

Presseinformation

21. November 2016 / 3 Seiten

Lebkuchen im September, Glühwein im November und dann noch der Gänsebraten – das ist zu viel für die Leber

Die Energieversorger in Deutschland nennen es die "Gänsebratenspitze", wenn der Energieverbrauch am ersten Weihnachtsfeiertag auf circa 480 Millionen Kilowattstunden ansteigt – für die Zubereitung des Festessens ist der Stromverbrauch in deutschen Haushalten um rund ein Drittel höher als an normalen Tagen. Und die normalen Tage sind hierzulande schon ab Mitte September nicht mehr „normal“: In den Supermärkten füllen Zimtsterne, Dominosteine und Lebkuchen bereits fast vier Monate vor Weihnachten die Regale. Und die Kunden nehmen das verfrühte zusätzliche Süßigkeiten-Angebot gerne an. Doch dieses „früher und mehr“ an Fettem und Süßem ist für die Leber gefährlich. Die Deutsche Leberstiftung weist auf die Gefahren einer Fettleber und der daraus resultierenden Leberentzündung hin, die zu lebensgefährlichen Folgen wie Leberzirrhose und Leberzellkrebs führen kann.

Nicht nur Kirchen und heimische Esstische sind an den Weihnachtstagen voll: Auch in den Notaufnahmen der deutschen Krankenhäuser ist vom 24. bis zum 26. Dezember viel zu tun. Neben Herzproblemen gehören Bauchschmerzen und Probleme mit Galle oder Leber zu den häufigsten Gründen für einen weihnachtlichen Arztkontakt.

Gefährlich wird es, wenn regelmäßig zu viel Fett und Süßes auf dem Speiseplan steht. Durch vermehrte Fettablagerung in den Leberzellen kann eine „Fettleber“ entstehen. Diese

kann sich dann entzünden (Fettleberhepatitis). Dazu gehören die durch Alkoholkonsum verursachte „alkoholische Leberentzündung“ und die „Nicht-alkoholische Fettleberentzündung“. Aus der chronischen Leberentzündung kann sich eine Leberfibrose (Bindegewebsvermehrung) entwickeln, die eine Leberzirrhose (Vernarbung der Leber) und Leberzellkrebs zur Folge haben kann.

Professor Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, ist besorgt: „Die Nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) ist eine typische Lebensstilerkrankung und verursacht wie alle Lebererkrankungen meistens keine oder nur unspezifische Symptome. Sie ist mittlerweile die häufigste Lebererkrankung in Deutschland und hat eine steigende Tendenz. Jeder dritte Bundesbürger über 40 hat bereits eine Fettleber – der erste Schritt zur Fettlebererkrankung.“

Die Deutsche Leberstiftung warnt vor der Kombination weihnachtlicher Schlemmereien und wenig Bewegung. Die Zahl übergewichtiger Menschen wächst und speziell das Fett in der Bauchregion gilt als ein wichtiger Risikofaktor. Bereits jedes dritte adipöse Kind hat eine nicht-alkoholische Fettleber und von den jungen Typ 2-Diabetikern fast jeder Zweite. Auch schlanke Erwachsene kann es treffen: Circa 15 Prozent haben trotz Normalgewichts eine NAFLD. Die Erkrankung „Fettleber“ ist ein Massenphänomen. Viele wissen nichts davon, denn eine kranke Leber schmerzt meistens nicht.

„Die frühzeitige Diagnose einer Lebererkrankung kann die Leber und letztendlich auch Leben retten. Je früher die Diagnose gestellt wird, desto besser lassen sich Erkrankungen der Leber durch Änderung des Lebensstils oder Medikamente behandeln“, betont Professor Manns. Eine regelmäßige Kontrolle der Leberwerte beim Hausarzt gibt Klarheit. Sind die Leberwerte (GPT, GOT und GGT) erhöht, kann eine rechtzeitig gestellte Diagnose eine Behandlung bereits im Frühstadium einer Lebererkrankung sicherstellen.

Für die kommende Vorweihnachtszeit empfiehlt die Deutsche Leberstiftung das Genießen in Maßen, einen Winterspaziergang anstatt Glühwein auf dem Weihnachtsmarkt und einen Kaffee statt des Verdauungsschnapses – denn über Kaffee freut sich die Leber.

10 Jahre Deutsche Leberstiftung

Die Deutsche Leberstiftung befasst sich mit der Leber, Lebererkrankungen und ihren Behandlungen. Sie hat das Ziel, die Patientenversorgung durch Forschungsförderung und eigene wissenschaftliche Projekte zu verbessern. Durch intensive 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 für Betroffene und Angehörige sowie für Ärzte und Apotheker in medizinischen Fragen. Diese Aufgaben erfüllt die Stiftung seit ihrer Gründung vor zehn Jahren sehr erfolgreich. Weitere Informationen: www.deutsche-leberstiftung.de.



BUCHTIPP: „Das Leber-Buch“ der Deutschen Leberstiftung informiert umfassend und allgemeinverständlich über die Leber, Lebererkrankungen, ihre Diagnosen und Therapien – jetzt in dritter, aktualisierter und erweiterter Auflage! „Das Leber-Buch“ ist im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-89993-899-9, € 16,99.

Weitere Informationen: www.deutsche-leberstiftung.de/Leber-Buch.

Kontakt

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