



Die SANUM Lebermittel SILVAYSAN, HEXACYL, TARAXAN und PINIKEHL

Ihre Ähnlichkeiten, Eigenheiten und Unterschiede

von Camilla Fischer

Unter den SANUM-Präparaten weisen SILVAYSAN, HEXACYL, TARAXAN und PINIKEHL einen sehr engen Bezug zur Leber und ihren Funktionen auf. Hierzu zählen

- Protein-, Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel
- Speicherung
- Filterung/Entgiftung/Ausscheidung
- Galleproduktion
- Bildung von Abwehrstoffen
- Blutabbau (und in Fetalzeit bzw. bei schweren Anämien auch Blutbildung)

Jedes der genannten Arzneimittel zeigt besondere Affinität zu einem oder mehreren dieser Bereiche. Durch den Vergleich der Präparate miteinander werden ihre Ähnlichkeiten und Unterschiede verdeutlicht. Dies erleichtert die Auswahl des passenden Mittels und ermöglicht eine Therapie, die die individuellen Symptome und Bedürfnisse des Patienten berücksichtigt.

Die Lebermittel eignen sich jedoch nicht nur zur Behandlung von „klassischen“ Leber- und Gallenstörungen, sondern auch bei Beschwerden, deren Lokalisation einen Bezug zu diesem Funktionskreis und dessen Meridianverlauf aufzeigen.

Das Auge wird beispielsweise in der TCM als Sinnesorgan der Leber zugeordnet, und bei vielen Pflanzen, die in der Phytotherapie bzw. Homöopathie zur Leberbehandlung Verwendung finden, wird eine Wirkung bei verschiedenen Augenleiden beschrieben. Emotionen wie „verbittert“ oder „sauer“ sein (Galle)

deuten ebenfalls auf ein Ungleichgewicht in diesem Funktionskreis hin.

SILVAYSAN Hartkapseln

SILVAYSAN wird aus den Früchten der Mariendistel (*Carduus marianus*, *Silybum marianum*) hergestellt.

Hauptwirkung auf die Leber

Leberparenchym-Schäden

Die Pflanze - Botanik

Die Mariendistel gehört, wie viele andere Heilpflanzen (z.B. Artischocke, Echinacea, Ringelblume und Kamille) zur Familie der Korbblütengewächse. (Korbblütler-Allergie ist die einzige absolute Kontraindikation zur Einnahme von *Carduus marianus*-Zubereitungen.)

Die Pflanze stammt aus dem Mittelmeerraum und wächst dort zweijährig, in unseren Gegenden jedoch einjährig. Ihre Pfahlwurzel ermöglicht das Wachstum auch in sonnigen, trockenen Lagen.

Die Pflanze wird etwa 1,5 bis 2,5 m hoch, die Blätter sind ungestielt, gewellt, mit eckig ausgezogenen Lappen und Dornen und einer netzartigen weißen Zeichnung, die ihnen ein geflecktes Aussehen geben. (Einer Legende nach verdankt die Mariendistel ihren Namen der Jungfrau Maria, die im Schutz eines Exemplars ihr Kind stillte. Dabei fielen ein paar Tropfen Milch auf die Blätter, die seitdem gefleckt und gestreift sind.) Der englische Name „Milk Thistle“ leitet sich vom weißen Pflanzensaft der Blätter und des Stengels ab. Die amethyst- bis purpurfarbenen Blüten erscheinen im Juli/August. Nach

der Blüte verfärben sich die Röhrenblüten blau bis grau und legen sich nach außen dachartig zusammen, um die reifenden Samen zu schützen. Diese sind braun, sehr bitter und enthalten den Hauptwirkstoff Silymarin.

Inhaltsstoffe der Früchte

Die therapeutische Wirkung der Mariendistelfrüchte beruht auf dem Inhaltsstoff **Silymarin**; dieser ist schwer wasserlöslich (daher als Tee wenig wirksam!) und befindet sich in der Schale der Früchte. **Silymarin** ist ein Gemisch aus mindestens 3 Flavonolignanen: Silibin, Silidianin und Silicristin. (In der Literatur werden Silymarin und Silibin häufig synonym verwendet, was nicht ganz korrekt ist und auch für Verwirrung sorgt.)

Weitere Bestandteile der Früchte sind etwa 25-30% Eiweiß, etwa 20-30% Fette (mit hohem Anteil an Linolsäure; außerdem Ölsäure und Palmitinsäure), Flavonoide, Bitterstoffe, biogene Amine, Gerbstoffe und Farbstoffe.

Die Pflanze – ihre Verwendung als Heilpflanze

Die Mariendistel wurde lange Zeit auch als Gemüsepflanze gezogen; verwendet wurden die jungen, entdornten Blätter als Salat oder wie Spinat; die Stängel geschält und eingeweicht als Spargelersatz; die eingeweichte Wurzel (um Bitterstoffe zu entziehen) wie Schwarzwurzel und die gerösteten Samen als Kaffeeersatz.

Cardus marianus wurde bereits vor 2000 Jahren zur Behandlung von Verdauungsproblemen eingesetzt;



Hildegard von Bingen empfahl die Pflanze, die sie vehedistel (Venusdistel) nannte, bei Seitenstechen. In der Schulmedizin wurde die Mariendistel erst im 19. Jahrhundert bekannt, v.a. durch "Rademacher's Tinktur", einem Alkoholauszug aus den Samen, als Leber-, Galle- und Milzmittel.

Nach der Signaturenlehre findet Mariendistel als Heilmittel Anwendung bei Beschwerden, die mit Abgrenzung, Schutz, Abwehr zu tun haben. Dies zeigt sich auf der körperlichen Ebene, indem die Pflanze schädigende Einflüsse abwehrt, also wenn die Zellmembran als „Grenzlinie“ der Leberzelle geschädigt wird. Auf der seelischen Ebene gibt es zwei Erscheinungsformen des Silymarin-Typs: Der eine tritt eher abweisend auf und ist aggressiv darauf bedacht, sich anderen gegenüber abzugrenzen. Der andere Silymarin-Typus hat eher Probleme, seinen Mitmenschen etwas abzuschlagen und neigt daher dazu, seine eigenen Wünsche und Bedürfnisse hintenanzustellen.

Erst ab 1965 erfolgten intensivere Untersuchungen der Pflanze; in den 1980ern wurden die Wirkstoffe analysiert und ihre Entgiftungswirkung bei toxischen Schädigungen der Leber untersucht. Die Mariendistel ist eine der heute am besten und ausführlich dokumentierten Pflanzenarzneien. Dabei zeigt sie eine breite Wirkung und hohe Sicherheit in der Anwendung, da auch in hohen Dosierungen bisher keine toxischen Effekte beobachtet wurden.

Die Kommission E des früheren Bundesgesundheitsamtes BGA (heute BfArM) hat eine Monographie für Mariendistelfrüchte (*Cardui mariae fructus*) erstellt (veröffentlicht im Bundesanzeiger Nr. 50 vom 13.3.1986). Ihre Wirkungen werden wie folgt beschrieben:

„Silymarin wirkt antagonistisch gegenüber zahlreichen Leberschädigungsmodellen: Gifte des Grünen Knollenblätterpilzes Phal-

loidin und Amantin, Lanthaniden, Tetrachlorkohlenstoff, Galactosamin, Thiocetamid sowie dem hepatotoxischen Kaltblütervirus FV₃.

Die therapeutische Wirksamkeit von Silymarin beruht auf zwei Angriffspunkten bzw. Wirkungsmechanismen: Zum einen verändert Silymarin die Struktur der äußeren Zellmembran der Hepatocyten derart, dass Lebergifte nicht in das Zellinnere eindringen können. Zum anderen stimuliert Silymarin die Aktivität der nukleären Polymerase A mit der Konsequenz einer gesteigerten ribosomalen Proteinsynthese. Damit wird die Regenerationsfähigkeit der Leber angeregt und die Neubildung der Hepatocyten stimuliert.

Anwendungsgebiete: Toxische Leberschäden, zur unterstützenden Behandlung bei chronisch-entzündlichen Lebererkrankungen und Leberzirrhose. Nebenwirkungen: Vereinzelt wird eine leicht laxierende Wirkung beobachtet.“

Wirkungsweise

In ihrem Hauptanwendungsgebiet fördert die Mariendistel v.a. die Leberentgiftung, wirkt antioxidativ und regenerativ. Darüber hinaus zeigt sie adstringierende, harntreibende, schweißtreibende und tonisierende Eigenschaften.

1. Entgiftung

Silymarin wird in die Zellmembran der Leber- und anderer Zellen eingebaut und stabilisiert sie. Außerdem blockiert Silymarin vermutlich Bindungsstellen von Transportproteinen. Beide Mechanismen verhindern die Aufnahme von Giftstoffen in die Zelle. Die hohe Effektivität von Silymarin zur Prophylaxe und Therapie von Leberschäden als Folge von Vergiftungen wurde in zahlreichen Versuchen bestätigt. Hier zeigen sich Parallelen zur leberprotektiven Wirkung des homöopathischen Mittels *Nux vomica*.

Bei der akuten Vergiftung mit Knollenblätterpilz gilt die intravenöse Anwendung von Silibinin - C - 2', 3 - bis (hydrogensuccinat), evtl. in Kombination mit Penicillin G, als spezifische Therapie. Hierdurch wird die Aufnahme des Giftes Amanitin in die Leberzelle verhindert.

Verschiedene, auch Doppelblind-Studien untersuchten die Wirkung von Silymarin (in einer durchschnittlichen Tagesdosierung von ca. 400 – 500 mg) bei Lebererkrankungen unterschiedlicher Genese, z.B. bei Alkoholismus, toxischen Schäden, etwa durch Medikamente oder Umweltgifte, sowie chronischer Hepatitis. Dabei zeigte sich, dass die erhöhten Leberwerte innerhalb von 4-8 Wochen deutlich sanken.

Bei Patienten mit insulinpflichtigem Diabetes mellitus in Zusammenhang mit alkoholbedingter Leberzirrhose verbesserten sich unter Silymarin in einer Tagesdosis von 600 mg über 6 Monate die Laborparameter, außerdem sank der Insulinbedarf. Bei der Langzeitanwendung von Mariendistelpräparaten bei Diabetikern kann daher eine Insulinanpassung wegen dieses blutzuckersenkenden Effektes erforderlich werden.

Die Mariendistel fördert den Gallenfluss und verbessert daher die Fettverdauung; vereinzelt wird auch eine laxierende Wirkung beobachtet, die als Zeichen der Entgiftung gewertet werden kann. Bei der naturheilkundlichen Behandlung von Medikamenten-, „Genuss“-mittel- oder Drogenmissbrauch kommt auch der Fliegenpilz, *Amanita muscaria* (als SANUM-Präparat MUSCAR-SAN) in Betracht: hier liegt das Gewicht jedoch mehr auf der Beeinflussung des Neurovegetativums bei suchtbedingten psychischen Störungen und Entzugerscheinungen.



2. Antioxidative Wirkung

Silymarin reagiert mit den zytotoxischen Freien Radikalen und bildet weniger aggressive Zwischenprodukte. Es fördert die Bildung von Superoxiddismutasen, einer Gruppe von Enzymen, die Suproxid-Anionen zu Wasserstoffperoxid umwandeln und dadurch entschärfen. So wird auch eine Membranschädigung durch Lipidperoxidation verhindert. Außerdem unterstützt Silymarin die Glutathion-Auffüllung in der Leber.

3. Regenerative Wirkung

In den Zellkernen regt Silymarin über die Aktivierung der RNA-Polymerasen A (einer Enzymgruppe, die die Transkription ankurbeln) die Transkription von rRNS und damit die Proteinsynthese an. Dies ermöglicht die Erneuerung beschädigter Zellteile. Außerdem werden die DNS-Synthese und die Zellteilung gefördert.

Silymarin verbessert den Sauerstoffstoffwechsel der Zelle und erhöht die ATP-Konzentration. Es reduziert bei Leberschädigungen die Tendenz zur Fibrosierung, indem es die Ablagerung von Kollagen im Lebergewebe verhindert.

In Tierversuchen konnte mit Silymarin auch eine nierenprotektive Wirkung (vorbeugend vor der Verabreichung von Cisplatin) nachgewiesen werden.

Leitsymptome für *Carduus marianus* sind

- Leber- und Gallebeschwerden verschiedener Genese: Hepatitis, Pfortaderstauung, erhöhte Bilirubinwerte, Fettleber
- Magen-, Darmbeschwerden
- Migräne, Trigeminusneuralgie
- Krampfadern, Unterschenkelgeschwüre, Hämorrhoiden
- Überlastung des vegetativen Nervensystems

- Rheumatismus der Schulter und Hüfte

HEXACYL Tropfen

(ausführliche Beschreibung siehe SANUM-Post Nr. 72)

HEXACYL enthält zu gleichen Teilen Sulfur D4, Lycopodium Urtinktur und Berberis Urtinktur.

Hauptwirkung auf die Leber

HEXACYL wird eingesetzt zur Anregung des Stoffwechsels und der Entgiftung sowie bei Stauungen insbesondere im venösen System. Hierzu gehört die Ausleitung toxischer und infektiöser Schädigungen aufgrund von erhöhtem Eiweißzerfall, z.B. bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Intoxikationen, Infektionen.

Der HEXACYL-Patient zeigt eine deutliche Schwäche in der Funktion von Leber und Nieren (harnsaure Diathese), Magen-Darmbeschwerden aufgrund ungenügender Produktion an Verdauungssäften sowie Hautbeschwerden besonders an Körperöffnungen.

Sulfur, Schwefel

Schwefel kommt in nahezu allen Zellen vor als Bestandteil von schwefelhaltigen Aminosäuren (Cystein, Methionin), Hormonen und Enzymen etc.

In kleinen Mengen wirkt er anregend auf den Stoffwechsel, in großen Mengen jedoch erschöpfend (so machen beispielsweise stark geschwefelte Weine müde). Für Hahnemann galt Sulfur als Hauptmittel bei psorischem Miasma.

Leitsymptome für Sulfur sind

- Schlechte Blutzirkulation und Störung der Blutverteilung. Dies kann sich äußern als Hitzewallung und Brennen oder als Kälte.
- Venöse Stauungen, insbesondere des Pfortadersystems, die zu Leberbeschwerden führen.

- Haut und Schleimhautbeschwerden; auch hier zeigt sich das Prinzip der Stauung, z.B. als Rötung oder extremer Juckreiz.
- Folgen von toxischen Belastungen, z.B. chronische Metallvergiftung.

Lycopodium clavatum, Bärlapp

Lycopodium gilt in der Homöopathie als rechtsseitiges Mittel und wirkt vor allem auf Leber, Verdauungskanal und Nieren. Es ist besonders geeignet für Patienten mit lymphatischer Konstitution. Sie sind meist träge mit Mangel an Lebenswärme, deshalb besteht ein ausgeprägtes Wärmebedürfnis. Sowohl auf der körperlichen als auch der psychischen Ebene zeigen sich Starre, Verhärtungen und Ablagerungen, ähnlich wie bei Berberis.

Leitsymptome für *Lycopodium clavatum* sind

- Hunger, aber bereits nach wenigen Bissen satt
- Leber- und Gallebeschwerden
- Blutiger Urin mit viel Sediment
- Obstipation
- Stauungen in den Blutgefäßen, z.B. Varizen
- Bindegewebsverhärtungen und Kontraktionen, z.B. Dupuytren
- Müdigkeit, Erschöpfung, Mangel an Lebenswärme

Berberis vulgaris, Berberitze, Sauerdorn

Berberis wird in der Naturheilkunde v.a. bei Nierenleiden eingesetzt, aber auch bei Leberbeschwerden, die sich auf das Harnsystem auswirken. Venöse Stauungen und die verminderte Entgiftungsleistung der Ausscheidungsorgane Leber und Niere führen zu trockenen, juckenden Haut- und Schleimhautveränderungen, Muskelschmerzen, Obstipation sowie unproduktivem Husten und Heiserkeit. Viele Berberis-Symptome betreffen mehr die rechte Körperseite.



Gemäß der Signaturenlehre entspricht der gelbe Saft der Wurzel und Stengel der Galle. Der Strauch trägt spitze Stacheln. Der Berberis-Typ ist etwas stachelig und hält sich so seine Mitmenschen auf Distanz.

Leitsymptome für Berberis vulgaris sind

- Mangelnde Sekretion, diese führt zu Stauung, Verhärtung und Versteinerung sowohl körperlich als auch seelisch, z.B. Obstipation, trockener Husten
- Harnsaure Diathese
- Starke, wandernde Schmerzen (auch bei Borreliose)
- alle infektiösen, septischen, toxischen Schädigungen mit erhöhtem Eiweißzerfall, z.B. Verbrennungs- und Strahlenschäden, Nahrungsmittelvergiftungen, Infektionen.

TARAXAN D3 Ampullen zur Injektion

(ausführliche Beschreibung siehe Sanum Post Nr. 74)

TARAXAN D3 enthält Taraxacum officinale D3

Hauptwirkung auf die Leber

Anregung der Galleproduktion und Sekretion, Leber- und Gallebeschwerden mit Stauungen in anderen Organen (Magen, Kopf)

Inhaltsstoffe

Löwenzahn ist reich an Bitterstoffen und Mineralien (v.a. Kalium), darüber hinaus enthält er Gerbstoffe, Inulin, Fructose, Carotine, Flavonoide und Vitamin B2 und C.

Gemäß der Signaturenlehre ist Löwenzahn aufgrund seines hohen Gehaltes an Bitterstoffen hilfreich bei Menschen, deren Ärger und Verbitterung zu Ablagerungskrankheiten führen.

Die leuchtendgelben Blüten symbolisieren Wärme und Lebenskraft, während die Verteilung der Samen

(Pustelblume) durch die Luft das Gefühl von Leichtigkeit und Flexibilität vermittelt. Die Wetterabhängigkeit vieler Beschwerden entspricht der Eigenart der Löwenzahnblüten, sich bei trübem Himmel oder nahendem Regen zu schließen.

Menschen, die voller Ideale und kreativer Ideen sind, aber sie nicht in die Tat umsetzen, weil ihnen die Durchsetzungskraft (Galle) fehlt, sprechen gut auf Taraxacum an.

Ähnlich wie Schöllkraut hat Löwenzahn einen Einfluss auf das Sehvermögen, wenn der Patient etwas "nicht mehr mit ansehen" kann.

Leitsymptome für Taraxacum sind

- Störungen der Leber- und Nierentätigkeit; Löwenzahn wirkt choloretisch und diuretisch.
- Beschwerden des gesamten Verdauungssystems: bitterer Mundgeschmack, Völlegefühl, Abneigung gegen fette Speisen, Obstipation oder Durchfall.
- Krankheiten, die mit Stauungen und Ablagerungen einhergehen, z.B. Stauungsikterus, Gelenksbeschwerden, Rheuma, Gicht, auch Kopfschmerzen im Bereich des Gallenblasenmeridians, Augenbrennen.
- Erschöpfung und Müdigkeit

PINIKEHL = Fomitopsis = Fomes pinicola, Rotrandiger Baumschwamm

Hauptwirkung auf die Leber

Entzündliche Lebererkrankungen mit Milzbeteiligung, Stärkung der Abwehrfunktion.

Botanik

Der Rotrandige Baumschwamm wächst parasitär v.a. auf beschädigten oder toten Buchen und Nadelbäumen.

Da er häufig an Verletzungen der Baumrinde wächst, wurde er in der Erfahrungsheilkunde auch als „Fungus chirurgorum“ (Wundschwamm)

bei Wunden zur Blutstillung eingesetzt.

Inhaltsstoffe

Heterogalactane (stark verzweigte Polysaccharide), Ergosterol (Vitamin D2).

Die Kommission D (Homöopathische Therapierichtung und Stoffgruppe) des früheren Bundesgesundheitsamtes BGA (heute BfArM) hat eine Monographie für Fomes pinicola (Polyporus pinicola) erstellt (veröffentlicht im Bundesanzeiger Nr. 242 vom 28.12.1988). Anwendungsgebiete für Zubereitungen aus Fomes pinicola sind demnach Fieberanfälle sowie Leber- und Milz-erkrankungen.

Leitsymptome für Fomitopsis pinicola sind

- Intermittierendes Fieber: Wechsel zwischen Fieber, Normal-/ Untertemperatur bei pyogenen Infekten oder Schüben von Toxin- oder Erregereinschwemmung ins Blut.
- Oberbauchbeschwerden, Kopfschmerzen, v.a. 10 - 15 Uhr.
- Linksseitigkeit der Symptome.
- Schwäche der Beckenorgane: Fomitopsis wirkt tonisierend auf die Blase und Geschlechtsorgane, daher unterstützend in der Behandlung von Blasenschwäche, Prostata-Adenomen und Gebärmutterensenkung.
- Blutungsneigung

Ein großer Teil der Symptome, die sich in homöopathischen Arzneimittelprüfungen für Fomes pinicola ergaben, zeigen Parallelen zu den Aufgaben, die in der Traditionellen Chinesischen Medizin der Milz zugeordnet werden. Als „Meister des Bindegewebes“ hält sie die Organe an ihrem Platz. Außerdem ist sie für die Bewegung von Blut und Flüssigkeit zuständig. Der Funktionskreis Milz/Pancreas und Magen ist über sein zugeordnetes Sinnesorgan Mund für den Kontakt mit der



Außenwelt zuständig. Dies bedeutet zum Einen Auseinandersetzung und Abgrenzung zum Fremdartigen, zum Anderen aber auch deren Integration. Eine Schwäche der Milz kann daher die Anfälligkeit gegen Infektion erhöhen.

Die Betrachtungsweise aus der Chinesischen Medizin deckt sich mit dem Wissen der westlich geprägten Medizin. Als größter Lymphknoten des Körpers ist die Milz einerseits für Immunprozesse verantwortlich. Andererseits ist sie als Blutspeicher und Ort des Blutabbaus für die hämatologische Homöostase zuständig. Über diese Aufgaben steht die Milz in sehr enger Verbindung mit der Leber, die beispielsweise Globuline und Gerinnungsfaktoren bildet,

Blutabbauprodukte über die Galle ausscheidet und als Eisen-, teils auch Blutspeicher dient.

PINIKEHL ist also im Vergleich zu SILVAYSAN, HEXACYL oder TARAXACUM eher ein „kleines Lebermittel“, das jedoch nicht außer Acht gelassen werden sollte. □

Literatur

- Roger Kalbermatten: Wesen und Signatur der Heilpflanzen, AT-Verlag
- Velussi M., Cernigoi AM., De Monte A., Dapas F., Caffau C., Zilli M.: Long-term (12 months) treatment with an anti-oxidant drug (silymarin) is effective on hyperinsulinemia; <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9126802>, 22.14 Uhr

- Ferenci P., Dragosics B., Dittrich H., Frank H., Benda L., Lochs H., Meryn S., Base W., Schneider B.: Randomized controlled trial of silymarin treatment in patients with cirrhosis of the liver; <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2671116>, 22.14 Uhr
- Gilbert Charette: Homöopathische Arzneimittellehre für die Praxis, Hippokrates Verlag
- J.H. Clarke: Der Neue Clarke – eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker, Stefanovic Verlag
- Dr. med. Julius Mezger: Gesichtete homöopathische Arzneimittel, K. Haug Verlag
- Allen Cowperthwaite: Charakteristika homöopathischer Arzneimittel, Karl Haug Verlag
- William Boericke: Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen: Materia medica und Repertorium, Verlag Grundlagen und Praxis

Präparat	Darreichungsform	Wirkungsschwerpunkt	Dosierung	Hinweise
SILVAYSAN	Hartkapseln	Regeneration der Leber bei Parenchymschädigung	3x täglich 1 Hartkapsel. Mittlere Tagesdosis 200-400 mg Silymarin, berechnet als Silibinin	Enthalten Lactose
HEXACYL	Tropfen	Anregung der Stoffwechsel- und Entgiftungsfunktion; funktionelle Störungen von Leber, Galle und Nieren	1-3x täglich 5 Tropfen	Enthalten 59,9 Vol.-% Ethanol
TARAXAN D3	Ampullen zur Injektion	Förderung der Galleproduktion und -sekretion	2x wöchentlich 1 Ampulle i.c., s.c., i.m. oder i.v.	
PINIKEHL	D5 Tropfen D5 Ampullen zur Injektion D4 Kapseln D4 Zäpfchen	Stärkung der Abwehrfunktion von Leber und Milz	1x tägl. 8 Tr. 2x wöchl. 1 Amp. i.c., s.c., i.m., i.v. 1-3x tägl. 1 Kps. 1x tägl. 1 Zäpfchen rektal	Kapseln und Zäpfchen enthalten Lactose

Tabelle 1: Übersicht über die SANUM Lebermittel