



„Lebererkrankungen steigen dramatisch an“, sagt der Leberspezialist Marcus Schuchmann. Jeder fünfte Erwachsene und immer mehr Kinder sind davon betroffen. Hauptursachen sind Übergewicht und Diabetes.

Leberzentrum Konstanz

Neue Chancen für die Leber

Viele Lebererkrankungen wie Fettleber oder eine durch Viren verursachte Hepatitis bleiben jahrelang unentdeckt. Unbehandelt können sie das Organ jedoch schwer schädigen und sogar tödlich enden. Dabei kostet die Messung der Leberwerte nur ein paar Cent. Auch bei den Behandlungsmöglichkeiten gibt es große Fortschritte, sagt der Gastroenterologe Prof. Dr. Marcus Schuchmann.

„Es gibt Urlaubssouvenirs, die will man wirklich nicht haben. Ich denke hier an einen 44-jährigen Patienten, der unter starker Übelkeit, Appetitlosigkeit und Durchfall litt und schließlich bei uns ins Klinikum eingeliefert wurde. Er erzählte, dass er kurz vorher im Urlaub in Marokko gewesen war. Seine Leberwerte haben unsere erste Vermutung schnell bestätigt: Der Mann hatte eine klassische Reisehepatitis, also eine Hepatitis A. Die Erkrankung wird oft durch mangelnde Hygiene am Urlaubsort oder Meeresfrüchte übertragen. Bei schwerem Verlauf haben diese Patientinnen und Patienten dann häufig gelb gefärbte Augen, fühlen sich richtig krank und gehen in der Regel zum Arzt.

Bei chronischen Lebererkrankungen ist das oft nicht der Fall. Die Betroffenen merken manchmal jahrelang nicht, dass mit ihrer Leber etwas nicht stimmt. Denn die Leber kennt keinen Schmerz. Das ist das Tückische. Die Menschen fühlen sich einfach nur abgeschlagen. Müdigkeit ist der Schmerz der Leber, heißt es deshalb auch.

Leberwerte oft erhöht

Erhöhte Leberwerte sind nicht nur in meiner Lebersprechstunde in der Klinik ein Problem, sondern treten auch in Hausarztpraxen häufig auf. Etwa jeder Fünfte in Deutschland ist betroffen.

Leider werden die erhöhten Werte oft nur zufällig entdeckt, denn bei den üblichen Vorsorgeuntersuchungen der gesetzlichen Krankenkassen werden die Leberwerte erst seit diesem Jahr routinemäßig erfasst. Dabei kostet die Untersuchung nur ein paar Cent. Vor allem die Werte für das sogenannte GPT oder ALT sollte man routinemäßig messen. Denn wir Leberärzte beobachten schon seit Jahren eine stete Zunahme von Lebererkrankungen. Wenn die GPT erhöht ist, ist das für mich immer ein Anlass, genau hinzusehen. Da kann viel dahinterstecken, da dieser Wert bei den meisten Lebererkrankungen ansteigt. Schon hinter einem leichten Anstieg der klassischen Leberwerte kann sich eine schwere Lebererkrankung verbergen.

**„Die häufigste
Lebererkrankung ist
inzwischen die Fettleber.“
Leberspezialist
Marcus Schuchmann.**

Die meisten denken bei Lebererkrankungen an Alkoholmissbrauch. Damit tut man vielen Patienten und Patientinnen Unrecht, denn die Ursachen sind vielfältig: Stoffwechselstörungen, Übergewicht und Diabetes sind neben Alkoholmissbrauch und Virusinfektionen wie Hepatitis B und C die Hauptursachen chronischer Lebererkrankungen. Lange unerkannt, können diese Jahre später zu einer gefährlichen Zirrhose, also einer vollständigen Vernarbung des Organs, führen. In Deutschland gehen wir von

einer Million Menschen mit einer Leberzirrhose aus. Etwa 50 000 sterben hierzulande jedes Jahr an den Folgen der Erkrankung.

Nicht selten bildet sich bei einer Zirrhose auch ein bösartiger Leberkrebs. Diese Patienten müssen engmaschig überwacht werden und mindestens alle sechs Monate einen Spezialisten aufsuchen. Im Leberzentrum Konstanz haben wir uns auf die Betreuung von Patienten mit Leberkrebs und Lebermetastasen spezialisiert. Wir Internisten arbeiten dabei eng mit dem bauchchirurgischen Team von Prof. Glatzle, den Radiologen um Prof. Juchems und Dr. Kläsner von der Nuklearmedizin zusammen und erstellen interdisziplinäre Therapiepläne. Auch Patienten mit schwer kontrollierbarem Bauchwasser oder mit seltenen Stoffwechselerkrankungen sind bei uns gut aufgehoben. Das Leberzentrum hat einen großen Einzugsbereich und betreut Patientinnen und Patienten zwischen Allgäu, Schwarzwald und Bodensee.

Wir haben ein breites Spektrum an diagnostischen Möglichkeiten und schauen uns die Leber mit Ultraschall, CT oder MRT genau an. Auf diesen Bildern erkennt man sehr viel mehr als an den Werten. Bei Bedarf sehen wir uns die Leber auch über sogenannte mini-laparoskopische Endoskopien per Video direkt an und entnehmen dabei kleine Gewebeproben.

Die häufigste Lebererkrankung ist inzwischen die nicht-alkoholische Fettleber. Vor allem die Zunahme übergewichtiger Menschen führt zu einem dramatischen

Anstieg. In Deutschland ist etwa jeder Fünfte betroffen. Die meisten erkranken zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr. Aufgrund von Bewegungsmangel und falscher Ernährung leiden darunter mittlerweile auch viele Kinder. Das ist besorgniserregend, denn daraus kann sich ebenfalls unbemerkt eine Zirrhose entwickeln. Außerdem erhöht eine Fettleber das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Obwohl seit Jahren an der Entwicklung von Medikamenten gegen die nicht-alkoholische Fettleber geforscht wird, bleiben Diät und Sport bislang die einzigen Mittel der Wahl. Eine Pille gibt es nicht.

„Im übertragenen Sinn ist die Leber ein recht gutmütiges Organ und hält schon etwas aus.“

Man muss versuchen, Fett durch Muskeln zu ersetzen, dann erholt sich die Leber wieder. Am besten beugt man durch ausgewogene Ernährung vor, um erst gar keine Fettleber zu entwickeln.

In meiner wöchentlichen Lebersprechstunde sehe ich immer wieder Patienten, bei denen ich mich wundere, wie lange erhöhte Leberwerte achselzuckend hingenommen werden. Sicher, die Leber ist mitten im Körper, und die Werte können schon mal erhöht sein. Aber spätestens nach ein paar Monaten sollte abgeklärt werden, ob der Wert nur die Quittung für eine durchzechte Nacht oder eine schwere Erkältung ist oder ob eine andere

Ursache dahintersteht. Diese Ursachenforschung lohnt sich. Denn die Behandlungsmöglichkeiten haben sich in den vergangenen Jahren stark verbessert. Allerdings werden 80 Prozent der Infektionen erst gar nicht diagnostiziert. Dabei können auch sie zu einer Zirrhose oder sogar zu Leberkrebs führen. Das ist wirklich tragisch, denn der Behandlungserfolg stellt sich oft überraschend schnell ein. Neulich hatte ich eine Ausdauersportlerin um die 40. Sie war extrem schlapp. Die Ursache war eine autoimmune Hepatitis. Schon beim nächsten Termin fühlte sie sich ziemlich fit und konnte sogar für den nächsten Halbmarathon trainieren.

Impfung schützt vor Leberkrebs

Wo verfügbar, ist die beste Vorsorge gegen Hepatitis eine Impfung. Die Einführung der Hepatitis-B-Impfung vor ein paar Jahren hat hier bei uns bereits zu einer deutlichen Verringerung der Infektionen geführt und schützt dadurch auch vor Zirrhose und Leberkrebs.

Gegen Hepatitis C gibt es leider keine Impfung – dafür haben wir heute eine hocheffektive Behandlung, die gut verträglich ist und bei über 90 Prozent der Patienten zur Heilung führt. Die Weltgesundheitsorganisation will deshalb diese Erkrankung bis 2030 eliminieren. Mein Ziel wäre, dass wir das hier bei uns schon früher schaffen. Mit Unterstützung des Landratsamts arbeiten wir deshalb an einem Projekt, das die Behandlung auch in Gefängnissen und unter Drogenabhängigen verfügbar machen soll, weil dort

besonders viele Menschen betroffen sind, die wiederum andere anstecken können.

Auch bei der Zirrhose stehen die Chancen viel besser als noch vor ein paar Jahren. Lange dachte man, die Schäden seien irreparabel. Gegen die Zirrhose an sich gibt es zwar nach wie vor kein Medikament, aber inzwischen wissen wir, dass sich die Vernarbungen weitgehend auflösen, wenn wir die Ursache behandeln. Es hilft also, abzunehmen, keinen Alkohol mehr zu trinken beziehungsweise die Viruserkrankung zu behandeln. Je eher, desto besser.

Die Leber ist keine Diva

Natürlich werde ich als Leberarzt oft zum Thema Alkohol gefragt. Ich betone dann immer, dass Alkoholmissbrauch häufig nicht die Ursache von Lebererkrankungen ist. Ich finde das ganz wichtig, denn Patienten mit Lebererkrankungen werden regelrecht stigmatisiert. Das führt dazu, dass die Betroffenen nur ungern über erhöhte Leberwerte sprechen. Dabei hätte die Leber wirklich mehr Aufmerksamkeit verdient. Unsere Leber ist Klärwerk und Kraftwerk zugleich. Trotzdem sollte man beim Alkoholkonsum vorsichtig sein. Denn grundsätzlich ist Alkohol immer schädlich. Wie immer macht aber die Dosis das Gift – ich plädiere deshalb für eine gewisse Großzügigkeit.

Im übertragenen Sinn ist die Leber ein recht gutmütiges Organ und hält schon etwas aus. Sie ist keine Diva wie die Bauchspeicheldrüse und auch nicht so

nervös wie das Herz. Die Leber macht erst mal ihren Job und spielt sich nicht so in den Vordergrund. Aber man muss ihr auch Zeit geben, sich zu erholen. Wer erhöhte Leberwerte hat, sollte mit Alkohol daher sehr vorsichtig sein und seine Werte genau im Auge behalten. Menschen mit einer chronischen Lebererkrankung sollten Alkohol komplett meiden.

Viele Menschen legen inzwischen ganz bewusst regelmäßig alkoholfreie Tage oder einen ‚trockenen‘ Januar ein. Das schadet natürlich nicht. Viel wichtiger aber wäre es, ab einem Alter von 35 oder 40 Jahren ein paar Cent in die Bestimmung der Leberwerte zu investieren. Dadurch würden sich viele Todesfälle verhindern lassen. Wer gerne reist, sollte sich neben Hepatitis B unbedingt ebenfalls gegen Hepatitis A impfen lassen. Auch wenn dieser sogenannte Leberschnupfen nicht zu den gefährlichen chronischen Leberleiden zählt, kann die Infektion sehr unangenehm sein. So ein Souvenir kann man sich wirklich ersparen.“

Prof. Dr. Marcus Schuchmann ist Ärztlicher Direktor des Konstanzer Klinikums. Außerdem leitet der Gastroenterologe und Hepatologe die I. Medizinische Klinik sowie das Leberzentrum Konstanz. Er hat unter anderem in New York, San Francisco und Israel geforscht und gearbeitet und zahlreiche Studien zum Thema Leber veröffentlicht.