

„total zentral: die Leber!": Volkskrankheit Fettleber – immer häufiger und meist unentdeckt

Etwa 25 Prozent der Weltbevölkerung haben eine nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD). Auch in Deutschland sind jeder vierte Erwachsene und jedes dritte übergewichtige Kind von dieser potenziell schwerwiegenden Lebererkrankung betroffen, die häufig über einen langen Zeitraum unentdeckt bleibt. Im Verlauf der unbehandelten Erkrankung kann sich eine Fettleberentzündung bilden. Diese nicht-alkoholische Steatohepatitis (NASH) kann zu Leberzirrhose und Leberzellkrebs führen.

Warum Früherkennung wichtig ist und welche Möglichkeiten es gibt, einer NAFLD und einer NASH entgegenzuwirken, erklären die Ausrichter des 23. Deutschen Lebertages am 20. November 2022 – Gastro-Liga e. V., Deutsche Leberhilfe e. V. und Deutsche Leberstiftung – im Vorfeld des Aktionstages. Das diesjährige Motto „total zentral: die Leber!“ will mehr Aufmerksamkeit für das häufig unbeachtete und doch lebenswichtige Organ erzeugen.

Der Begriff nicht-alkoholische Fettlebererkrankung umfasst ein großes Erkrankungsspektrum: Im ersten Stadium spricht man bei Personen, die keinen oder wenig Alkohol trinken, von einer reizlosen und einfachen Fettleber (NAFL), die nicht oder nur langsam voranschreitet. Unbehandelt kann die NAFL zu einer nicht-alkoholischen Steatohepatitis (NASH) mit entzündlichen Reaktionen und Schädigungen der Leberzellen führen. Die nächste Stufe ist eine Fibrosierung und anschließend kann es zu einer Zirrhosebildung kommen. Hierbei vermehrt sich das Bindegewebe und es kann sich das Vollbild einer Leberzirrhose entwickeln. Im Rahmen einer nicht-alkoholischen Fettleber erhöhen sowohl die Leberzirrhose als auch die entzündete Fettleber das Risiko von Leberzellkrebs. Bei vielen Lebererkrankungen tritt Leberzellkrebs erst im Zirrhosestadium auf. Bei der nicht-alkoholischen Fettleberentzündung kann dieser Tumor jedoch bereits auftreten, bevor eine Zirrhose vorliegt.

Doch so weit muss es nicht kommen: Eine NAFL und eine NASH sind – abhängig vom vorliegenden Fibroestadium der Leber – vermeidbar und prinzipiell vollständig rückbildungsfähig. „Die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) ist meist ein Wohlstandsproblem der westlichen Industrienationen. Zu den wesentlichen Ursachen zählt der moderne Lebensstil, der häufig durch zu wenig körperliche Aktivität und ein überreiches Nahrungsangebot – insbesondere Kohlenhydrate – geprägt ist. Diese Kombination kann letztendlich zum sogenannten metabolischen Syndrom führen, einer Kombination von verschiedensten risikobehafteten Aspekten wie Übergewicht, Bluthochdruck und Diabetes, die am Ende auch auf die Leber einen sehr negativen Effekt haben. Die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung betrifft nicht nur Erwachsene. Immer häufiger wird auch bei stark übergewichtigen Kindern und Jugendlichen beispielsweise die Diagnose Diabetes mellitus Typ 2 gestellt. Somit ist auch diese Bevölkerungsgruppe von Fettleber-Problemen und nicht-alkoholischen Fettleberentzündungen (NASH) betroffen“, erläutert Professor Dr. Peter R. Galle, Direktor der 1. Medizinischen Klinik und Poliklinik der Universitätsmedizin an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz.

Jeder Mensch sollte auf die Gesundheit der Leber achten und beim Arztbesuch besprechen, ob gegebenenfalls bei einer routinemäßigen Gesundheitsuntersuchung zusätzlich eine Untersuchung der Leberwerte im Blut (GPT, GOT und gGT) durchgeführt werden sollte. Auch eine Ultraschalluntersuchung der Leber kann erste Hinweise geben, dass etwas nicht in Ordnung ist. Die

Leber leidet leise und häufig wird nicht bemerkt, dass ein Gesundheitsrisiko besteht.

Doch auch die Politik ist gefordert. „Für eine effektive Prävention ist vor allem entscheidend, dass die Politik gesunde Ernährung und Bewegung mit entsprechenden Maßnahmen fördert – sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Erwachsene“, sagt Professor Galle, und er stellt fest:

„Beispielsweise sollten nachhaltige Ernährungs- und Bewegungstherapieangebote zur Vermeidung und Behandlung von Adipositas geschaffen werden. Fettleber-Prävention geht immer einher mit Prävention der Adipositas, des Diabetes mellitus Typ 2 und der Folgeerkrankungen. Die Ausrichter des Deutschen Lebertages unterstützen die Forderung von weiteren medizinischen Fachgesellschaften, die Bekämpfung der Volkskrankheit NAFLD als Gesundheitsziel im Sozialgesetzbuch zu verankern.“

Mehr Infos zum 23. Deutschen Lebertag und alle bislang im Rahmen des diesjährigen Deutschen Lebertages veröffentlichten Presseinformationen unter: <http://www.lebertag.org>

Alle Institutionen, die im Rahmen des 23. Deutschen Lebertages mit einer 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>