

Lebererkrankungen können jeden treffen – Ist Ihre Leber gesund?

MUDR. Julius Bok, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin im AMEOS Klinikum Ueckermünde, gibt Auskunft zu wichtigen Aufgaben dieses inneren Organs.

Die Leber ist mit rund 1,5 kg ein echtes Schwergewicht. Denn sie ist das größte innere Organ des Menschen. Sie liegt im rechten Oberbauch gleich unter dem Zwerchfell in unmittelbarer Nähe zum Rippenbogen. „Die Leber ist stark durchblutet und erfüllt viele Funktionen“, erklärt MUDR. Julius Bok und verweist somit auf die Bedeutung dieses Organs. Es besteht aus Leberzellen. Der Oberarzt der AMEOS Klinik für Innere Medizin, dessen Spezialgebiet die inneren Bauchorgane sind, nennt vier Funktionen, die die Leber für ein gesundes Leben unverzichtbar machen.



Oberarzt Julius Bok
Foto: AMEOS

Die Aufgaben der Leber

„Die Leber **reguliert** den Eiweiß-, Fett- und Zuckerstoffwechsel sowie den Mineral-, Vitamin- und Hormonhaushalt im Körper. Sie wird auch als Stoffwechselchemiefabrik bezeichnet, die Stoffe ab-, um- und aufbaut“, erklärt der Mediziner. „Die Leber **produziert** aber auch“, sagt der Oberarzt. So entstehen in dem Organ lebenswichtige Proteine. Blutgerinnungsfaktoren, Zucker, Fettsäuren und das oft gescholtene, aber lebenswichtige Cholesterin werden von ihr hergestellt. Überschüssige Glukose hingegen wird in der Leber für den Notfall **gespeichert**. Diese stellt sie bei Bedarf dem Körper wieder zur Verfügung. „Das erklärt, warum wir mehrere Tage ohne Nahrung auskommen können“, erläutert Julius Bok. Auch Vitamine und Spurenelemente wie Eisen, Kupfer, Zink und Mangan speichert der menschliche Organismus in der Leber.

Ebenso ist die Leber für die

Entgiftung zuständig. Durch die Blutgefäße gelangen auch unerwünschte Stoffe in die Leber. Damit sind giftige Abbauprodukte wie Alkohol, mit der Nahrung aufgenommene Schadstoffe oder auch Medikamente gemeint. „Diesbezüglich fungiert die Leber als Filter zwischen dem Darm und dem restlichen Körper“, erklärt der Mediziner. Giftige Stoffe werden entweder über die Galle oder den Urin eliminiert.

„Ist die Leber krank, kann sie all diese für uns wichtigen Aufgaben nicht erfüllen“, schlussfolgert MUDR. Julius Bok und verweist auf Risikofaktoren, die schädlich für die Leber sein können.

Risikofaktoren für eine Lebererkrankung

Dazu gehören unter anderem der Genuss von Alkohol, ungesundes Essen, Übergewicht, Drogenkonsum, die Einnahme von Medikamenten, Diabetes, mit Schimmelpilzen vergiftete Nahrungsmittel, aber auch das Reisen, da man mit vielen anderen Menschen in Kontakt kommt und Viren eine häufige Ursache von Lebererkrankungen sind, wie vom Oberarzt zu erfahren ist. „Ob es letztlich zu einer Lebererkrankung kommt, dafür ist allerdings nicht die Menge, sondern die Dauer der Exposition entscheidend“, betont der Mediziner.

Häufige

Lebererkrankungen

„Drei der am häufigsten auftretenden Lebererkrankungen sind erstens die **Fettleber**, etwa 30 Prozent der Bevölkerung sind betroffen, zweitens eine durch



Die Leber befindet sich im rechten Oberbauch.
Foto: Adobe Stock

fühlt im Oberbauch, die Unverträglichkeit von Fett oder Alkohol, Blähungen, Durchfall oder eine verstärkte Neigung zum Schwitzen oder Frieren auf eine kranke Leber hinweisen. „Eine Früherkennung ist hier extrem wichtig“, betont der Oberarzt. So werden bei einem vom Hausarzt veranlassten Blutbild die Leberwerte automatisch geprüft. Die Behandlung richtet sich dann nach der Ursache für die Erkrankung.

Viren ausgelöste **Hepatitis (A-E)** und drittens **Gallenwegserkrankungen** wie beispielsweise ein Steinleiden, also ein Stein im Gallengang“, so der Oberarzt.

Wichtig: Bei der Fettleber unterscheidet die Medizin in eine alkoholische Fettleber, abgebauter Alkohol lagert sich in Form von Fett ab, und in eine nicht-alkoholische Fettleber. Ursächlich für eine nicht-alkoholische Fettleber können eine einseitige kalorienreiche Ernährung, Störungen des Fettstoffwechsels (z. B. Fettsucht oder Übergewicht), Typ-2-Diabetes, hormonelle Erkrankungen oder manche Darmkrankheiten sein.

Symptome bei einer Lebererkrankung

Die Leber an sich schmerzt nicht, doch einige unspezifische Symptome können schon früh auf eine Lebererkrankung hinweisen. „So ist Müdigkeit der Schmerz der Leber“, erklärt Julius Bok. Außerdem können Lustlosigkeit, Leistungsschwäche, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Völlegefühl nach dem Essen, ein Druckge-

Prävention

Kann man gegen Steine im Gallengang zwar häufig nicht präventiv tätig werden, da die Ursachen u. a. genetisch sind, so besteht die Möglichkeit, sich vor einigen Hepatitis-Viren durch eine Impfung zu schützen, erklärt Julius Bok.

Um nicht an einer Fettleber zu erkranken, empfiehlt es sich unter anderem, Alkohol nur in kleinen Mengen zu verzehren, sich ausgewogen und vitaminreich zu ernähren, sich ausreichend zu bewegen und Übergewicht zu vermeiden. Außerdem sollte bei Diabetes-Typ-2-Patienten der Blutzucker gut eingestellt sein und Menschen, die Medikamente einnehmen, sollten diese regelmäßig überprüfen lassen. Dank der außerordentlichen Regenerationsfähigkeit der Leber und guter Behandlungsmöglichkeiten ist die Prognose bei Lebererkrankungen in den meisten Fällen sehr gut, gibt der Oberarzt mit auf den Weg. „Im Spätstadium ist die Prognose allerdings schlecht und kann bis zur Transplantation führen.“

Von Uta Hertzfeldt