

## Presseinformation

8. Juni 2026 / 4 Seiten

---

# Deutsche Leberstiftung zum Global Fatty Liver Day: Fettlebererkrankungen oft unterschätzt

Anlässlich des *Global Fatty Liver Day* am 11. Juni ruft die Deutsche Leberstiftung zu mehr Aufmerksamkeit für Fettlebererkrankungen (Steatotische Lebererkrankung, SLD) auf. Unter dem internationalen Leitgedanken „Act now“ macht der vom *Global Liver Institute* (GLI) initiierte Aktionstag seit 2018 auf eine der weltweit häufigsten, aber oft lange unentdeckten chronischen Lebererkrankungen aufmerksam. Am *Global Fatty Liver Day* kommen Patienten, medizinische Fachkreise, Forschende sowie gesundheitspolitische Akteure weltweit zusammen, um Bewusstsein zu schaffen und Maßnahmen zur Verbesserung von Prävention, Früherkennung und Versorgung voranzutreiben.

Die Steatotischen Lebererkrankungen gelten inzwischen als stille weltweite Epidemie. Da Beschwerden häufig fehlen oder nur unspezifisch ausgeprägt sind, bleibt die Erkrankung trotz ihrer stark zunehmenden Verbreitung oft lange unerkannt. Nach Angaben des GLI werden bis zum Jahr 2030 weltweit schätzungsweise 357 Millionen Menschen von einer Fettlebererkrankung betroffen sein.

Die gesundheitlichen Folgen reichen dabei weit über die Leber hinaus: Mehr als 70 Prozent der Betroffenen leiden zusätzlich an Adipositas (Fettleibigkeit), bis zu 75 Prozent an Typ-2-Diabetes und viele Patienten an Fettstoffwechselstörungen. Damit zählt die Fettlebererkrankung zu den bedeutenden Risikofaktoren für schwere kardiometabolische Folgeerkrankungen. Unbehandelt kann sie zu Leberzirrhose, Leberzellkrebs (Hepatozelluläres Karzinom, HCC) und schließlich zur Notwendigkeit einer Lebertransplantation führen.

Auch in Deutschland ist die Fettlebererkrankung mittlerweile die häufigste chronische Lebererkrankung. Rund ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung ist betroffen – häufig ohne es zu wissen. Besonders alarmierend: Auch bei Kindern und Jugendlichen wird zunehmend eine Fettlebererkrankung diagnostiziert.

### **Metabolisches Syndrom als Hauptrisikofaktor für die Lebergesundheit**

Zu den Hauptursachen einer Fettlebererkrankung zählt das „Metabolische Syndrom“, eine Kombination aus Übergewicht, Bluthochdruck, (Prä-)Diabetes und Fettstoffwechselstörung. Diese Faktoren können die Ansammlung von Fett in der Leber fördern, ein breites Spektrum von Leberschäden umfassen und beispielsweise zu einer Metabolischen dysfunktions-assoziierten steatotischen Lebererkrankung (MASLD) führen. Eine einfache Verfettung – auch einfache Steatose genannt – ist in den meisten Fällen anfangs relativ harmlos und die Leberfunktion bleibt normal. In diesem Stadium ist es noch verhältnismäßig einfach möglich, durch eine Lebensstiländerung „gegenzusteuern“: Mit Gewichtsreduktion, angepasster gesünderer Ernährung, Alkoholverzicht sowie Bewegung und Sport können sogar in einer stark verfetteten Leber die Fettansammlungen abgebaut werden.

Wenn die MASLD voranschreitet, zeigt die Leber entzündliche Veränderungen der Leberzellen (Hepatitis) und beginnende Ablagerungen von narbigen Fasern. Dieses Stadium wird als Metabolische dysfunktions-assoziierte Steatohepatitis (MASH) bezeichnet. Aus der MASH kann sich eine Leberfibrose (Bindegewebsvermehrung) und im weiteren Verlauf eine Leberzirrhose (Vernarbung der Leber) entwickeln. Aus der MASH kann sich – sogar ohne vorherige Zirrhose – ein Leberzellkrebs (HCC) entwickeln.

### **Gesunder Lebensstil als wichtigste Therapie**

Die Behandlung von MASLD und MASH setzt vor allem auf eine dauerhafte Lebensstiländerung. Zentrale Bausteine der Therapie sind gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung sowie die Behandlung von Begleiterkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck und Übergewicht. Empfohlen werden frische, ausgewogene und zuckerarme Lebensmittel, während Alkohol, stark verarbeitete Produkte und zuckerreiche Getränke möglichst vermieden werden sollten.

## Erweiterte Therapieoptionen für fortgeschrittene Fettlebererkrankung

Auch medikamentöse Therapieoptionen gewinnen zunehmend an Bedeutung. Ergänzend zu konsequenten Lebensstiländerungen stehen inzwischen erste spezifische Behandlungsansätze für die MASH zur Verfügung. Bereits seit 2025 ist Resmetirom in der Europäischen Union (EU) für ausgewählte Patientengruppen zugelassen. Damit zeichnet sich ein Paradigmenwechsel in der MASH-Therapie ab: Erstmals stehen gezielte medikamentöse Ansätze zur Verfügung, insbesondere für Betroffene mit fortgeschrittener Erkrankung, bei denen Lebensstilmaßnahmen allein nicht ausreichen. Weitere Medikamente sind in der Entwicklung und werden das therapeutische Spektrum in den kommenden Jahren erweitern.

## Wichtig: Prävention und Früherkennung von Lebererkrankungen

„Der *Global Fatty Liver Day 2026* mit dem Motto ‚Act Now‘ macht deutlich: Jetzt ist der richtige Zeitpunkt, aktiv etwas für die eigene Lebergesundheit zu tun“, erklärt Prof. Dr. Heiner Wedemeyer, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Leberstiftung. „Fettlebererkrankungen entwickeln sich oft lange unbemerkt, gehören jedoch inzwischen zu den häufigsten Lebererkrankungen und können schwerwiegende Folgen wie Leberzirrhose oder Leberzellkrebs haben. Umso wichtiger sind Prävention und Früherkennung. Ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung, regelmäßiger Bewegung, einem bewussten Umgang mit Alkohol und der Vermeidung von Übergewicht kann das Risiko deutlich senken. Schon kleine Veränderungen im Alltag haben eine große Wirkung.“ Er betont: „Wichtig ist jedoch auch die Verhältnisprävention: Dazu gehören eine verständliche Lebensmittelkennzeichnung, die Einschränkung der Vermarktung ungesunder Produkte an Kinder, frühzeitige Ernährungsbildung sowie stärkere Investitionen in Prävention und ärztliche Ausbildung. Gesundheit darf nicht allein von individuellen Möglichkeiten abhängen – wir brauchen gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen. Ebenso wichtig bleibt die Früherkennung von Lebererkrankungen und deren Folgen. ‚Act Now‘ bedeutet deshalb auch, Prävention und Früherkennung stärker in den gesundheitspolitischen Fokus zu rücken.“

Die Deutsche Leberstiftung bietet Broschüren unter anderem zu den Themen „Leber und Krebs“, „Leber und Fett“ sowie „Leber und Alkohol“ für Betroffene und ihre Angehörigen an. Bestellmöglichkeiten und Download auf der Serviceseite unter [www.deutsche-leberstiftung.de](http://www.deutsche-leberstiftung.de).

## Deutsche Leberstiftung

Die Deutsche Leberstiftung befasst sich mit der Leber, Lebererkrankungen und ihren Behandlungen. Sie hat das Ziel, die Patientenversorgung durch Forschungsförderung und eigene wissenschaftliche Projekte zu verbessern. Durch intensive Öffentlichkeitsarbeit steigert die Stiftung die öffentliche Wahrnehmung für Lebererkrankungen, damit diese früher erkannt und geheilt werden können. Die Deutsche Leberstiftung bietet außerdem Information und Beratung für Betroffene und Angehörige sowie für Ärzte und Apotheker in medizinischen Fragen. Weitere Informationen zur Stiftung unter [www.deutsche-leberstiftung.de](http://www.deutsche-leberstiftung.de). Auf der Website finden Sie unter anderem umfangreiche Informationen sowie Bildmaterial für Betroffene, Interessierte, Angehörige der Fachkreise und Medienvertreter.

## UNSERE BUCHEMPFEHLUNGEN



„Das Leber-Buch“ informiert allgemeinverständlich und umfassend über die Leber, Lebererkrankungen, Diagnosen und Therapien, 5., erweiterte und aktualisierte Auflage, 2025, im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3043-7, € 22,00 [D].



„Das große Kochbuch für die Leber“ – 122 Rezepte, Küchentipps und Regeln für eine lebergesunde Ernährung, 2., aktualisierte Auflage, 2026. Das Kochbuch ist im Buchhandel erhältlich: ISBN 978-3-8426-3100-7, € 28,00 [D].

Journalisten können für ihre Berichterstattung Rezensionsexemplare per E-Mail an [asche@humboldt.de](mailto:asche@humboldt.de) anfordern.

## Kontakt

Deutsche Leberstiftung | Bianka Wiebner | Carl-Neuberg-Straße 1 | 30625 Hannover  
Tel 0511 – 532 6815 | Fax 0511 – 532 6820 | [presse@deutsche-leberstiftung.de](mailto:presse@deutsche-leberstiftung.de)