

Fettleber und Fettleberhepatitis

Autor:



heilpraktikerkurse.de
EIN ANGEBOT VON EXAMIO UND HAUG

Fettleber und Fettleberhepatitis

Zusätzlich zur Definition der Fettleber sind die Symptome und Diagnostik ebenso aufgeführt wie die schulmedizinische und naturheilkundliche Therapie.



HINWEIS

Fettleber/-hepatitis

Bei einer **Fettleber** (*Steatosis hepatis*) kann feingeweblich eine **Fetteinlagerung** in den **Leberzellen** nachgewiesen werden. Treten zusätzlich **entzündliche Infiltrate** auf, spricht man von einer **Fettleberhepatitis**.



MERKE

Leitsymptome der Fettleber

- leichtes Druck- oder Völlegefühl im rechten Oberbauch
- Abgeschlagenheit, Appetitlosigkeit, Übelkeit

Pathophysiologie

Eine Fettleber entsteht durch ein **Ungleichgewicht im Fettsäurestoffwechsel** der Leberzellen. Dies kann sehr unterschiedliche Ursachen haben.

- **Alkoholische Fettlebererkrankung:** Alkohol hat einen hohen Brennwert (= hochkalorisch). Wenn die Leber hohe Mengen an Alkohol verstoffwechseln muss, entstehen vermehrt Fettsäuren. Es kommt zur **Fettablagerung** in der Leber. Darüber hinaus hat Alkohol eine toxische Wirkung auf Leberzellen. Chronischer Alkoholkonsum kann mit der Zeit zu einer **Entzündungsreaktion** führen, die langfristig in einer Leberzirrhose enden kann. Die kritische Grenze für den täglichen Alkoholkonsum beträgt bei Männern ca. 60 g (z. B. 1 Liter Bier), bei Frauen ca. 20 g. Die toxische Wirkung des Alkohols kann jedoch durch verschiedene Faktoren erheblich gesteigert werden – z. B. zusätzliche Einnahme lebertoxischer Substanzen, genetische Disposition etc.
- **Nicht alkoholische Fettlebererkrankung:** Auch eine Überernährung kann zu einer Fettleber führen. Dies ist häufig bei einem metabolischen Syndrom – d. h. der Kombination aus abdominaler Fettleibigkeit, Bluthochdruck, erhöhten Blutfetten und Insulinresistenz – der Fall. Ein metabolisches Syndrom kann mit einem Diabetes mellitus Typ 2 assoziiert sein. Darüber hinaus kann eine Fettleber im Rahmen einer Schwangerschaft entstehen oder durch **lebertoxische Medikamente** und Giftstoffe hervorgerufen werden.

Symptome

Patienten mit einer **Fettleber** sind häufig **beschwerdefrei**. Gelegentlich klagen sie über uncharakteristische Oberbauchbeschwerden. Typisch für die Fettleber ist die Diskrepanz zwischen der **stark vergrößerten**, druckschmerzhaften **Leber** und der ansonsten schwach ausgeprägten Symptomatik.

Patienten mit akuter **Fettleberhepatitis** klagen über **Abgeschlagenheit**, Appetitlosigkeit, **Übelkeit**, Erbrechen, Gewichtsverlust und Fieber. Durch die ausgeprägte Leber- und Milzvergrößerung verspüren die Patienten **Schmerzen im Oberbauch**. Nicht selten entwickeln sich ein Ikterus und ein Aszites.

Diagnostik

Aus der **Anamnese** ergeben sich bereits Hinweise auf mögliche Ursachen – wie Alkoholkonsum, die Einnahme lebertoxischer Medikamente oder ein bekanntes metabolisches Syndrom. Bei der **körperlichen Untersuchung** ist die Leber meist vergrößert zu tasten. Die **Blutuntersuchung** zeigt meist eine Erhöhung der γ -GT und der Transaminasen. Chronischer Alkoholkonsum kann mithilfe des CDT-Wertes nachgewiesen werden (CDT = carbohydrate deficient transferrin). Außerdem entwickeln Patienten mit Alkoholkrankheit aufgrund eines Mangels an Vitamin B₁₂ und Folsäure häufig eine Anämie. In der **Sonografie** erkennt man eine stark vergrößerte Leber mit hellen Fetteinlagerung. Die **histologische** Untersuchung einer Leberbiopsie liefert weitere Hinweise.

Schulmedizinische Therapie

Fettleber und Fettleberhepatitis können sich **zurückbilden** – bei konsequentem **Verzicht** auf Alkohol und leberschädigende Medikamente, ggf. Gewichtsreduktion und (wenn vorhanden) optimale Einstellung eines Diabetes mellitus. Unbehandelt droht der Übergang in eine **Leberzirrhose**.

Naturheilkundliche Therapie

Biochemie nach Dr. Schüßler: Als Grundmittel zum Schutz des Leberparenchyms ist Nr. 6 Kalium sulfuricum D 6 geeignet. Zur Anregung der Stoffwechsellistung sind Nr. 9 Natrium phosphoricum D 6 im Wechsel mit Nr. 10 Natrium sulfuricum angezeigt.

Ernährungstherapie: Ernährungstherapeutische Maßnahmen können die Risikofaktoren einer Fettleber gut beeinflussen. Zusätzlich zur unbedingten Ausschaltung möglicher Noxen sind folgende Maßnahmen durchzuführen:

- Alkoholabstinenz
- Gewichtsreduktion bei bestehendem Übergewicht (fettarme, kalorienreduzierte Vollwertkost)
- Vermeiden von isolierten Zuckern und daraus hergestellten Produkten; Kohlenhydratzufuhr insgesamt einschränken
- Zufuhr von leicht verdaulichen Fetten mit hohem Anteil mehrfach ungesättigter Fettsäuren (kalt gepresste Pflanzenöle, z.B. Olivenöl, Rapsöl, Leinöl)

Homöopathie: Die infrage kommenden Arzneimittel haben einen organotropen Bezug zur Leber und zum Verdauungstrakt, z.B. Arsenicum album, Chelidonium, China, Lycopodium, Sulfur.

- **Arsenicum album:** bei vergrößerter Leber, die Beschwerden bessern durch warme Anwendungen, sie verschlechtern sich nach Mitternacht und durch kalte Luft.
- **Chelidonium:** wird angewendet bei Leber- und Gallenblasenerkrankung, es bestehen starke, einschnürende, krampfartige Schmerzen, die in das rechte Schulterblatt ausstrahlen. Die Beschwerden bessern sich durch warme Getränke, Linksseitenlage mit hochgezogenen Beinen.
- **China:** Die Leber ist vergrößert und hart, die Beschwerden verschlechtern sich durch jegliche Berührung der Leber, Druck der Kleidung; fette Speisen, Obst, Bier; Wundheitsschmerz.
- **Lycopodium:** bei akuten und chronischen Leberbeschwerden mit Verdauungsstörungen/Blähungen/Flatus, Zirrhose, Aszites. Die Beschwerden bessern sich durch warme Getränke.
- **Sulfur:** kommt zur Anwendung bei chronischer Hepatitis, Fettleber, Alkoholleber, die Beschwerden verschlimmern sich morgens, durch Wetterumschwung.

Phytotherapie: Die **Mariendistel** ist die wichtigste „Leberpflanze“, v.a. bei toxischen

Leberschädigungen: Der Wirkstoffkomplex Silymarin stimuliert die Regeneration der Leberzelle, zudem verringert er den quälenden Meteorismus und wirkt als Radikalfänger präventiv und kurativ. Bevorzugt einzusetzen sind Fertigpräparate. Zur Anwendung kommen ebenfalls phytotherapeutische Zubereitungen aus **Artischocke**. Sie wirken v.a. leberregenerierend und -schützend, indem sie die Durchblutung der Leber steigern und die Leberzellmembranen gegenüber exogenen Noxen schützen. Schafgarbente kann für feuchtwarme Leberwickel eingesetzt werden. Dadurch wird die Leber in ihrer Entgiftungsfunktion unterstützt.

<https://www.heilpraktikerkurse.de>

Stand: 20.09.2019