 mg, Nux vomica Dil. D4 5,00 mg, Quassia amara Dil. D2 19,15 mg, Taraxacum Dil. D1 30,19 mg. **Sonst. Bestandt.:** Saccharose. **Anw.:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Besserung der Beschwerden bei Leber-Galle-Störungen. Hinweis: Lebererkrankungen bedürfen grundsätzlich der Abklärung und Überwachung durch den Arzt. Eine Arzneimitteltherapie ersetzt nicht die Vermeidung der die Leber schädigenden Ursachen (zum Beispiel Alkohol). Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden, bei Gallensteinleiden, bei Verschluss der Gallenwege und bei Gelbsucht sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gg. Mariendistel od. andere Korbblütler. **Nebenw.:** sehr selten: Überempfindlichkeitsreaktionen, zum Beispiel Hautausschlag oder Atemnot. Enthält Saccharose. meta Fackler Arzneimittel GmbH, 31832 Springe. (05/25)



metaharonga[®]

Mit der Kraft des Drachenblutbaumes

- ✓ Wirkkomplex mit Haronga Urtinktur und Okoubaka
- ✓ Fördert das allgemeine Wohlbefinden und die Selbstregulation
- ✓ Ideal als Unterstützung einer Detox-Kur und Darmsanierung

metaharonga[®] Mischung. Zus.: 10 g enthalten: Asa foetida Dil. D3 0,2 g, Eichhornia Dil. D2 3,0 g, Haronga Ø 0,2 g, Nux vomica Dil. D4 2,0 g, Okoubaka Dil. D2 2,0 g, Syzygium jambolanum Ø 0,1 g, Taraxacum Dil. D1 0,2 g. **Sonst. Bestandt.:** gereinigtes Wasser. **Anw.:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. **Gegenanz.:** Akute Pankreatitis, Allergie gg. Taraxacum officinale od. andere Korbblütler. **Nebenw.:** möglich: Photosensibilisierung besonders bei hellhäutigen Personen. Enthält 54 mg Alkohol (Ethanol) pro 5 Tropfen, entsprechend 51,5 Vol.-%. meta Fackler Arzneimittel GmbH, 31832 Springe. (05/24)