

Unsere Leber ist drei Jahre alt - unser Leben lang. Die Leber erneuert sich überraschend schnell selbst und bleibt bis zum Lebensende jung. Auch wenn Sie unter einer Fettleber leiden, kann sich Ihre Leber restlos erholen, natürlich nur ohne Medikamente. In Europa leidet ungefähr **jeder Dritte** an einer **nichtalkoholischen** Fettleber. Viele wissen nicht einmal etwas davon. Beim Arzt ist das nie ein Thema, erst wenn es zu spät ist. Wir denken viele Klienten von uns leiden still an einer Fettleber.

Unabhängig von unserem Alter sind die Leberzellen im Schnitt nicht älter als drei Jahre, wie eine Studie enthüllt. Entdeckt haben Forschende dies mit einer speziellen Radiokarbon-Datierung, die das Alter von Geweben bis in die einzelnen Zelle hinein verrät. Dabei stiessen sie in der Leber auch auf spezielle Zellen mit ungewöhnlich viel DNA: Sie tragen vier, acht oder sogar mehr Chromosomensätze in sich.

Quellen:

<https://www.scinexx.de/news/medizin/unsere-leber-ist-drei-jahre-alt-unser-leben-lang/>
und [doi: 10.1016/j.cels.2022.05.001](https://doi.org/10.1016/j.cels.2022.05.001)

Was schreiben wir seit 20 Jahren auf unserer Internetseite: «**Interessant**, die Leber erneuert sich alle 5 Monate, **wenn Sie es zulassen!**»

In unserer Onlineberatung (mit einer gesunden Ernährung) berücksichtigen wir das natürlich auch.