

Deutsche Leberstiftung informiert zum Global Fatty Liver Day: Das globale Problem Fettleber wird unterschätzt

Hannover – Unter der Leitung des Global Liver Institute (GLI) findet am 13. Juni 2024 der Global Fatty Liver Day, früher bekannt als International NASH Day, statt. Die globale Aufklärungskampagne wurde 2018 ins Leben gerufen, um das Bewusstsein für die Fettlebererkrankungen, auch als steatotische Lebererkrankung (SLD) bezeichnet und die dramatisch steigenden Erkrankungszahlen zu schärfen. Mit dem diesjährigen Motto „Act Now, Screen Today!“ („Jetzt handeln, heute testen!“) wird auf die Dringlichkeit hingewiesen, Vorsorgeuntersuchungen und Früherkennung zu fördern.

Die Deutsche Leberstiftung, zu deren Aktionsfeldern der Kampf gegen SLD und die Aufklärung über die Gesundheitsrisiken zählen, unterstützt diese Initiative ausdrücklich.

Nach Angaben des GLI sind weltweit circa 115 Millionen Menschen von einer SLD betroffen und bis 2030 soll die verborgene globale Epidemie auf 357 Millionen Betroffene anwachsen. Auch in Deutschland gibt es mindestens fünf Millionen Leberkranke. Häufigste Ursache für eine Leberentzündung ist die SLD, auch Fettlebererkrankung genannt, aufgrund von Übergewicht, Diabetes mellitus oder Alkohol. Bei der ehemals als (nicht-)alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) bezeichneten Störung handelt es sich um eine komplexe metabolische Erkrankung, bei der daher auch der Name angepasst wurde.

Neue Struktur, neue Bezeichnungen

Mehrere internationale hepatologische Fachgesellschaften haben im Juni 2023 eine präzisere Nomenklatur / Struktur für die bisher sogenannten Fettlebererkrankungen beschlossen. Der neue Überbegriff für die angepasste Terminologie und die Einteilungserweiterung von Fettlebererkrankungen lautet SLD. Die angepasste Nomenklatur umfasst unterschiedliche Diagnosestellungen und verschiedene Ursachen der Erkrankungen. Das früher als NAFLD bezeichnete Krankheitsbild wird jetzt als Metabolische dysfunktions-assoziierte steatotische Lebererkrankung (MASLD) bezeichnet. Dadurch sollen die Ursachen und Komplexität der Erkrankung besser zum Ausdruck gebracht und eine mögliche Stigmatisierung vermieden werden. MASH (metabolisch-assoziierte Steatohepatitis) ist die Bezeichnung für die entzündete Fettleber, die in Zusammenhang mit dem metabolischen Syndrom entstanden ist.

80 bis 90 Prozent der MASLD-Patienten sind adipös

„Mittlerweile entstehen die meisten Leberschäden durch eine Verfettung der Leber. Neue Erkenntnisse zeigen, dass es sich bei Fettlebererkrankungen um eine komplexe metabolische Erkrankung handelt, die mit der aktualisierten Nomenklatur unterschiedlichen Subgruppen zugeordnet werden können. An der MASH leiden in Deutschland mindestens vier Prozent der Bevölkerung. Auch adipöse, also fettleibige Kinder haben ein großes Risiko an pädiatrischer MASLD und MASH zu erkranken“, erklärt Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, und warnt vor schwerwiegenden Folgeerkrankungen: „Bei der MASH kann sich ein Hepatozelluläres Karzinom (HCC) entwickeln – schon bevor eine Leberzirrhose vorliegt. Aus aktuellen Erhebungen wissen wir, dass 80 bis 90 Prozent der MASLD-Patienten adipös sind. Und es

ist erwiesen, dass die systemischen Entzündungsreaktionen bei Übergewicht und Adipositas vom Fettgewebe – insbesondere im Bauchbereich – ausgehen und damit langfristig auch das Risiko für Diabetes und Herzinfarkt erhöhen. Diese großen Gesundheitsrisiken sind nur wenigen Menschen bekannt, deswegen ist es sehr wichtig, über die Risikofaktoren für die Entwicklung einer SLD aufzuklären und Aufmerksamkeit dafür zu generieren. Die Deutsche Leberstiftung, zu deren Aktionsfeldern der Kampf gegen SLD durch Aufklärung über Gesundheitsrisiken, Prävention und Früherkennung zählt, unterstützt den Global Fatty Liver Day ausdrücklich. Dem Motto 'Act Now, Screen Today!' sollten auch in Deutschland möglichst viele Menschen, die zu einer Risikogruppe zählen, folgen. Störungen der Leberzellen sowie der Leberleistung, die auf eine Erkrankung hinweisen, kann man in der Regel gut an verschiedenen Leberwerten im Blut erkennen.“

Therapie: Lebensstiländerung und Ernährungsumstellung

Eine Behandlung der lange Zeit meist symptomarmen SLD ist mit Medikamenten bislang noch nicht möglich. Eine MASLD, auch eine MASH, kann sich zurückbilden – vorausgesetzt, die Betroffenen ändern ihren Lebensstil: Abhängig von der Ursache der Fettleber umfasst der veränderte Lebensstil eine kontrollierte Gewichtsreduktion, eine Ernährungsumstellung, mehr Bewegung und einen Alkohol-Verzicht.

SLD-Aktionsfelder der Deutschen Leberstiftung

Um den Betroffenen beim wichtigen Therapie-Baustein Ernährung Hilfestellungen zu geben, hat die Deutsche Leberstiftung „Das große Kochbuch für die Leber“ herausgegeben, das Betroffene bei der richtigen Ernährung unterstützen kann. Eine gesunde und der Situation entsprechenden Ernährung ist enorm wichtig. Sie kann den Gesundheitszustand der Betroffenen entscheidend verbessern, bei den Fettlebererkrankungen sogar zur Heilung beitragen.

Die Deutsche Leberstiftung bietet Kurzbroschüren zu den Themen „Leber und Fett“ sowie „Leber und Leberwerte“ für Betroffene und ihre Angehörigen an. Bestellmöglichkeiten und Download auf der Serviceseite unter <https://www.deutsche-leberstiftung.de>.

Um einen weiteren Beitrag zur Verbesserung der Versorgung von Betroffenen zu leisten, betreibt die Deutsche Leberstiftung seit 2020 über die Leberstiftungs-GmbH ein Register zur Erforschung von Fettlebererkrankungen. Das dafür gegründete „Deutsches NAFLD-Register“ wurde zum 1. Januar 2024 an die aktualisierte Struktur für Fettlebererkrankungen angepasst und in „Deutsches SLD-Register“ umbenannt.

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].

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