

Deutsche Leberstiftung fragt zum 24. Deutschen Lebertag: „Kennen Sie Ihre Leberwerte?“

Hannover – Von Benjamin Franklin, Staatsmann und einer der Gründerväter der Vereinigten Staaten, ist folgendes Zitat überliefert: „Eine Investition in Wissen bringt noch immer die besten Zinsen.“ Wie sich diese Feststellung auch bei der Lebergesundheit bewahrheitet, erklärt die Deutsche Leberstiftung anlässlich des 24. Deutschen Lebertages am 20. November 2023, der das Motto „Kennen Sie Ihre Leberwerte?“ trägt. Wer die Leberwerte im Blut feststellen lässt, kann wichtige Hinweise auf die Gesundheit dieses lebenswichtigen Organs erhalten und gegebenenfalls eine klare Diagnose und eine entsprechende Behandlung bekommen.

Erhöhte Leberwerte können erste Anzeichen für eine Lebererkrankung sein, die oft keine Beschwerden verursacht. „Die Leber spielt eine zentrale Rolle in unserem Körper, da sie eine Vielzahl lebenswichtiger Funktionen erfüllt. Leider werden Lebererkrankungen oft zu spät erkannt, was die Behandlung erschwert. Deswegen ist es gut und wichtig, dass der diesjährige Deutsche Lebertag den Fokus auf die Kenntnis der eigenen Leberwerte legt. Viele Lebererkrankungen sind im frühen Stadium hervorragend zu behandeln oder lassen sich durch Änderung des Lebensstils gut beeinflussen. Doch außer bei akuter Hepatitis gibt es kaum Symptome, die bereits im Frühstadium auf Leberschäden hinweisen. Häufig fühlen sich die Patienten nur allgemein abgeschlagen und verspüren Müdigkeit. Eine frühe Diagnose ist daher sehr wichtig“, erklärt Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, und erläutert einige wichtige Leberwerte: „Störungen der Leberzellen sowie der Leberleistung, die auf eine Erkrankung hinweisen, kann man in der Regel gut an verschiedenen Leberwerten im Blut erkennen. Zu den wichtigsten gemessenen Leberenzymen zählen: GPT – Glutamat-Pyruvat-Transaminase, GOT – Glutamat-Oxalacetat-Transaminase und gGT – Gamma-Glutamyl-Transferase. Dabei ist die Veränderung nur eines Wertes wenig aussagekräftig. Sind jedoch mehrere Werte verändert, kann dies auf einen Leberschaden hindeuten und sollte von einem Facharzt interpretiert werden.“

Die Kontrolle der Leberwerte ist in der Regel nicht in einer Routineuntersuchung enthalten. Es gibt jedoch bestimmte Risikokonstellationen, bei denen die Leberwerte geprüft werden sollten, wie beispielsweise Diabetes mellitus, Übergewicht oder übermäßiger Alkoholkonsum. Seit der Umstrukturierung des Präventionsprogramms „Gesundheitsuntersuchung“ für gesetzlich Versicherte ab 35 Jahren, das bis März 2019 unter dem Namen „Check-up 35“ geführt wurde, wird seit Oktober 2021 auch das einmalige Screening auf Hepatitis B und C angeboten. Damit sollen bislang unentdeckte Infektionen mit den Hepatitisviren B und C erkannt und betroffenen Menschen soll eine möglichst frühzeitige Behandlung angeboten werden. Aktuelle Daten, die auf dem Kongress „Viszeralmedizin“ der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS) im September 2023 präsentiert wurden, zeigen erste Erfolge: Die Hepatitis B- und Hepatitis C-Meldungen sind deutlich angestiegen. Die Anstiege zeigen sich entsprechend der Altersklassifizierung des Programms in erster Linie bei Menschen im mittleren und höherem Erwachsenenalter.

Unentdeckt und deswegen auch unbehandelt können viele Lebererkrankungen zu einer Leberzirrhose (Vernarbung der Leber) und zum Leberzellkrebs (HCC) führen. Diese Spätfolgen gehen mit schweren Komplikationen einher und sind oft nur schwer zu behandeln.

„Es gibt aktuell vielversprechende neue Entwicklungen im Bereich der Erforschung von Lebererkrankungen. In einer europäischen Studie, an der auch die Medizinische Hochschule Hannover (MHH) beteiligt ist, wurde ein Index entwickelt, um das Risiko für eine Zirrhose oder eine andere schwere Lebererkrankung vorherzubestimmen. Dieser neu entwickelte LiverRisk Score errechnet sich aus Alter, Geschlecht und sechs Standardwerten wie Blutzucker, Cholesterin, Anzahl der Blutplättchen und Leberwerten. Auch Komplikationsrisiken wie beispielsweise Leberzellkrebs lassen sich mit dem Index abschätzen. Anhand des individuellen Risikoprofils können gezielt Präventionsmaßnahmen wie Bewegung und gesunde Ernährung empfohlen werden, die dazu beitragen, dass die Entwicklung einer Zirrhose und Krankenhausaufenthalte verhindert werden“, betont Prof. Manns und ergänzt: „Der neue LiverRisk Score erweitert das Wissen über die Prävention von schweren Lebererkrankungen und kann dazu beitragen, die Lebenserwartung der Betroffenen zu erhöhen.“

Die Deutsche Leberstiftung bietet eine Kurzbroschüre zum Thema „Leber und Leberwerte“ an. Bestellmöglichkeiten und Download auf der Serviceseite unter <https://www.deutsche-leberstiftung.de>.

Deutsche Leberstiftung

Die Deutsche Leberstiftung befasst sich mit der Leber, Lebererkrankungen und ihren Behandlungen. Sie hat das Ziel, die Patientenversorgung durch Forschungsförderung, Forschungsvernetzung und wissenschaftliche Projekte zu verbessern. Mit intensiver Öffentlichkeitsarbeit steigert die Stiftung die öffentliche Wahrnehmung für Lebererkrankungen, damit diese früher erkannt und geheilt werden können. Die Deutsche Leberstiftung bietet außerdem Information und Beratung in medizinischen Fragen. Auf der Website finden Sie umfangreiche Informationen sowie Bildmaterial für Betroffene, Interessierte, Angehörige der Fachkreise und Medienvertreter: <https://www.deutsche-leberstiftung.de>.

UNSERE BUCHEMPFEHLUNGEN

„Das große Kochbuch für die Leber“ – 122 Rezepte mit allen wichtigen Nährwertangaben; Küchentipps und Regeln für eine lebergesunde Ernährung, September 2022. Das Buch ist im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3100-7 € 28,00
[D]. <https://www.deutsche-leberstiftung.de/Kochbuch-Leber/>

„Das Leber-Buch“ informiert allgemeinverständlich und umfassend über die Leber, Lebererkrankungen, ihre Diagnosen und Therapien, 4. erweiterte und aktualisierte Auflage September 2021, im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3043-7, € 19,99
[D]. <https://www.deutsche-leberstiftung.de/Leber-Buch/>