

Lebercheck 2010



Professor Dr. Alexander L. Gerbes

Immer mehr Menschen in Deutschland leiden an einer Erkrankung der Leber. Bei Männern im mittleren Lebensalter ist dies sogar die dritthäufigste Todesursache. Da die Erkrankungen oft schleichend verlaufen, sind sie meist schwer zu erkennen. Der Lebercheck 2010 ist eine konzertierte Aktion zur Prävention und Früherkennung von Lebererkrankungen unter der Schirmherrschaft von Staatssekretärin Melanie Huml, MdL. Die Aktion wird durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit aus Mitteln der Gesundheitsinitiative Gesund.Leben.Bayern. unterstützt.

Die Leber ist die größte Drüse im menschlichen Körper und eines der am besten durchbluteten Organe. Als zentrales Stoffwechselorgan ist sie zuständig für die Produktion lebenswichtiger Hormone und Vitamine sowie die Regulation von Blutzucker, Blutgerinnung und Immunsystem. Außerdem baut sie körpereigene Stoffe, sowie Medikamente ab. Solche Abbau-Produkte werden mit der Gallenflüssigkeit in den Darm ausgeschieden.

Warnzeichen für Lebererkrankungen

An den Beschwerden lassen sich Lebererkrankungen im Frühstadium kaum erkennen. Denn die Betroffenen haben meist keine Schmerzen. Zudem reicht ein Drittel der gesunden Leber aus, um die normale Funktion aufrechtzuerhalten. Daher gibt es im Frühstadium einer Lebererkrankung oft keine oder sehr unspezifische Warnzeichen wie Müdigkeit, Schlafstörungen

oder Juckreiz. Erhöhte Leberwerte im Blut sind daher besonders wichtig, um eine Erkrankung rechtzeitig zu erkennen.

Welche Laborwerte sind wichtig?

Mann kann unterscheiden in Werte, die auf Zellschäden hindeuten (so genannte Transaminasen), Werte, die einen Galle-Stau anzeigen (Bilirubin) und Anzeichen für eine gestörte Blutgerinnung. Bei einem Routine-Laborcheck werden meistens die Transaminasen GPT oder Gamma-GT gemessen.

Kurzzeitig und geringfügig erhöhte Leberwerte können Zeichen eines Infekts oder von Überanstrengung sein. Wenn die Transaminasen aber über Wochen auf mehr als das Doppelte erhöht sind, sollte man unbedingt klären, was dahintersteckt. Ursachen für erhöhte Leberwerte können Erkrankungen der Leber wie eine durch Viren ausgelöste Hepatitis oder auch seltenere erbliche Erkrankungen sein (siehe Tabelle). Bei manchen Menschen greift das körpereigene Immunsystem die Leber- oder Gallengangszellen an. Dies kann zu einer entzündlichen Lebererkrankung führen. Die häufigsten Ursachen für erhöhte Leberwerte sind aber zu viel Alkohol und zu viel eingelagertes Fett. Eine Untersuchung mit Ultraschall kann klären, ob der Patient unter einer Fettleber leidet.

Wie viel Alkohol verträgt die Leber?

Wie viel Alkohol die Leber eines Menschen verträgt, ist sehr unterschiedlich. Generell nimmt man an, dass Männer täglich bis 60 Gramm Alkohol und Frauen bis 30 Gramm vertragen, wenn sie keine anderen Erkrankungen haben. Ein Schoppen Wein für Frauen und zwei bis drei Halbe Bier für Männer sollten also von der gesunden Leber verkraftet werden. Bei Frauen liegt die Menge niedriger, da ihre Leber weniger Alkohol abbauende Enzyme enthält.

Fettleber ohne Alkohol

Dreiviertel aller Menschen mit deutlichem Übergewicht und Diabetes entwickeln eine Fettleber. Dies führt bei einem Teil der Betroffenen zu Entzündungen in der Leber, zu

einer „nicht-alkoholischen Fettleberhepatitis“. Ursache ist höchstwahrscheinlich die Insulinresistenz, die sich bei Übergewicht häufig entwickelt. Leider werden gerade Kinder und Jugendliche immer dicker. Insgesamt ist jeder dritte Deutsche übergewichtig, jeder Zehnte krankhaft dick. Es ist daher zu befürchten, dass diese Lebererkrankungen noch deutlich häufiger werden.

Behandlung und Schutz bei Hepatitis B

Das Hepatitis B-Virus wird durch Blut, andere Körperflüssigkeiten und intensiven Kontakt der Schleimhäute übertragen. Da Blutkonserven heute sorgfältig untersucht werden, ist davon auszugehen, dass ein Großteil der jährlich etwa 10.000 Neuansteckungen in Deutschland durch ungeschützten Sexualverkehr erfolgt. Diese Infektion könnte durch Verwendung von Kondomen vermieden werden.

Am wirksamsten aber ist Vorbeugung: Die Impfung gegen Hepatitis B sollte am besten bereits im frühen Kindesalter erfolgen. Sie wird von den Krankenkassen bezahlt.



Vorderseite des Fragebogens.

Was ist eine Leberzirrhose?

Bei fortgeschrittener Erkrankung kommt es zum Ersatz von Leberzellen durch Bindegewebe (Fibrose, Zirrhose). Dies führt zu verminderter Leberleistung. Klinische Zeichen einer Zirrhose sind zum Beispiel: Ikterus, dauerhafter starker Juckreiz, Bauchwasser und spinnenförmige Äderchen auf der Haut. Früher ging man davon aus, dass man eine teilweise (Fibrose) oder sehr weitgehende Vernarbung der Leber (Zirrhose) nicht rückgängig machen kann. Doch konnte gezeigt werden, dass sich das Lebergewebe wieder erholen kann, wenn man die zugrunde liegende Lebererkrankung erfolgreich behandelt. Es gibt aber bisher keine Medikamente, die direkt die Vermehrung des Bindegewebes in der Leber rückgängig machen.

Keine Hilfe durch Wundermittel

Häufig werden Heil-Tees, Kräutereextrakte oder Säfte zur Behandlung von Lebererkrankungen angepriesen. Dass die Präparate wirken, ist bisher nicht bewiesen. Häufig sind diese Mittel auch nicht standardisiert, die Inhaltsstoffe

Häufig	Selten
<ul style="list-style-type: none"> ■ Nicht alkoholische Fettleber bei Adipositas ■ Alkoholische Zirrhose ■ Hepatitis B, Hepatitis C 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Cholestatische Erkrankungen (PBC, PSC) ■ Autoimmune Hepatitis ■ Stoffwechseldefekte (Hereditäre Hämochromatose, Alpha-1-Antitrypsin-Defizienz, Morbus Wilson)

Tabelle: Ursache von Lebererkrankungen

können daher unterschiedlich sein. Zudem sind sie meist nicht auf Nebenwirkungen getestet. Immer wieder werden Fälle berichtet, in denen es nach der Einnahme derartiger Präparate zu Leberschädigungen oder sogar zum Leberversagen kommt. Daher muss dringend vor der Einnahme gewarnt werden.

Positive Wirkungen zeigt indes Kaffee: Untersuchungen haben gezeigt, dass bei Patienten, die zwei bis drei Tassen täglich trinken, Erkran-

kungen der Leber langsamer fortschreiten oder zu weniger Komplikationen führen.

Professor Dr. Alexander L. Gerbes, Leiter Leber Centrum München, Stellvertretender Direktor der Medizinischen Klinik und Poliklinik II, Klinikum Großhadern der LMU München, Marchioninistraße 15, 81377 München, E-Mail: gerbes@med.uni-muenchen.de

Anzeige

Aktion „Lebercheck 2010“



Die Problematik der Lebererkrankungen und deren Prävention stellt eine ganz besondere Herausforderung für das Gesundheitssystem in den kommenden

Jahren dar. Die Bayerische Landesärztekammer (BLÄK) ist Partner der Aktion „Lebercheck 2010“ – mit zehn einfachen Fragen zum individuellen Leber-Risiko. Bitte unterstützen Sie dieses niederschwellige Angebot und legen Sie den dieser Ausgabe des Bayerischen Ärzteblatts beiliegenden Fragebogen in Ihren Wartezimmern aus.

Mehrexemplare des Fragebogens und weitere Informationen können Sie aus dem Internet unter [www.blaek.de/Service/Downloads/Aktion Lebercheck 2010](http://www.blaek.de/Service/Downloads/Aktion%20Lebercheck%202010) herunterladen, kopieren oder auch in der Redaktion per E-Mail (aerzteblatt@blaek.de) oder per Fax (089 4147-202) oder telefonisch im Informationszentrum der BLÄK (089 4147-191) anfordern. Wir schicken Ihnen dann die Anzahl der gewünschten Exemplare zu.

*Dr. Max Kaplan,
Präsident der BLÄK*

Privatabrechnung
zum Preis von

mit dem neuen Service

PVS basis*

1%

* vom Honorar nebst einem Grundbetrag von 1,95 € pro Rechnung zzgl. USt.

Mehr Flexibilität
für Ihre Privatabrechnung.



PVmedis AG

Unternehmensgruppe PVS Rhein-Ruhr

Tel.: 0 89/20 00 15 21 - 0
Fax: 0 89/20 00 15 21 - 9

info@pvmedis.de
www.pvmedis.de