

Presseinformation

4. April 2023 / 3 Seiten

Deutsche Leberstiftung zum Weltgesundheitstag: „Gesundheit für alle“ – und für jede Leber

Seit 1954 stellt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) jährlich am 7. April mit dem Weltgesundheitstag ein vorrangiges Gesundheitsproblem in den Fokus der Weltöffentlichkeit. "Gesundheit für alle" lautet das Thema des Weltgesundheitstages am 7. April 2023, an dem die WHO unter dem Motto „75 years of improving public health“ auch ihren 75. Geburtstag begeht. Die Deutsche Leberstiftung nimmt den Weltgesundheitstag und das WHO-Jubiläum zum Anlass, auf den Anstieg von Lebererkrankungen in der gesamten Bevölkerung und die Wichtigkeit frühzeitiger Diagnostik sowie gesunder Ernährung und Bewegung hinzuweisen.

Obwohl die Leber ein lebenswichtiges Organ ist, wird ihre zentrale Bedeutung für den Körper häufig unterschätzt. Als einziges inneres Organ des menschlichen Körpers ist die Leber in der Lage, sich selbst zu regenerieren – doch nur bis zu einem gewissen Grad der Schädigung. Wenn sich ein Erwachsener oder ein Kind über einen längeren Zeitraum unausgewogen ernährt und zu wenig bewegt, kann dies zu einer nichtalkoholischen Fettleber (NAFL) führen, die sich entzünden kann.

„Der Anteil an nichtalkoholischen Fettleberentzündungen (NASH) steigt permanent an. Verantwortlich dafür sind zumeist zu wenig Bewegung, falsche Ernährung oder eine Störung des Stoffwechsels wie beispielsweise Diabetes mellitus“, erläutert Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, und er warnt: „Die weiteren Folgen können dann Leberzirrhose – also eine Vernarbung des Lebergewebes – und auch der Leberzellkrebs (Hepatozelluläres Karzinom, HCC) sein.“

In Deutschland ist jeder vierte Bundesbürger über 40 bereits betroffen und bereits jedes dritte übergewichtige Kind leidet an einer nicht-alkoholischen Fettlebererkrankung (NAFLD), Tendenz steigend: Schätzungen gehen davon aus, dass im Jahr 2025 etwa 55 Millionen US-Amerikaner und Europäer an einer nicht-alkoholischen Leberentzündung leiden. Wird diese Entzündung chronisch, sind weitere Lebererkrankungen vorprogrammiert. Die NASH führt zu einem erhöhten Risiko, einen Leberzellkrebs zu entwickeln. Bei einer NASH, die bereits zu einer Gewebeveränderung durch pathologische Vermehrung von Bindegewebszellen (Fibrose) geführt hat, ist das HCC-Risiko stark erhöht. Ein HCC aufgrund einer NASH kann sich ohne Vorliegen einer Zirrhose entwickeln.

Eine erkrankte Leber gibt häufig keine Warnzeichen, da erst in einem fortgeschrittenen Stadium deutliche Beschwerden auftreten. Über einen langen Zeitraum bemerken die betroffenen Personen nur schwache und unspezifische Symptome. Dazu gehören unter anderem Abgeschlagenheit, Müdigkeit und Konzentrationsstörungen sowie ein Druckgefühl im rechten Oberbauch. Wenn eine Lebererkrankung früh erkannt und entsprechend behandelt wird, können drohende Spätfolgen wie Leberzirrhose und Leberzellkrebs verhindert werden. Dazu Prof. Manns: „Erkrankungen der Leber werden oft zu spät erkannt. Wir empfehlen deshalb eine Bestimmung der Leberwerte im Blut und gegebenenfalls eine Ultraschalluntersuchung. Besonders aussagekräftig für die Gesundheit der Leber sind dabei der GPT-, GOT- und gGT-Wert. Seit Oktober 2021 ist auch das einmalige Screening auf die Virusinfektionen Hepatitis B und C Teil der Gesundheitsuntersuchung ab 35 Jahren.“ Eine Untersuchung beim Hausarzt kann dabei helfen, nicht nur Lebererkrankungen zu erkennen, sondern auch Diabetes mellitus sowie Herz- und Gefäßkrankheiten.

Prof. Manns begrüßt die Entscheidung der WHO, den Fokus des Weltgesundheitstages in diesem Jahr auf die Gesundheit aller Menschen zu richten und äußert den Wunsch: „Ich hoffe, dass im Rahmen des diesjährigen Weltgesundheitstages und darüber hinaus auch die Lebererkrankungen noch mehr ins Bewusstsein der Öffentlichkeit rücken. Es ist Zeit, zum Handeln zu motivieren, um die gesundheitlichen Herausforderungen von heute und morgen, zu denen weltweit auch NAFLDs zählen, anzugehen. Auch eine bereits geschädigte Leber kann in einem frühen Stadium der Verfettung durch einen veränderten Lebensstil positiv beeinflusst werden. Die empfohlene Therapie zielt in erster Linie auf eine Lebensstil-

Veränderung mit einer Ernährungsumstellung und mehr Bewegung ab. Dabei ist eine abwechslungsreiche, gesunde Ernährung ausreichend. Aktuell kommen endlich auch aus der Politik Stimmen, die eine Notwendigkeit von Maßnahmen zur Eindämmung der NAFLD-Risikofaktoren Übergewicht und Adipositas formulieren: Bundesernährungsminister Cem Özdemir verkündete im Februar 2023 seine Absicht, Junkfood-Werbung für Kinder nun tatsächlich in Deutschland zu verbieten. Dies könnte ein erster Schritt sein, dem jedoch weitere gezielte Strategien zur Förderung einer gesunden Ernährung und zur Steigerung körperlicher Aktivität folgen müssen.“

Deutsche Leberstiftung

Die Deutsche Leberstiftung befasst sich mit der Leber, Lebererkrankungen und ihren Behandlungen. Sie hat das Ziel, die Patientenversorgung durch Forschungsförderung, Forschungsnetzwerk 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: www.deutsche-leberstiftung.de.



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

Kontakt

Deutsche Leberstiftung | Bianka Wiebner | Carl-Neuberg-Straße 1 | 30625 Hannover
Tel 0511 – 532 6815 | Fax 0511 – 532 6820 | presse@deutsche-leberstiftung.de