

## **6 Liebe Leserin, lieber Leser!**

## **9 Schwächelt Ihre Leber?**

### **10 Die Leber kennt keinen Schmerz**

- 10 Verdauungsbeschwerden
- 11 Müdigkeit ist der Schmerz der Leber
- 11 Fettleber
- 16 Fettleberhepatitis –  
Entzündung der Leber
- 16 Gelenkschmerzen
- 16 Gallensteine
- 17 Schlafstörungen
- 18 Hämorrhoiden
- 19 Erhöhte Cholesterinwerte
- 19 Migräne
- 19 Hautsymptome
- 20 Hormonelle Probleme
- 20 Wechseljahresbeschwerden
- 22 Wassereinlagerungen
- 22 Auch die Leber zeigt Gefühle
- 23 Die Gefühlssprache der Leber
- 24 Was das Herz nicht verträgt, muss die  
Leber ausbaden

## **26 Leberkraft ist Lebenskraft**

- 26 Ohne die Leber läuft gar nichts!
- 26 Keine Galle – keine Verdauung!
- 27 Cholesterin – Freund oder Feind?
- 30 Hormonzentrale Leber
- 31 Es ist die Leber, die uns nährt
- 31 Körpereigene Müllentsorgung

## **34 Warum wir eine Leberreinigung brauchen**

- 34 Ernähren wir uns eigentlich noch  
»artgerecht«?
- 35 Was die Umweltbelastung mit unserer  
Leber zu tun hat
- 35 Wir sind alle Leistungssportler
- 36 Wann hatte Ihre Leber den letzten  
Service?
- 38 Wie wird die Leber gereinigt?

- 38 Warum die Säftelehre keineswegs überholt ist
- 39 Unsere Methode kombiniert altes und neues Wissen

## 45 Die Wunderleicht-Leberreinigung

### 46 Hilfsmittel für die Leber

- 46 Hilfsmittel 1: Bitterstoffe
- 51 Hilfsmittel 2: Basenbildende Mineralstoffe
- 52 Hilfsmittel 3: Salinische Abführhilfe
- 53 Hilfsmittel 4: Wundermittel Einlauf

### 58 Ihr Leber-Detox-Programm

- 59 Tag 1–3: Entlastungsphase
- 61 Tag 1–3: Basenausgleich
- 62 Tag 1–3: Leberstärkung
- 63 Darmreinigung
- 65 Erhöhung der Trinkmenge
- 66 Tag 4: Kurzzeitfasten
- 68 Tag 4: Basenausgleich
- 70 Tag 4: Leberstärkung
- 70 Die Leberwickel-Siesta
- 71 Tag 4: Intensive Darmreinigung
- 71 Der Einlauf

- 73 Darmreinigung mittels Colon-Hydro-Therapie
- 73 Tag 5: Der Tag der großen Leberreinigung
- 75 Provokation der Leber
- 80 Mögliche »Fallen« bei der Leberreinigung
- 81 Tag 6: Der Tag danach
- 83 Der Kaffee-Einlauf
- 84 Was wird ausgeschieden?
- 86 Ab Tag 7: Nachbereitungsphase
- 91 Häufige Fragen zur Leberreinigung
- 97 So kann es weitergehen!

## 103 Rezepte: detoxen und genießen

### 104 Entlastungsphase

### 122 Nachbereitungsphase

### 154 Service

- 154 Einkaufsliste für Ihre erste Leberreinigung
- 155 Was bei Medikamenteneinnahme zu beachten ist
- 156 Rezeptregister
- 158 Stichwortverzeichnis
- 159 Empfehlungen von Dr. med. Lulit Wunder und Mabon Wunder