

7 VORWORT

9 DIE LEBER – DAS KRAFTWERK DES KÖRPERS

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

19 LEBERERKRANKUNG – DIE UNTERSCHÄTZTE VOLKSKRANKHEIT

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

27 IST MEINE LEBER KRANK?

- 29 Die Blutwerte
- 33 Bildgebende Verfahren
- 33 Sonografie
- 34 Computertomografie (CT)
- 34 Kernspintomografie
- 34 Magenspiegelung
- 34 Laparoskopie
- 36 Endoskopisch retrograde Cholangiopankreatikografie (ERCP)
- 37 Elastografie
- 37 Die Leberbiopsie

39 WAS PASSIERT, WENN MEINE LEBER KRANK IST?

- 40 Die akute Hepatitis
- 41 Die chronische Hepatitis
- 42 Die Leberzirrhose
- 44 Ösophagusvarizen (Krampfadern in der Speiseröhre)
- 45 Aszites (Bauchwassersucht)
- 46 Hepatische Enzephalopathie
- 50 Der Leberzellkrebs
- 53 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
- 68 Wenn zu viel gespeichert wird
- 69 Wenn das Immunsystem Amok läuft
- 70 Lebererkrankungen bei Kindern
- 74 Seltene Lebererkrankungen
- 77 Gefäßerkrankungen der Leber (vaskuläre Erkrankungen)
- 78 Achtung Gifte!
- 79 Gallensteine
- 80 Gallenstau
- 82 Juckreiz

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

- 84 Die Transplantation**
- 85 Gerechte Verteilung**
- 87 Pro Organspende**
- 88 Die Nachsorge**
- 88 Die Leberzelltherapie**

89 LEBERERKRANKUNGEN UND ERNÄHRUNG

- 92 Die Nährstoffe der Nahrung**
- 92 Kohlenhydrate – Turbo für den Körper**
- 92 Eiweiße – auch für Leberkranke wichtig**
- 92 Fette – weniger ist mehr**
- 93 Vitamine und Mineralstoffe – wichtig für eine ausgewogene Ernährung**
- 94 Übergewicht – Hauptursache des Übels**
- 95 Wie viel Energie brauchen wir?**
- 95 Richtige Ernährung bei Lebererkrankungen**
- 95 Richtige Ernährung bei Fettleber**
- 95 Richtige Ernährung bei Hepatitis**
- 96 Richtige Ernährung bei Leberzirrhose**
- 97 Richtige Ernährung bei Ösophagusvarizen**
- 97 Richtige Ernährung bei Aszites**
- 97 Richtige Ernährung bei Morbus Wilson**
- 97 Richtige Ernährung bei Hämochromatose**
- 98 Richtige Ernährung bei Gelbsucht und Cholestase**

- 98 **Was sonst noch wichtig ist**
- 98 Richtig trinken
- 99 Multivitamine
- 100 **Freiverkäufliche Arzneimittel**
- 101 **WIR FORSCHEN FÜR SIE**
- 102 **Grundlagen**
- 104 Prognose für die Fettleber
- 105 Für bessere Therapien
- 106 Komplikationen verhindern
- 107 Kommt die „künstliche Leber“?
- 107 Stammzellen
- 108 **Die Forschungslandschaft**
- 108 Das HepNet Study-House
- 111 **GESCHICHTEN, DIE DIE LEBER SCHREIBT**
- 112 Tim Plegge: Meine Geschichte
- 117 Oliver Schafheutle: Schleichende Verschlechterung
- 122 Monika Müller: Alles begann 1977
- 127 **60 FRAGEN ZU LEBERERKRANKUNGEN**
- 151 **DEUTSCHE LEBERSTIFTUNG –
IHR PARTNER FÜR DIE GESUNDHEIT**
- 152 Die Deutsche Leberstiftung und das
„Kompetenznetz Hepatitis“
- 153 Forschungsvernetzung

- 153 **Forschungsförderung**
- 153 **Wissenschaftliche Projekte**
- 154 **Netzwerk**
- 155 **Gremien**
- 157 **Information und Beratung**
- 159 **Aufklärung tut Not**
- 159 **Politische Aktivitäten**
- 160 **Unterstützung**

- 161 **ANHANG**
- 161 **Glossar**
- 167 **Hilfe – denn Sie sind nicht allein!**
- 167 **Selbsthilfegruppen**
- 167 **Informationsmaterial**
- 167 **Telefonsprechstunde**
- 167 **Website**
- 168 **Lebertest**
- 174 **Danksagung**
- 175 **Register**