

„Check-up für die Leber“: Nicht-alkoholische Fettleber frühzeitig diagnostizieren und therapieren

Die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung ist die häufigste Lebererkrankung in westlichen Ländern - Tendenz steigend. Häufig ist sie der Beginn eines komplikationsreichen Krankheitsverlaufs mit Leberfibrose, Leberzirrhose oder auch Leberzellkrebs. Die Leber leidet still. Deswegen ist es wichtig, die Gesundheit der Leber zu überprüfen und beispielsweise die Leberwerte im Blut zu kontrollieren. Die Ausrichter des 21. Deutschen Lebertages am 20. November 2020 - Deutsche Leberhilfe e. V., Deutsche Leberstiftung und Gastro-Liga e. V. - fordern mit dem Motto: „Check-up für die Leber“ mehr Aufmerksamkeit für die Leberwerte und informieren bereits im Vorfeld des bundesweiten Aktionstages.

„Seit den siebziger Jahren hat sich in der westlichen Welt die Verbreitung von Übergewicht und Adipositas, also Fettsucht, verdreifacht – auch in Deutschland. Damit einher geht die Zunahme von Wohlstandserkrankungen, zu der die nicht-alkoholische Fettleber als Anfangsstadium möglicher weiterer Lebererkrankungen wie Leberzirrhose und Leberzellkrebs zählt. In seltenen Fällen ist das Körpergewicht auch normal und trotzdem kann sich eine Fettleber beispielsweise aufgrund einer Fettstoffwechselstörung unerkannt manifestieren“, erklärt Professor Dr. Christoph Sarrazin, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberhilfe e. V.

Das Spektrum der nicht-alkoholischen Fettlebererkrankung (Non-Alcoholic Fatty Liver Disease, NAFLD) ist breit: Es reicht von der einfachen nicht-alkoholischen Fettleber (NAFL) über die chronisch fortschreitende, nicht-alkoholische Fettleberentzündung -(NASH) und eine Leberfibrose (Bindegewebsvermehrung) bis zu einer Leberzirrhose (Vernarbung der Leber). Im Stadium einer Leberzirrhose ist das Risiko einer Tumorbildung erhöht: Es kann sich ein Leberzellkrebs entwickeln (Hepatozelluläres Karzinom, HCC). Bei der nicht-alkoholischen Fettleberentzündung kann Leberzellkrebs jedoch auch auftreten, bevor eine Zirrhose vorliegt.

Bereits eine einfache nicht-alkoholische Fettleber kann zudem ein eigenständiger Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und endokrine Störungen sein. Außerdem ist eine NAFL anfälliger für Giftstoffe wie beispielsweise Medikamente und Alkohol.

Und auch schon Kinder leiden an der neuen Volkskrankheit NAFLD: Weltweit sind nach Experten-Angaben bereits sieben bis zehn Prozent der Kinder betroffen. Wie bei den Erwachsenen zählen Übergewicht und Adipositas zu den wichtigsten Risikofaktoren. Fachärzte empfehlen, bei jedem extrem übergewichtigen Kind die Leberwerte im Blut (GPT, GOT und gGT) regelmäßig zu kontrollieren. Mit einer frühzeitigen Diagnose, mehr Bewegung, gesunder Ernährung und einer Normalisierung des Körpergewichts können auch bei jungen Patienten die Fettablagerungen in der Leber vollständig zurückgebildet werden.

Für Erwachsene empfiehlt Professor Sarrazin: „Anlässlich der Gesundheitsvorsorgeuntersuchung (Check-up 35) sollte auch auf die Leber geachtet und gegebenenfalls sollte zusätzlich eine Untersuchung der Leberwerte durchgeführt werden. Auch eine Ultraschalluntersuchung der Leber kann erste Hinweise geben, dass etwas nicht in Ordnung ist. Die Leber leidet leise und häufig merken die Patientinnen und Patienten nicht, dass ein Gesundheitsrisiko besteht. Ich hoffe, dass der

21. Deutsche Lebertag mit seinem Motto 'Check-up für die Leber' viele Menschen dazu motiviert, ihre Leber 'checken' zu lassen. Sind die Leberwerte erhöht und die Leber ist noch nicht irreversibel geschädigt, können die Betroffenen mit mehr Bewegung sowie einer ausgewogenen und gesunden Ernährung einen Therapieeffekt erzielen. In vielen Fällen regeneriert sich das lebenswichtige Organ durch eine solche Lebensstilumstellung.“

Mehr Infos zum 21. Deutschen Lebertag unter: <http://www.lebertag.org>

Alle Institutionen, die im Rahmen des Deutschen Lebertages mit einer lokalen Veranstaltung aufklären und informieren möchten, werden von den Ausrichtern bei der Pressearbeit und mit Veranstaltungsmaterialien unterstützt. Informationen, Anmeldungen und Downloads unter <http://www.lebertag.org>