

ASPEKTE

PKP BBDO

Nr. 37 / STAND SEPTEMBER 2009

Wie können Sie Leberprobleme vermeiden?

Die Leber hat die Fähigkeit zur Selbstheilung. Wenn sie jedoch ständig beeinträchtigt wird, verliert sie diese Fähigkeit, und es treten dauerhafte Schäden auf. Es gibt Maßnahmen, die Ihre Lebergesundheit stärken.

Hepatitis-Infektionen

Falls Sie noch nicht gegen Hepatitis A und B geimpft sind, sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt fragen, ob Sie diese Impfungen bekommen können. Wenn Sie nicht mit Hepatitis B oder C koinfiziert sind, vermeiden Sie Kontakt mit Blut oder Injektionsnadeln bzw. benutzen Sie Kondome beim Geschlechtsverkehr. So verringern Sie Ihr Risiko einer Infektion mit den Hepatitisviren. Achten Sie bei einer Hepatitis-Koinfektion auf regelmäßige Untersuchungen und die kontinuierliche Einnahme Ihrer verordneten Medikamente.

Medikamente

Falls Ihre antiretrovirale Medikation Leberschäden verursacht, können Sie eventuell auf andere Medikamente umgestellt werden. Stellen Sie aber die Einnahme Ihrer aktuellen Medikamente keinesfalls selbstständig ein. Informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt immer auch über weitere Medikamente, die Sie einnehmen.

Alkohol/Drogen

Versuchen Sie, Ihren Alkoholkonsum auf die empfohlenen Richtwerte zu beschränken. Wenn Sie Drogen nehmen, muss Ihnen bewusst sein, dass diese Ihre Leber schädigen können. Lassen Sie sich beraten, wie Sie persönlich am besten damit umgehen können.

Übergewicht

Übergewicht belastet Ihre Leber und kann zu Schäden führen. Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige körperliche Betätigung, um ein für Sie günstiges Gewicht zu erhalten. Fragen Sie um Rat, es können Ihnen vielleicht z.B. ErnährungsberaterInnen empfohlen werden.

Können Lebererkrankungen behandelt werden?

Es gibt Behandlungsmöglichkeiten bei Leberproblemen. Als ersten Schritt sollten Sie einen möglichen Alkohol- oder Drogenkonsum stark reduzieren. In Absprache mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt können leberschädigende Medikamente abgesetzt oder in der Dosis reduziert werden. Wenn Sie mit Hepatitisviren koinfiziert sind, kann Ihre HIV-Therapie erneut geprüft werden. Dies stellt sicher, dass Sie die optimale Behandlung erhalten und gleichzeitig Ihre HIV-Medikamente nicht die Hepatitis-Behandlung beeinflussen. Eine Infektion mit dem Hepatitis B-Virus kann mit oral einzunehmenden antiviralen Medikamenten behandelt werden. Da einige dieser Wirkstoffe gleichzeitig gegen HIV wirken, ist die Hepatitis B-Behand-

lung meist Bestandteil der HIV-Therapie, es sei denn, bei Ihnen ist keine HIV-Therapie erforderlich. Eine Hepatitis C-Infektion wird mit dem antiviralen Wirkstoff Ribavirin in Kombination mit Interferon behandelt. Die Therapie erstreckt sich, abhängig von Ihrem persönlichen Therapieerfolg, über 24 bis 72 Wochen und kann sehr belastend sein. Bei Leberzirrhosen im fortgeschrittenen Stadium kann eine Organtransplantation in Betracht gezogen werden. Eine gesunde Leber ist nicht nur für Ihre generelle Gesundheit und Ihr Immunsystem wichtig. Sie garantiert auch, dass Ihre HIV-Therapie optimal wirkt. Informieren Sie sich daher, wie Sie Ihre Leber ganz allgemein unterstützen können.

Dieser Folder ersetzt nicht das Gespräch mit einem Arzt/einer Ärztin.

Kontakte

Steirische AIDS-Hilfe
AIDSHILFE OBERÖSTERREICH
AIDS-Hilfe Tirol
aidsHilfe Kärnten
Aidshilfe Salzburg
AIDS-Hilfe Vorarlberg
Aids Hilfe Wien

Tel: 0316/81 50 50
Tel: 0732/21 70
Tel: 0512/56 36 21
Tel: 0463/55 128
Tel: 0662/88 14 88
Tel: 05574/46 5 26
Tel: 01/599 37

Homepage der AIDS-Hilfen Österreichs <http://www.aidshilfen.at>
Impressum: © Die AIDS-Hilfen Österreichs, 2009
Text: Mag.ª Birgit Leichsenring
Gestaltung: PKP BBDO Werbeagentur GmbH
Drucklegung mit freundlicher Unterstützung durch Gilead Sciences.

ASPEKTE
ASPEKTE

HIV und Leber

Die AIDS-Hilfen
Österreichs 

ASPEKTE

„HIV und Leber“

Allgemeine Informationen zu Ihrer Leber

Die Leber liegt rechts neben dem Magen und ist mit durchschnittlich 1,5 kg das zentrale Organ des menschlichen Stoffwechsels. Sie ist sozusagen die „Chemiefabrik“ Ihres Körpers und hat viele wichtige Aufgaben. Sie wandelt Nährstoffe aus der Nahrung um, speichert Fette, Zucker sowie Vitamine und reguliert damit den Nährstoff-

gehalt Ihres Blutes. In der Leber werden die für die Verdauung notwendige Gallenflüssigkeit und Komponenten des Immunsystems produziert. Hier werden Stoffwechselprodukte und Giftstoffe abgebaut und ausgeschieden. Auch Alkohol und die meisten Medikamente werden in der Leber verarbeitet und abgebaut.

Welche Arten von Lebererkrankungen gibt es?

Es gibt verschiedene Arten von Lebererkrankungen. Sie haben unterschiedliche Ursachen, ziehen jedoch meist die gleichen Symptome bzw. Spätfolgen nach sich. Virale Lebererkrankungen werden durch Infektionen (meistens Hepatitisviren) hervorgerufen. Bei HIV-positiven Menschen treten am häufigsten Leberprobleme in Folge einer Infektion mit Hepatitisviren auf (siehe Aspekte Nr. 11 „HIV/Hepatitis Koinfektion“). Toxische Erkrankungen entstehen durch Alkohol, natürliche oder industrielle Gifte, Medikamente oder Drogen. Autoimmunerkrankungen beruhen auf einer gegen den eigenen Körper gerichteten Reaktion des

Immunsystems. Stoffwechselerkrankungen sind oft genetisch bedingt, können aber auch bei starkem Übergewicht oder Diabetes auftreten. Unabhängig von der Ursache kann das Gewebe der Leber vernarben (Fibrose) bzw. in weiterer Folge absterben (Zirrhose). Unter Umständen entwickelt sich sogar Leberkrebs. Unbehandelt kann Leberversagen auftreten und sogar eine Transplantation notwendig werden. Diese Erkrankungen schreiten oft sehr langsam voran und entwickeln sich über viele Jahre. Häufig treten keine Symptome auf, bis der Leberschaden fortgeschritten ist.

Welche Risikofaktoren für Lebererkrankungen gibt es?

Es gibt Faktoren, die Ihre Leber langfristig gesehen beeinträchtigen können, wie z.B. eine Hepatitisinfektion, einige opportunistische Infektionen im Zusammenhang mit AIDS, Diabetes oder angeborene Erkrankungen. Weiters gibt es jedoch auch Risikofaktoren, die Sie selber beeinflussen bzw. mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mildern können. Dazu gehören die Einnahme von einigen verschreibungspflichtigen, aber auch rezeptfreien Medikamenten sowie

Wie wird eine Lebererkrankung festgestellt?

Meist dauert es sehr lange, bis Symptome auftreten. Da die Leber an sich kaum Schmerzen verursacht, sind viele der Beschwerden sehr allgemein. Es ist also schwierig, einen Leberschaden allein anhand von Symptomen zu identifizieren. Häufig vorkommende Merkmale sind Müdigkeit, Übelkeit, dunkler Urin oder eine Veränderung des Stuhls. Typisch ist auch das

die häufige Einnahme von Antibiotika. Auch Übergewicht, einige Nahrungsergänzungsmittel (z. B. Kava Kava) oder zu hohe Mengen an Vitamin A sind ungünstig. Starker Alkohol- und Drogenkonsum sind besonders schlecht für die Leber. Fragen Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt, ob solche Faktoren auf Sie zutreffen. Sicher können Sie gemeinsam Schritte setzen, Ihre Lebergesundheit zu unterstützen

Neben einer Blutuntersuchung kann mit einem speziellen Ultraschallgerät, dem sogenannten Fibroscan, die Vernarbung der Leber gemessen werden. Unter Um-

ständen ist eine Biopsie (Entnahme einer Gewebeprobe) notwendig, um den Zustand Ihrer Leber zu bewerten.

Informieren Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt, wenn Sie Symptome, wie z.B. auffällige Müdigkeit bemerken. Besprechen Sie mit ihr/ihm, ob weitere Tests notwendig sind, und lassen Sie sich die Ergebnisse erklären. Auch Ihre lokale AIDS-Hilfe berät Sie gerne, sollten Sie Fragen haben.

Leber und HIV – welchen Zusammenhang gibt es?

Die Leber ist für jeden Menschen ein zentrales Organ, das viele entscheidende Aufgaben übernimmt. Wenn Sie HIV-positiv sind, ist die Leber besonders wichtig, weil sie auch viele der antiretroviralen Medikamente verarbeitet. Leider sind einige dieser Wirkstoffe hepatotoxisch, d.h. sie können die Leber schädigen und ihre Funktion damit beeinträchtigen (siehe Aspekte Nr. 5 „Nebenwirkungen der Kombinationstherapie“). Die meisten dieser medikamentenverursachten Probleme sind aber reversibel, wenn das „schuldige“ Medikament abgesetzt oder

seine Dosis reduziert wird. Die Mehrheit der Lebererkrankungen bei Menschen mit HIV werden jedoch durch Hepatitis B- und C-Viren (siehe Aspekte Nr. 11 „HIV/Hepatitis Koinfektion“) verursacht. Insbesondere wenn Sie neben der HIV-Infektion auch eine Hepatitis-Infektion haben, ist es essentiell, auf Ihre Lebergesundheit zu achten. Denn durch das beeinträchtigte Immunsystem kann eine Schädigung Ihrer Leber schneller voranschreiten. Durch eine Hepatitis-Infektion kann zusätzlich die Hepatotoxizität Ihrer HIV-Medikamente verstärkt werden.