

Deutsche Leberstiftung weist zum Lebertag auf Negativ-Trends hin: weniger Bewegung und weniger Vorsorgeuntersuchungen

„Gefahr erkannt, Gefahr gebannt.“ lautet ein Spruch, der treffend beschreibt, dass Risikobewusstsein oft die Voraussetzung für vernünftiges Handeln ist. Das trifft auch auf das lebenswichtige Organ Leber zu: Nur wer die Risiken für seine Lebergesundheit kennt, kann diese vermeiden - oder, falls die Leber bereits erkrankt ist, diese behandeln lassen. Anlässlich des 22. Deutschen Lebertages am 20. November 2021, der das Motto „Deine Leber. Dein Leben.“ trägt, weist die Deutsche Leberstiftung auf aktuelle negative Entwicklungen hin, die auch ein Risiko für die Lebergesundheit darstellen können.

Da auch Information und Beratung dabei helfen, eine Gefahr für die Gesundheit zu bannen, bietet die Deutsche Leberstiftung in Kooperation mit dem Projekt „TherVacB“ eine Telefonsprechstunde speziell zur Hepatitis B, einer viral bedingten Leberentzündung, die unbehandelt zu Leberzirrhose und zu Leberzellkrebs führen kann, an.

Eigentlich hat das lebenswichtige Organ Leber die besten Voraussetzungen für große Aufmerksamkeit: In jeder Minute werden 1,5 Liter Blut durch die Leber gepumpt, das ergibt fast 2.000 Liter Blut an einem Tag. Mit einem Gewicht von etwa 1,5 Kilogramm ist die Leber das schwerste und größte innere Organ – schwerer als Lunge, Gehirn oder Herz. Und sie erfüllt viele lebenswichtige Aufgaben. Auch wenn die Leber fast Fußballgröße hat und großartige Leistungen vollbringt, ist sie jedoch, was die Aufmerksamkeit betrifft, weit entfernt vom „echten“ Fußball.

Dabei ist bei Erwachsenen und auch bei Kindern beispielsweise die nicht-alkoholische Fettleber (NAFL) ein stetig steigendes Gesundheitsproblem – obwohl die Risikofaktoren vermeidbar sind: „Ungesunde Ernährung, Übergewicht und Bewegungsmangel sind häufige Ursachen für die nicht-alkoholische Fettleber, die sich entzünden kann, sodass eine nicht-alkoholische Fettleberhepatitis (Steatohepatitis, NASH) entsteht. Aus der Fettleberhepatitis kann sich eine Leberfibrose (Bindegewebsvermehrung) und im weiteren Verlauf eine Leberzirrhose (Vernarbung der Leber) entwickeln. Auch Leberzellkrebs zählt zu den möglichen Folgeerkrankungen einer entzündeten Leber“, erklärt Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung.

Ginge es nach dem Motto „Gefahr erkannt, Gefahr gebannt.“, wäre es einfach, die Leber mit gesunder Ernährung und ausreichend Bewegung gesund zu halten. Doch das Gegenteil ist der Fall. Daten aus einem aktuellen Report der Deutschen Krankenversicherung (DKV) und der Sporthochschule Köln zeigen, dass ein problematischer Langzeittrend immer weiter zunimmt: Deutsche werden von Jahr zu Jahr bewegungsfauler. Das Sitzen hat in Deutschland mit durchschnittlich 8,5 Stunden pro Tag einen neuen Rekord erreicht. Die jungen Erwachsenen bilden mit 10,5 Stunden pro Werktag, zumeist während der Arbeit oder am Computer, den Spitzenwert der Trägheit. Auffallend ist, dass die Studie – analog zu den Ergebnissen der vergangenen Jahre – ein Missverhältnis zwischen Selbstscheinschätzung und Realität aufdeckt: Die Menschen halten sich zwar für gesund und fit, doch sie sind so bewegungsfaul wie nie seit der ersten Datenerhebung im Jahr 2010. Zwar kann die Entwicklung der letzten eineinhalb Jahre teilweise durch die pandemiebedingte Situation erklärt werden, doch die Tendenz zu einem ungesunden Lebensstil mit

wenig Bewegung und ungesunder Ernährung war bereits vor der Corona-Pandemie bei Erwachsenen und Kindern erkennbar.

Auch ein weiterer Trend kann zum Risiko für die Lebergesundheit werden. Seit Jahren nehmen immer weniger Menschen die „Gesundheitsuntersuchung“ für gesetzlich Versicherte, vormals als „Check-up 35“ bezeichnet, in Anspruch.

„Die Gesundheitsuntersuchungen, die gesetzliche Krankenkassen ihren Versicherten ab einem Alter von 35 Jahren anbieten, werden zu wenig genutzt. Jeder sollte bedenken, dass eine Vorsorgeuntersuchung der Früherkennung von Krankheiten, beispielsweise auch der Leber, dient, die in einem frühen Stadium meist gut behandelt und oft auch geheilt werden können“, sagt Prof. Manns und erläutert eine Erweiterung der Gesundheitsuntersuchung, die der Lebergesundheit zugutekommen kann: „Seit dem 1. Oktober 2021 kann im Rahmen der Gesundheitsuntersuchung auch das Screening auf Hepatitis B und C in Anspruch genommen werden. Das soll dazu beitragen, die hohe Dunkelziffer an unentdeckten Infektionen mit den beiden Hepatitis-Viren zu verringern und Betroffenen eine möglichst frühzeitige Behandlung anbieten zu können.“

Deutscher Lebertag 2021: Telefonsprechstunde zur Hepatitis B

Um einen Beitrag zum besseren Bewusstsein für Virushepatitis zu leisten, bietet die Deutsche Leberstiftung anlässlich des 22. Deutschen Lebertages in Kooperation mit dem Projekt „TherVacB“ eine Telefonsprechstunde speziell zur Hepatitis B an. Prof. Dr. Markus Cornberg wird alle Fragen zur Hepatitis B – von „Was sind mögliche Wege der Ansteckung?“ bis hin zu „Was bedeuten meine Leberwerte?“ und „Wie muss die Erkrankung behandelt werden?“ – beantworten. Die Telefonsprechstunde zur Hepatitis B findet am 16. November 2021 zwischen 16:00 und 18:00 Uhr statt und ist unter 01805 - 45 00 60 zu erreichen. Für ein Telefonat fallen Verbindungskosten in Höhe von € 0,14/Min. aus dem deutschen Festnetz und max. € 0,42/Min. aus dem Mobilfunk an.

„TherVacB“ ist ein durch die Europäische Union gefördertes Projekt zur Durchführung einer klinischen Studie zu einer therapeutischen Impfung gegen Hepatitis B. Das TherVacB-Konsortium ist ein Zusammenschluss führender Virologen, Immunologen und Ärzten aus Europa und Afrika, die auf die Behandlung von Virushepatitis spezialisiert sind. Neben der Erforschung der therapeutischen Impfung setzt sich „TherVacB“ im Rahmen der „B_Aware-Kampagne“ für die Aufklärung über Hepatitis B ein. Weitere Informationen unter: <https://www.thervacb.eu>.

Deutsche Leberstiftung

Die Deutsche Leberstiftung befasst sich mit der Leber, Lebererkrankungen und ihren Behandlungen. Sie hat das Ziel, die Patientenversorgung durch Forschungsförderung und eigene wissenschaftliche Projekte zu verbessern. Durch intensive 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 für Betroffene und Angehörige sowie für Ärzte und Apotheker in medizinischen Fragen. Weitere Informationen zur Stiftung unter <https://www.deutsche-leberstiftung.de>. Auf der Website finden Sie unter anderem umfangreiche Informationen sowie Bildmaterial für Betroffene, Interessierte, Angehörige der Fachkreise und Medienvertreter.

BUCHTIPP: Jetzt in der vierten, aktualisierten und erweiterten Auflage: „Das Leber-Buch“ informiert umfassend und allgemeinverständlich über die Leber, Lebererkrankungen, ihre Diagnosen und Therapien. Es ist im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3043-7, € 19,99 [D]. Weitere Informationen: <https://www.deutsche-leberstiftung.de/Leber-Buch>. Sie können ein Rezensionsexemplar per Mail an asche@humboldt.de (Frau M. Asche) anfordern.

Weitere Informationen:

<https://www.deutsche-leberstiftung.de>

<https://www.deutsche-leberstiftung.de/presse/aktuelle-pressemitteilungen/>

<http://www.lebertag.org>