

# Leberzauber - Curcumin

Info von <https://gesund-im-net.de/>

## Allgemeine Information

Physisch gesehen entwickeln sich alle Krankheiten aus oder mit Störungen der Verdauung. Stuhlgang wird entweder zu langsam oder zu schnell, es entwickelt sich (Tendenz zu) Verstopfung oder Durchfall. Chronisch geworden führt das irgendwann zu einer Überforderung der Entgiftungsorgane, vor allem der Leber. Toxine werden nicht mehr vollständig ausgeschieden, sondern hier und dort eingelagert, eine Gewebeübersäuerung entsteht und Steine bilden sich in Gallenblase, Nieren und anderen Organen.

Um die verschiedenen Aufgaben von Leber und Niere im täglichen Entgiftungsprozess darzustellen, ist der Kaffeefilter ein anschauliches Bild. Nur die wasserlöslichen Bestandteile werden von den Nieren aus dem Blut herausgefiltert und finden sich im Kaffee (Urin). Der ganze Rest, der "Kaffeesatz" aus festen Rückständen, wasserunlöslichen Bestandteilen und allen Partikeln, die wegen ihrer Größe nicht durch die Filterporen passen, bleibt im Filter zurück. Es ist die Leber, die täglich Mengen dieses Klärschlammes in den Darm entsorgt. Wenn der Schlamm zu wenig Wasser enthält, verklumpt er und verstopft die Gallengänge. Verklemmen sich solche Klumpen, kalzifizieren sie im Laufe der Zeit und ergeben feste Gallen- und Lebersteine. Es gibt ein einfaches und wirksames Mittel, die Nieren zu unterstützen - den „Kaffee“ mit sauberem, mineralarmem (!) Trinkwasser „verdünnen“.

## Die Leber braucht zur eigenständigen Regeneration Bitterstoffe.



Der „schokoladige“ LZ-*curcumin* ist in puncto Bitterstoffen zwischen LZ-*für alle* und LZ-*forte* angesiedelt. LZ-*curcumin* ist für den PITTA-KAPHA Mischtyp gedacht, wie auch der Leberzauber Reishi

Zusätzlich zu den 4 Grundkräutern werden noch Curcuma (Gelbwurz) und sein Synergent Piperin als Langer Pfeffer zugefügt. Aufgrund eines ausgeprägten First-Pass-Effektes ist die Bioverfügbarkeit von Curcumin gering. Die Kombination mit Piperin, einem Bestandteil des Pfeffers, lässt sich die Bioverfügbarkeit von Curcumin beim Menschen um ein vielfaches steigern.

Michael über Curcumin (Ersteller dieser Rezeptur):

***Zusätzlich zu der Änderung meiner Fetternährung habe ich täglich ein Teelöffel Kurkuma (Gelbwurz, u.a. Bestandteil jeder Currymischung) zu mir genommen. In der ayurvedischen Medizin gehört Kurkuma seit tausenden von Jahren zu den klassischen Heilpflanzen und auch im Westen gibt mittlerweile wissenschaftliche Studien, die darauf hinweisen das curcuma longa ("longa" ist eine bestimmte Sorte und genau diese ist es, die wohl wirksam ist, allerdings immer am besten in Kombination mit etwas Pfeffer und ein wenig Fett) den Cholesterinpegel senken kann. Zumindest bei mir waren nach 5 Wochen Kurkuma-Einnahme und Änderung der Fetternährung die Cholesterinwerte zum ersten mal nach 20 Jahren im Normbereich.***

**Kurkuma** (*Curcuma longa*), auch Gelbwurz genannt, ist ein Ingwergewächs. In Indien ist die Verwendung von Kurkuma seit 4000 Jahren belegt. Kurkuma galt als heilig und gehörte bereits damals zu den wichtigsten Gewürzen.

In der Küche wird er vor allem gemahlen wegen seiner Färbekraft verwendet, z.B. im Currypulver. Außerdem wird es gerne bei gehaltvollen Speisen verwendet, da es die Fettverbrennung anregt.

In der traditionellen indischen Heilkunst Ayurveda wird es zu den „heißen“ Gewürzen gerechnet, die reinigend und energisierend sind.

In der westlichen Naturheilkunde ist Kurkuma vor allem als gallenflussanregende und verdauungsfördernde Heilpflanze bekannt. Über die Leber und Galle wird durch die Gelbwurz vor allem die Fettverdauung gefördert.



**Langer Pfeffer**, Pippali oder Langschotenpfeffer gehört zu der Familie der Schwarzpfeffer.



Die an Kätzchen erinnernden Fruchtstände werden in verschiedenen Reifestufen geerntet und getrocknet als Langer Pfeffer gehandelt und überwiegend als Gewürz, in Indien aber auch als Heilmittel verwendet.

Der Lange Pfeffer ist ein wärmendes Anregungsmittel. Es regt unter anderem die Leber an und verbessert die Verdauung. Der Lange Pfeffer verbessert die Nahrungsverwertung. Die Förderung der Verdauung sorgt für bessere Absorbierung der Nahrung und schützt gleichzeitig vor Gasbildung und löst den Schleim. Im Leberzauber-curcumin mit eingerührt, können die positiven Merkmale des Curcumin durch die gesteigerte Bioverfügbarkeit des Piperin im Langer Pfeffers besser zur

Geltung kommen.

### Das Rezept:

Mischen Sie für die Grundmischung die folgenden vier gemahlene Kräuter im Verhältnis 1:1:1:1 (je 30g):

Andrographis paniculata – Kraut  
Azadirachta indica - Blätter  
Asparagus Racemosus - Wurzel  
Terminalia chebula – Frucht

120 g Grundmischung  
35 g Gelbwurz (*Curcuma longa*), gemahlen  
5 g Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen  
500 ml dünnflüssige Melasse

Mischen sie zuerst die vier Kräuterpulver trocken. Eventuell bestehende kleine Klumpen lassen sich ganz leicht zu Pulver zerdrücken. Geben sie die Melasse dazu und rühren sie mit einem stabilen Kochlöffel solange um, bis eine homogene Paste von der Konsistenz zähflüssigen Honigs entsteht. Diese Paste wird innerhalb einer halben bis dreiviertel Stunde deutlich steifer, und sollte zügig abgefüllt werden. Eine krümelige Konsistenz der Paste bedeutet, dass zu wenig Melasse benutzt wurde. Zur optimalen Entfaltung ihrer Wirksamkeit müssen sich die Kräuter mit Melasse voll saugen dürfen. Ist die Mischung dünnflüssig, dann wurde zu viel Melasse verwendet.

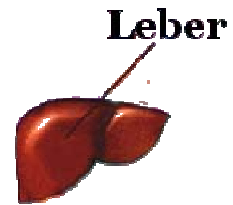
Verarbeiten sie die Kräuter möglichst bald nach Erhalt, da sie im gemahlene Zustand schnell an Wirkungskraft einbüßen. Allerdings nimmt die einmal angerührte Paste durch Lagerung an Qualität zu - wie ein guter Rotwein. Sie ist praktisch unbegrenzt haltbar, da diese Mischung aus Bitterstoffen weder Pilzen noch Mikroben oder größeren Parasiten schmeckt. Sie braucht auch keine Kühlung.

## Empfohlene Dosierung

½ TL morgens nüchtern (die wichtigste Dosis) und ½ TL abends vor dem Schlafen gehen regelmäßig über mehrere Monate hinweg einnehmen. Bei LZ-*forte* & *-plus* ist es 1/3 TL.

Falls sie zwischen 1:00 und 3:00 Uhr nachts aufwachen sollten und Schwierigkeiten haben, wieder einzuschlafen, dann nehmen sie zu dieser Zeit nochmals ½ TL LZ.

Achten Sie darauf, inwieweit die Einnahme der Paste Müdigkeit und Energielosigkeit beseitigen kann:



## Müdigkeit ist der Schmerz der Leber!

Aus dieser Beobachtung ergibt sich die zukünftige Benutzung und Dosierung. So finden Sie Ihren Bedarf heraus.

Sobald ihr Körper den „guten“ Effekt von Leberzauber bemerkt, ändert sich ihre geschmackliche Wahrnehmung und sie können sich mit der momentanen Dosierung zunehmend auf ihren Geschmack verlassen.

Ich darf ihnen zwar die Zutaten, die Dose und einen Löffel zu Umrühren verkaufen, aber umrühren müssen sie selber.

**Zu viel LZ**, also zu viel Bitterstoff, macht kalt und trocknet Schleimhäute (u.a. Gelenke „knacken“)! **Wir beraten Sie gerne!**

### Rechtlicher Hinweis:

Leberzauber darf ihnen ausser der Apotheke (auf Rezept eines Therapeuten) niemand verkaufen. Sie können ihn jedoch zum eigenen privaten Gebrauch aus den Zutaten selber herstellen.

## Produktinfos:

Einkaufen: <https://gesund-im-net.de/shop.htm>

Leberzauber Infos: <https://gesund-im-net.de/selbsthilfe/leberzauber.htm>

QR-Code von GiN

Gesund-im-Net

**Wir beraten Sie gerne!**

