

7 VORWORT**9 DIE LEBER – DAS KRAFTWERK DES KÖRPERS**

- 10 Ohne Leber kein Leben!
- 14 Ein Depot für alle Fälle
- 15 Wie eine Kläranlage
- 16 Ein wichtiges Anhängsel
- 17 Leber und Hormone
- 17 Leber sorgt für Toleranz
- 19 Die Regenerationskünstlerin

21 LEBERERKRANKUNG – DIE UNTERSCHÄTZTE VOLKSKRANKHEIT

- 22 Der Feind Nummer eins
- 24 Die Hepatitis
- 24 Die Leberzirrhose
- 26 Wie schütze ich meine Leber?

29 IST MEINE LEBER KRANK?

- 31 Die Blutwerte
- 34 Bildgebende Verfahren
- 34 Sonografie
- 35 Computertomografie (CT)
- 36 Kernspintomografie
- 36 Magenspiegelung
- 36 Laparoskopie
- 36 Endoskopisch retrograde Cholangiopankreatikografie (ERCP)
- 38 Elastografie
- 39 Die Leberbiopsie

41 WAS PASSIERT, WENN MEINE LEBER KRANK IST?**42 Die akute Hepatitis****43 Die chronische Hepatitis****44 Die Leberzirrhose****46 Ösophagusvarizen (Krampfadern in der Speiseröhre)****47 Aszites (Bauchwassersucht)****48 Hepatische Enzephalopathie****51 Der Leberzellkrebs****54 Das Gallengangkarzinom****55 WAS MACHT MEINE LEBER KRANK?****WAS KANN MAN DAGEGEN TUN?****56 Fettleber****58 Fünf Viren greifen an: Hepatitis A, B, C, D, E****59 Hepatitis A****59 Hepatitis B****61 Hepatitis C****63 Hepatitis D****64 Hepatitis E****65 Wenn zu viel gespeichert wird****65 Eisen****65 Kupfer****66 Wenn das Immunsystem Amok läuft****68 Gefäßerkrankungen der Leber (vaskuläre Erkrankungen)****69 Achtung Gifte!****70 Gallensteine****71 Gallenstau**

**73 DIE LEBERTRANSPLANTATION –
OFT DIE LETZTE CHANCE AUF HEILUNG!**

74 Die Transplantation

75 Gerechte Verteilung

77 Pro Organspende

78 Die Nachsorge

78 Die Leberzelltherapie

79 LEBERERKRANKUNGEN UND ERNÄHRUNG

82 Die Nährstoffe der Nahrung

82 Kohlenhydrate – Turbo für den Körper

82 Eiweiße – auch für Leberkranke wichtig

82 Fette – weniger ist mehr

**83 Vitamine und Mineralstoffe – wichtig für eine ausgewogene
Ernährung**

84 Übergewicht – Hauptursache des Übels

85 Wie viel Energie brauchen wir?

85 Richtige Ernährung bei Lebererkrankungen

85 Richtige Ernährung bei Fettleber

85 Richtige Ernährung bei Hepatitis

86 Richtige Ernährung bei Leberzirrhose

87 Richtige Ernährung bei Ösophagusvarizen

87 Richtige Ernährung bei Aszites

87 Richtige Ernährung bei Morbus Wilson

87 Richtige Ernährung bei Hämochromatose

88 Richtige Ernährung bei Gelbsucht und Cholestase

88	Was sonst noch wichtig ist
88	Richtig trinken
89	Multivitamine
90	Freiverkäufliche Arzneimittel
91	WIR FORSCHEN FÜR SIE
92	Grundlagen
94	Prognose für die Fettleber
95	Für bessere Therapien
96	Komplikationen verhindern
96	Kommt die „künstliche Leber“?
97	Stammzellen
98	Die Forschungslandschaft
98	Das HepNet Study-House
101	GESCHICHTEN, DIE DIE LEBER SCHREIBT
102	Tim Plegge: Meine Geschichte
107	Oliver Schafheutle: Schleichende Verschlechterung
113	50 FRAGEN ZU LEBERERKRANKUNGEN
137	DEUTSCHE LEBERSTIFTUNG – IHR PARTNER FÜR DIE GESUNDHEIT
138	Die Deutsche Leberstiftung und das „Kompetenznetz Hepatitis“
139	Netzwerk

139	Gremien
142	Information und Beratung
143	Aufklärung tut Not
144	Forschungsvernetzung
144	Forschungsförderung
145	Unterstützung
146	ANHANG
146	Glossar
151	Hilfe – denn Sie sind nicht allein!
151	Selbsthilfegruppen
151	Informationsmaterial
151	Telefonsprechstunde
151	Website
152	Lebertest
158	Danksagung
159	Register

»Mit diesem Buch gehen wir einen neuen Weg, um Menschen für die Themen Leber und Lebererkrankungen zu interessieren. Dieses Buch sollte eine Pflichtlektüre für alle mit erhöhten Leberwerten sein.«

Prof. Dr. Michael P. Manns,
Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung