

## Presseinformation

1. Juni 2023 / 3 Seiten

---

### **Deutsche Leberstiftung zum „NASH Day“: Übergewicht ist auch für die Leber ein „fettes Problem“**

Am 8. Juni 2023 findet unter der Leitung des Global Liver Institute (GLI) der Internationale NASH-Tag („International NASH Day“, kurz IND) statt. Seit Juni 2018 wird mit dem IND die Aufmerksamkeit auf die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) und ihre fortgeschrittene Stufe, die nicht-alkoholische Fettleberentzündung (NASH), gelenkt. Nach Angaben des GLI ist die Entwicklung dieser Erkrankung dramatisch und mit weltweit über 115 Millionen NASH-Betroffenen als versteckte Epidemie einzustufen. Die Deutsche Leberstiftung unterstützt den IND ausdrücklich.

Aktuelle Zahlen belegen, dass ein bereits vor der Corona-Pandemie bestehendes Gesundheitsproblem – immer mehr übergewichtige oder fettleibige (adipöse) Erwachsene und Kinder in Deutschland – im Verlauf der Pandemie noch größer geworden ist. Durch die Einschränkungen während der Corona-Pandemie sind speziell immer mehr Kinder und Jugendliche fettleibig geworden. Laut Ergebnissen einer Krankenkassen-Analyse von Versichertendaten gab es beispielsweise in Niedersachsen im Jahr 2011 etwa 32.000 fettleibige Kinder, zehn Jahre später waren es 43.000 – also ein Anstieg um gut ein Drittel. Eine noch extremere Entwicklung zeigen die Zahlen in Bremen: Hier gab es eine Verdoppelung der Zahl von 2.300 auf 4.600 adipöser Kinder.

In dieser Entwicklung sehen Leber-Experten die große Gefahr, dass sich zukünftig auch die Zahl der nicht-alkoholischen Fettlebererkrankungen noch schneller vergrößern wird als bislang erwartet, denn Übergewicht und Adipositas begünstigen die Entstehung einer Fettleber.

„Übergewicht und Adipositas sind bereits in jungen Jahren ein Risikofaktor für viele Folgeerkrankungen wie die NAFLD. Die Leber leidet unter dem ungesunden westlichen Lebensstil, der häufig gekennzeichnet ist durch hochkalorische und oftmals kohlenhydratreiche Ernährung bei gleichzeitigem Bewegungsmangel. Assoziiert mit NAFLD sind oftmals weitere Erkrankungen, denen auch die Risikofaktoren Übergewicht und Bewegungsmangel zugrunde liegen, wie beispielsweise Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes mellitus – und leider verstärken sich diese Erkrankungen gegenseitig“, erläutert Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, und ergänzt: „Das Spektrum der NAFLD ist breit: Es reicht von der einfachen nicht-alkoholischen Fettleber (NAFL) über die chronisch fortschreitende, nicht-alkoholische Fettleberentzündung und einer Leberfibrose (Bindegewebsvermehrung) bis zu einer Leberzirrhose (Vernarbung der Leber). Bei den meisten chronischen Lebererkrankungen ist das Risiko einer Tumorbildung im Stadium einer Leberzirrhose erhöht: Es kann sich ein Leberzellkrebs entwickeln (Hepatozelluläres Karzinom, HCC). Bei der nicht-alkoholischen Fettleberentzündung kann Leberzellkrebs jedoch schon auftreten, bevor eine Zirrhose vorliegt.“

Damit Übergewicht und Bewegungsmangel nicht ein „fettes Problem“ für die Leber – und langfristig auch für die Gesellschaft – werden, muss gegengesteuert werden. Medikamente gegen NASH gibt es aktuell noch nicht, diese werden zurzeit in Studien untersucht, bislang ist jedoch noch kein Arzneimittel zugelassen. Die Studien verfolgen verschiedene Ansätze: Einige Substanzen reduzieren die Entzündungsreaktion, andere Wirkstoffe beeinflussen direkt den Fettstoffwechsel oder greifen in den Prozess der Lebervernarbung ein. Momentan ist noch nicht ganz klar, wann mit der Zulassung von Medikamenten zu rechnen ist. Doch es gibt bereits jetzt eine wirksame Therapie: Lebensstiländerung durch gesunde Ernährung, Bewegung, Reduktion von Übergewicht sowie die erfolgreiche Einstellung von Diabetes. Damit können Betroffene ihrer Fettlebererkrankung in vielen Fällen so erfolgreich entgegenwirken, dass diese sich ganz oder teilweise zurückbildet.

Dass die Ernährung dabei ein ganz wichtiger Faktor ist, erklärt Prof. Manns: „Für die Betroffenen ist eine gesunde und der Situation entsprechende Ernährung enorm wichtig. Sie kann den Gesundheitszustand der Betroffenen entscheidend verbessern; bei den Fettlebererkrankungen sogar zur Heilung beitragen. Aus diesem Grund hat die Deutsche

Leberstiftung im letzten Jahr ‚Das große Kochbuch für die Leber‘ herausgegeben, das Betroffene bei der richtigen Ernährung unterstützen kann.“

Auch im Bereich NAFLD-Forschung engagiert sich die Deutsche Leberstiftung: Um einen Beitrag zur Verbesserung der Versorgung von Betroffenen zu leisten, hat die Deutsche Leberstiftung das „Deutsche NAFLD-Register“ mit Unterstützung von zwei Forschungsgruppen (die „NAFLD CSG“ der universitären Zentren und die „FLAG-Studie“ des bng) initiiert und führt es seit Dezember 2020 über die Leberstiftungs-GmbH.

## 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](http://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, im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3043-7, € 19,99 [D].

Rezensionsexemplare können über [asche@humboldt.de](mailto:asche@humboldt.de) angefordert werden.

## Kontakt

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