

# Ein wachsendes Problem im Bauch

Nicht nur gequälte Gänse, auch immer mehr Menschen in westlichen Ländern haben eine Fettleber

VON MARTINA FREI

Bei Feinschmeckern ist sie begehrt, von Tierschützern geächtet und für Ärzte ein wachsendes Problem: die Fettleber. Nicht nur Gänse leiden – gezwungenermassen – am Gestopftwerden, auch Menschen tun dies – freiwillig – in zunehmendem Mass.

«Die Fettleber ist eine Volkskrankheit», stellt Jean-François Dufour fest, Chefarzt Hepatologie am Berner Inselspital. Rund 40 Prozent der Erwachsenen hierzulande hätten eine verfettete Leber, schätzt Dufour, der kürzlich an einer Ärztesfortbildung am Aarauer Kantonsspital zu dem Thema referierte.

Bereits bei 10 bis 17 Prozent der Kinder und Jugendlichen in westlichen Ländern ist das lebenswichtige Organ zu fett. Sogar bei einem sechs Monate alten Baby, das bei einem Unfall starb, fanden Pathologen schon Zeichen der Leberverfettung.

Erkennen lässt sie sich am besten unter dem Mikroskop: Enthalten mindestens fünf Prozent der Leberzellen Fettbläschen, sprechen die Ärzte von Fettleber. Wenn diese nicht durch reichlichen Alkoholkonsum verursacht ist, heisst es im Fachjargon NAFLD – übersetzt «nicht alkoholische Fettleber-Erkrankung». Nur von ihr ist hier die Rede.

Dieses Problem werde mit jeder Generation grösser, prophezeit Dufour. Davon zeugen Erhebungen an Menschen in den letzten Jahrzehnten sowie Versuche an Mäusen: Zwei Generationen fettreiche Diät – und ihre Leber ähnelt mikroskopisch einem zerlöchernten Emmentaler Käse. Mit dem Unterschied, dass die «Löcher» voller Fettsäuren sind.

## Diabetes, hoher Blutdruck, Softdrinks, fette Nahrung

Die Hauptursache orten Mediziner im westlichen Lebensstil: je grösser der Bauchumfang, desto grösser auch die Wahrscheinlichkeit für eine Fettleber. Bis zu 90 Prozent der stark Übergewichtigen haben eine. Doch auch schlanke Menschen sind dagegen nicht gefeit: In einer schwedischen Studie hatten 15 Prozent der Personen mit NAFLD normales Gewicht.

Fettreiche Ernährung, fruktosereiche Softdrinks, erhöhter Blutdruck, erhöhte Fettwerte

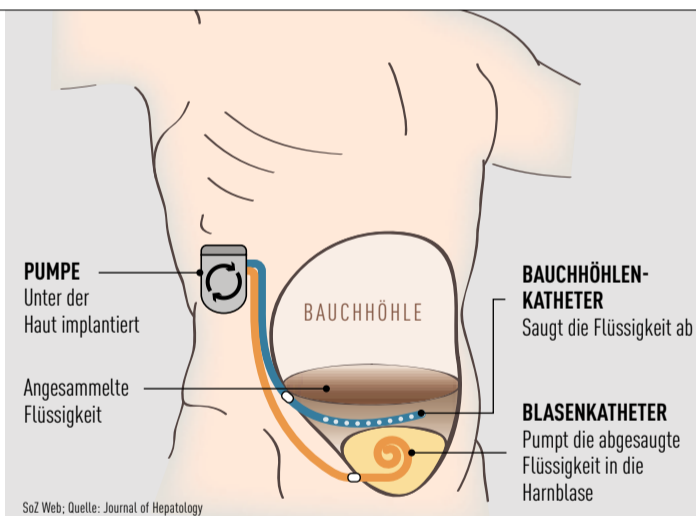


Die nicht alkoholische Fettleber-Erkrankung ist bei Tier und Mensch verbreitet: Traditionelle Stopfleber-Produktion in Frankreich

## Leberzirrhose – eine Pumpe hilft, die Bauchhöhle vom Wasser zu befreien

Bei einer Leberzirrhose steigt der Druck in den Blutgefässen der Leber. Zudem produziert das Organ weniger Eiweiss. Dies und weitere Faktoren bewirken, dass Flüssigkeit aus den Blut- und Lymphgefässen in die Bauchhöhle «ausgepresst» wird. Etwa die Hälfte der Patienten mit Leberzirrhose bekommt im Lauf von zehn Jahren eine solche Bauchwassersucht (Aszites). In schweren Fällen muss alle ein bis zwei Wochen der Bauch punktiert werden, um – im Extremfall – bis zu 20 Liter Flüssigkeit auszuleiten. Manchen Patienten kann ein Röhrchen eingesetzt werden, das Blut an der Leber vorbei leitet.

Die Zürcher Firma Sequana Medical hat neu eine Pumpe entwickelt, die den Aszites in die Blase pumpt, sodass es mit dem Urin ausgeschieden wird. Bisher wurden in der Schweiz 19 «Alfapumpen» eingesetzt, europaweit 155. Das Gerät ist kleiner als ein iPod und wird täglich durch die Haut



Soz Web, Quelle: Journal of Hepatology

von aussen aufgeladen. Dabei übermittelt es Daten zur Temperatur, Fördermenge und zum Druck im System. Um Infektionen vorzubeugen, bekommen alle Patienten ein Antibiotikum. «Bei der Entwicklung gab es anfangs eine ganze Serie von Komplikationen», sagt der Leberspezialist Andrea De Gottardi vom Berner Inselspital. Diese seien jetzt aber behoben. «Die Patienten

sind zufrieden.» Zusammen mit Bauchchirurgen hat De Gottardi 18 Patienten damit versorgt. Mit rund 28000 Franken kostet die Pumpe etwa so viel wie fünf bis zwölf Monate Bauchpunktionen. Schwere Kranke können das Gerät gratis über einen Innovationsfonds am Berner Inselspital erhalten. Denkbar ist der Einsatz auch bei Aszites wegen Herzschwäche oder Krebs.

und Diabetes sind weitere Faktoren, welche die Leberverfettung stark begünstigen. Etwa 50 Prozent der Typ-2-Diabetiker tragen eine Fettleber im Bauch – nur wissen es die wenigsten. Denn sie tut nicht weh, und meist passiert nichts Schlimmes. Auch die Leberwerte im Blut sind zunächst oft normal.

In rund jeder fünften Fettleber aber kommt es zur «nicht alkoholischen Fett-Hepatitis» (Nash), einer Entzündung, die allmählich zum Untergang der Leberzellen führt. Etwa jeder Dritte mit Nash bekommt eine Leberzirrhose: Wo zuvor Fremdstoffe entgiftet und lebenswichtige Eiweisse hergestellt wurden, ersetzt nun zunehmend Bindegewebe die Leberzellen. Mit dieser Entzündung verdoppelt sich auch das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle (von 7,5 auf 16 Prozent); die Gefahr eines Todes an Leberversagen oder -krebs steigt von 0,2 auf 2,8 Prozent.

«Nash ist in den USA inzwischen der dritthäufigste Grund für eine Lebertransplantation», sagt Dufour. Mit zwei Prozent sind diese Zahlen in Europa

noch bedeutend tiefer, aber «das wird zunehmen», prophezeit René Adam, Vorsitzender des Europäischen Lebertransplantationsregisters. In Europa nehme man im Zweifelsfall eher an, dass ein begleitender Alkoholkonsum die Ursache sei. «Nash wird vermutlich unterschätzt.»

## Es gibt nur eines: Diät und Bewegung, um abzunehmen

Bereits 2020 werde Nash im Westen wohl der Hauptgrund für Lebertransplantationen sein, schätzen die Autoren eines Fachartikels in «Nature Review Gastroenterology & Hepatology».

Doch wie erkennt man diejenigen mit NAFLD, die Ungemach erwartet? Ultraschallaufnahmen unterschätzen das Ausmass der Fettleber eher, MRIs sind teuer, und die Entnahme einer Gewebeprobe – die beste Diagnostik – ist risikobehaftet.

Forscher suchen deshalb nach Merkmalen im Blut, die Prognosen ermöglichen. Auch spezielle Ultraschall- oder MRI-Untersuchungen werden entwickelt.

Für die Praxis rät Dufour primär zu Blutuntersuchung und Taschenrechner. «Der NAFLD Fibrose Score lässt sich bei drei von vier Patienten errechnen. Er sagt in 90 Prozent der Fälle richtig voraus, wer eine starke Leberzirrhose bekommen wird», sagt der Spezialist. In diese Berechnung fliessen unter anderem die Leberwerte ein, das Alter und der Body-Mass-Index. Fällt das Ergebnis ungünstig aus, hilft – zumindest bei Übergewichtigen – nur eines sicher: Diät, Abnehmen und mehr Bewegung.

Medikamentös behandeln lassen sich NAFLD und Nash kaum. «Am besten belegt ist bisher, dass Vitamin E helfen kann», resümiert Dufour. Auch Blutdrucksenkung und Diabetesbehandlung nützen. Spezielle Medikamente hingegen gibt es nicht. «Wir müssen noch genauer verstehen, was sich in der Leber auf molekularer Ebene abspielt», sagt Maria Chiara Magnone, Biomarker-Projektleiterin bei Roche.

Derzeit werden zwar mehrere neue Wirkstoffe in Studien erprobt, laut der Pharmaberaterfirma Globaldata ist – wenn überhaupt – jedoch frühestens 2016 mit einer Zulassung zu rechnen. Der Markt dafür wächst täglich.

## WECHSELWIRKUNG VON ALKOHOL UND ANTIBIOTIKUM Ich nehme wegen eines bakteriellen Infekts der Atemwege das Antibiotikum Aziclav. Darf ich trotzdem Alkohol trinken?

FRAU S. R., 23 JAHRE

Verschiedene Medikamente vertragen sich schlecht mit Alkohol. Er kann zum Beispiel die dämpfende oder einschläfernde Wirkung von Beruhigungs- und Schlafmitteln, manchen Schmerzmitteln, Psychopharmaka oder Antiallergika gefährlich verstärken. Bei anderen Medikamenten (dazu zählen auch manche Antibiotika) kann der vollständige Abbau des Alkohols gehemmt sein, sodass sich Zwischenprodukte ansammeln. Diese können Beschwerden auslösen wie Übelkeit, Hitze und Rötung im Gesicht, Kopfschmerzen, allenfalls Kreislaufbeschwerden und Schwindel. Es besteht dann eine mehr oder minder ausgeprägte Unverträglichkeit von Alkohol. Aziclav gehört aber nicht zu den Antibiotika, bei denen Sie dies befürchten müssen. Allerdings vertragen Sie den Alkohol zurzeit möglicherweise allgemein schlechter, denn Sie nehmen das Medikament ja aus einem Grund ein.

DR. MED. ONLINE

## Ärzte geben Antworten

Jacqueline Buser, USZ-Ärztin



## DAUER DER ENDOKARDITIS-PROPHYLAXE

Als ich vor sechs Jahren Herzrhythmusstörungen hatte, bekam ich vom Hausarzt einen Endokarditis-Prophylaxe-Ausweis für Kinder mit mässigem Risiko. Nach einer Operation (Radiofrequenzablation) habe ich nun keine Probleme mehr. Ist dieser Ausweis jetzt noch relevant?

FRAU R. W., 22 JAHRE

Bei gewissen medizinischen Eingriffen können Bakterien ins Blut gelangen. Personen mit bestimmten Herzleiden haben dann ein erhöhtes Risiko, an einer bakteriellen Endokarditis zu

erkranken, einer seltenen, aber unter Umständen lebensbedrohlichen Entzündung der Herzinnenhaut. Vorbeugend erhalten sie darum Antibiotika. Diese Endokarditis-Prophylaxe wird hauptsächlich bei Herzleiden mit grossem Risiko für eine Endokarditis und hoher Wahrscheinlichkeit eines schlechten Verlaufs gemacht. Dies betrifft zum Beispiel Patienten mit Herzklappenersatz, bereits durchgemachter Endokarditis oder mit bestimmten angeborenen Herzfehlern. Herzrhythmusstörungen alleine sind kein Grund dafür. War Ihr Herzproblem also eine einfach zu korrigierende Herzrhythmusstörung (zum Beispiel das WPW-Syndrom) und der Eingriff «nur» eine Radiofrequenzablation, ist nun keine Endokarditis-Prophylaxe mehr nötig und der Ausweis überflüssig. Da wir die Details zu Ihrem Herzproblem und dem Eingriff nicht kennen, können wir keine konkreten Empfehlungen abgeben. Nehmen Sie besser Rücksprache mit dem Arzt, der den ganzen Verlauf kennt.

Die Fragen und Antworten stammen im Original von der medizinischen Onlineberatung des Universitätsspitals Zürich ([www.onlineberatung.usz.ch](http://www.onlineberatung.usz.ch)) und wurden redaktionell bearbeitet.