

Presseinformation

4. April 2022 / 3 Seiten

Deutsche Leberstiftung zum Weltgesundheitstag: Bewegung ist gut für die Leber und für das Klima

Mit dem Weltgesundheitstag stellt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) jährlich am 7. April ein globales Gesundheitsproblem in den Fokus der Öffentlichkeit. Mit dem diesjährigen Motto „Our planet, our health“ werden die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesundheit thematisiert. Anlässlich des diesjährigen Aktionstages weist die Deutsche Leberstiftung auf das große Gesundheitsproblem der nicht-alkoholischen Fettleber bei Kindern und Erwachsenen hin. Nicht-alkoholische Fettlebererkrankungen (NAFLD) sind häufig durch mehr Bewegung vermeidbar – was in vielen Fällen auch einen positiven Effekt auf die Umwelt hat. Somit kann Gesundheitsschutz auch Klimaschutz bewirken.

„Die Zahl an übergewichtigen und fettleibigen (adipösen) Erwachsenen und Kindern steigt. Übergewicht und Adipositas begünstigen die Entstehung einer nicht-alkoholischen Fettleber (NAFL), die das Risiko für weitere schwere Lebererkrankungen und Leberzellkrebs erhöhen kann“, erläutert Prof. Dr. Michael P. Manns, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung, und ergänzt: „Zwar steigt die Häufigkeit von Übergewicht und Adipositas mit dem Alter an, doch eine aktuelle Studie belegt, dass die Gewichtsprobleme bei den meisten Betroffenen schon im frühen Erwachsenenalter beginnen. Übergewicht, das in der Kindheit entwickelt wurde, wird meistens ein Leben lang beibehalten und häufig vergrößert. Deswegen ist es von großer Bedeutung, dass Gesundheitsförderung und Vorbeugung so früh wie möglich im Leben ansetzen und die Kinder und Jugendlichen in ihren Lebenswelten erreichen. Es ist eine dringende, gesamtgesellschaftliche Aufgabe, deren Wichtigkeit durch

die Corona-Pandemie verdeutlicht wurde. In vielen Staaten weltweit – auch in Deutschland – in denen Gesundheitsprävention vernachlässigt wurde und die Risikofaktoren Übergewicht und Fettleibigkeit stark verbreitet sind, starben und sterben besonders viele Menschen.“

Dass in Deutschland die politischen Rahmenbedingungen für eine gesundheitsförderliche Ernährung größtenteils fehlen, zeigen die Forschungsergebnisse einer Studie der Ludwigs-Maximilians-Universität München und des Leibniz-Instituts für Präventionsforschung und Epidemiologie. Das größte Potenzial für Reformen sieht das Autorenteam in diesen Maßnahmen: qualitativ hochwertige, gebührenfreie Schul- und Kitaverpflegung, eine gesundheitsförderliche Mehrwertsteuerreform, eine Herstellerabgabe auf zuckerhaltige Softdrinks, eine Regulierung von Kinder-Lebensmittelmarketing und gesundes Essen in öffentlichen Einrichtungen.

Die Deutsche Leberstiftung und auch deutsche Fachgesellschaften für Adipositas- und Kindermedizin machen seit vielen Jahren auf die steigende Zahl fettleibiger Kinder aufmerksam. Mit Übergewicht und Adipositas assoziiert ist auch bei Kindern die nicht-alkoholische Fettlebererkrankung, die mittlerweile die häufigste chronische Lebererkrankung im Kindes- und Jugendalter ist. Die nicht-alkoholische Fettleber macht sich bei Kindern wie auch bei Erwachsenen am Anfang nur in seltenen Fällen bemerkbar, doch auch ohne Krankheitssymptome ist sie ein großes Gesundheitsrisiko. Während sich bei den meisten Lebererkrankungen ein Leberzellkrebs aus der Leberzirrhose entwickelt, muss dies bei der Fettleber nicht der Fall sein. Bei fast 50 Prozent der Fettleber-bedingten Krebsfälle litten die Patienten vorher offensichtlich nicht an einer Leberzirrhose, sondern an einer Fettleberentzündung. Bei Kindern und Erwachsenen mit deutlichem Übergewicht sollte regelmäßig die Lebergesundheit überprüft werden. Sind die Leberwerte im Blut (GPT, GOT und GGT) erhöht, ist dies möglicherweise ein Hinweis auf eine Lebererkrankung.

„Die nicht-alkoholische Fettleber ist ein vermeidbares Gesundheitsproblem und auch eine bereits geschädigte Leber kann in einem frühen Stadium der Verfettung durch einen veränderten Lebensstil positiv beeinflusst werden. Die empfohlene Therapie zielt in erster Linie auf eine Lebensstil-Veränderung mit einer Ernährungsumstellung und mehr Bewegung ab – die zusätzlich noch einen weiteren positiven Effekt hat: Neben der Lebergesundheit profitiert auch das Klima davon, wenn beispielsweise vom Auto aufs Fahrrad umgestiegen oder eine kurze

Strecke statt mit dem E-Roller zu Fuß bewältigt oder die Treppe als Alternative zum Aufzug genutzt wird. So bekommt das Motto „Our planet, our health“ eine weitere Bedeutung. Bewegung ist gut für die Gesundheit und die Umwelt“, betont Prof. Manns.

Die Deutsche Leberstiftung bietet eine aktuelle Kurzbroschüre zum Thema „Leber und Fett“ mit Informationen und Therapie-Empfehlungen für Betroffene und Angehörige an.

Bestellmöglichkeiten und Download auf der Serviceseite unter www.deutsche-leberstiftung.de.

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. Weitere Informationen zur Stiftung unter www.deutsche-leberstiftung.de. Auf der Website finden Sie unter anderem umfangreiche Informationen sowie Bildmaterial für Betroffene, Interessierte, Angehörige der Fachkreise und Medienvertreter.



BUCHTIPP: Jetzt in der vierten, aktualisierten und erweiterten Auflage: „Das Leber-Buch“ informiert umfassend und allgemeinverständlich über die Leber, Lebererkrankungen, ihre Diagnosen und Therapien. Es ist im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3043-7, € 19,99 [D]. Weitere Informationen: www.deutsche-leberstiftung.de/Leber-Buch. Sie können ein Rezensionsexemplar per Mail an asche@humboldt.de (Frau M. Asche) anfordern.

Kontakt

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