

Wenn die Leber gelb sieht

- Verschiedene Formen der Hepatitis und wie man sie behandeln kann

Dr. med. univ. Julia Wachter-Welzl

Das Wichtigste auf einen Blick

Die **Leber** (griech. Hepar) stellt das zentrale **Stoffwechselorgan** des menschlichen Körpers dar, ihre Aufgaben umfassen die Verwertung und Bereitstellung von Nährstoffen, die direkte und indirekte Produktion und Stimulation von verschiedenen Proteinen und Hormonen, sowie den Abbau und die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten über die Galle.

Kommt es zu einer **Entzündung der Leber** (griech. Hepatitis) so kann dies über einen akuten oder chronischen Prozess zur **Beeinträchtigung dieser Leberfunktionen** führen. Bei sogenannten fulminanten Verläufen kann es dadurch zum **Leberversagen** kommen. Chronisch fortbestehende Entzündungen können dagegen einen **Umbaureiz** für die Leber darstellen und zur Verfettung (Steatose), Versteifung (Fibrose) oder sogar Vernarbung (Zirrhose) führen.

Die möglichen Ursachen für eine solche Entzündung reichen von **Viren**, welche die Leber direkt (Hepatitis Virus A, B, C, D, E) oder indirekt befallen, **Bakterien**, **Stoffwechsel-assoziierten** (metabolischen) Problemen (z.B.: Fettleberhepatitis), **autoimmunologischen Prozessen** bis hin zu **toxischen Stimulationen** aus der Umwelt (Medikamente, Alkohol etc.).

Die Symptomatik bei Hepatitis kann – abhängig von der auslösenden Ursache, der Dauer der Erkrankung und der Aktivität – von **asymptomatischen** Verläufen, allgemeinen Symptomen wie **Müdigkeit und Gewichtsverlust**, **Schmerzen im rechten Oberbauch** bis hin zu schwerwiegenden Verläufen mit **Zeichen der Leberinsuffizienz** variieren. Diese Leberinsuffizienzzeichen sind **Beinödeme**, Zunahme des **Bauchumfanges** durch Wassereinlagerungen (Aszites), **Juckreiz**, **Verfärbung von Körperausscheidungen oder Gelbfärbung** von Haut und dem Weiß der Augen (Ikterus).

Das können Sie selbst tun

Wie in beinahe allen Bereichen der Medizin gilt „**Prävention ist besser als Intervention**“. Viele Formen – insbesondere der infektiösen – Hepatitis können durch Schutz- und Verwaltungsmaßnahmen bzw. auch Impfungen verhindert werden. Gegen **Hepatitis A und B Viren** sind **Impfungen** verfügbar, welche auch in den Empfehlungen der WHO inkludiert sind. Da der Großteil der infektiösen (sowohl viralen als auch bakteriellen) Erreger entweder über **Blut oder Körperflüssigkeiten bzw. direkt oder indirekt über verunreinigte Nahrungsmittel oder Trinkwasser** übertragen werden haben **Hygiene-Maßnahmen** oberste Priorität. Vermeiden Sie besonders auf Reisen in Gebiete mit hoher Infektionsdichte (Informationen über das **Tropeninstitut** verfügbar) ungekochte Speisen, Getränke mit Eiswürfeln, Obst oder Gemüse, das nicht geschält wird und führen Sie eine konsequente **Händedesinfektion** durch. Bei sexuellen Kontakten jeglicher Art sollte eine **physikalische Barriere (Kondom etc.)** verwendet werden.

Sollte bereits eine **chronische Form der Hepatitis (B oder C)** vorliegen, so ist es wichtig nach Stellung der Diagnose **Personen im engen Familienverbund zu testen** um sie bei fehlender Infektion zu immunisieren bzw. ausreichend vor einer Infektion zu schützen. Sollten Sie unter einer chronischen Hepatitis B leiden so sind verschiedene **antivirale Medikamente** verfügbar, um die Teilung und somit das Virus selbst im Blut zu unterdrücken. Bei Hepatitis C sind mittlerweile seit 2016 verschiedene antivirale Medikamente (DAAs) verfügbar, welche bei guter Verträglichkeit in über 90% der Fälle zur Heilung der Erkrankung führen.

Eine gesunde, ausgewogene Kost, vor allem die sogenannte „**Mediterrane Diät**“ in **Kombination mit regelmäßiger körperlicher Aktivität** und einer aktiven Kontrolle des Körpergewichts, können die Entwicklung einer Fettlebererkrankung verhindern, verzögern aber auch bei bereits bestehender Erkrankung zu einer signifikanten Verbesserung führen.

Alkohol sollte, wie alle legalen Sucht- und Genussmittel, **verantwortungsvoll konsumiert** werden. Ein solcher **risikoarmer Konsum** bedeutet für Frauen 1 Standarddrink (= 0,3l Bier oder 0,175l Wein) pro Tag an max. 5 Tagen die Woche, für Männer sind 2 Standarddrinks in diesem Zeitraum erlaubt. Abhängig von der genetischen Veranlagung, bei zusätzlich bestehender Medikation bzw. bei bereits bestehenden Lebererkrankungen kann aber eine absolute Alkoholabstinenz notwendig sein.

Da Medikamente oft erst in der Kombination durch Enzymreaktionen zu entscheidenden Nebenwirkungen führen, ist es wichtig insbesondere Ihren Hausarzt aber auch jeden anderen Kollegen, bei der **Verschreibung neuer Medikamente über bestehende Dauermedikationen zu informieren**. Auch verschiedene **Nahrungsmittel bzw. Nahrungsergänzungsmittel und Naturheilstoffe** (z.B.: Johanniskraut, Grapefruitsaft, Lakritze etc) können die Wirkung und Nebenwirkung vieler Medikamente beeinflussen.

Um asymptomatische Lebererkrankungen zu identifizieren sollte im Rahmen der **jährlichen Gesundenuntersuchung** eine Bestimmung der sogenannten Leberwerte erfolgen. Bei erhöhten Werten sollte eine weiterführende Abklärung initial mittels einer **Ultraschalluntersuchung** und, in Abhängigkeit der Höhe und des Musters der Leberwerterhöhung und der Anamnese auf Risikofaktoren **weiterer Blutuntersuchungen** (Serologie, Autoantikörper, Wiederholung nach Lebensstiloptimierung etc.) ergänzt werden.

Die meisten Lebererkrankungen können dadurch identifiziert werden, bei unklaren oder unzureichenden Ergebnissen kann ggf. eine umfangreiche **internistische und hepatologische Abklärung** bis hin zur Leberpunktion notwendig sein.

Im Volksmund wird häufig „die Hepatitis“ fälschlicherweise ausschließlich mit Infektionserkrankungen und Gelbsucht gleichgesetzt. In der Realität umfasst die Diagnose der Hepatitis viele verschiedene Erkrankungen, Verlaufsformen und damit auch verbundene Therapieoptionen. Der Allgemeinmediziner oder Facharzt für Innere Medizin Ihres Vertrauens kann Sie sowohl bzgl. der Vorsorge und Gesundenabklärung beraten als auch bei Bedarf eine entsprechende weiterführende Diagnostik und medikamentöse Therapie einleiten. Bei speziellen Fragen oder „Problemfällen“ ist eine Überweisung an die Fachambulanz zur weiteren Betreuung möglich.

OÄ. Dr. med. univ. Julia Wachter-Welzl

II. Medizinische Abteilung für Gastroenterologie, Hepatologie und Onkologie
Landesklinikum Mistelbach-Gänserndorf, Liechtensteinstraße 67, 2130 Mistelbach