

## Prognose der nicht-alkoholischen Steatohepatitis

### Leberfibrose muss überwacht und gegebenenfalls therapiert werden

— Bei Patienten mit nicht-alkoholischer Steatohepatitis (NASH) wird die leberassoziierte Morbidität und Mortalität vor allem durch die Leberfibrose bestimmt. Da die Leberfibrose reversibel ist, haben nicht-invasive Marker hohe Bedeutung, um die einschlägigen Leberveränderungen rasch zu erkennen und eine Therapie initiieren zu können.

Im Enhanced-Liver-Fibrosis(ELF)-Score werden z.B. die Marker TIMP-1 (Tissue Inhibitor of Metalloproteinases 1), PIIINP (Procollagen III amino-terminal Propeptide) und Hyaluronsäure kombiniert. Der Score korreliert gut mit dem Fibrosestadium. In Kombination mit der Leber-Elastografie lässt sich die Prognose der Patienten abschätzen.

#### Spezifische Therapie gegen NASH fehlt

Spezifische Behandlungsmethoden für NASH-Patienten existierten bislang nicht, erklärte Prof. Philip Newsome, Birmingham. Essenziell sei die Gewichtsreduktion: Bei Gewichtsabnahmen von 10% und mehr ist eine Regression der Leberfibrose nachweisbar. Daneben ist die Therapie von Komorbiditäten wie Diabetes mellitus, Hypertonie und Dyslipidämie wichtig.

#### Orale Antidiabetika verbessern Leberhistologie

So reduzierte nach Newsomes Angaben der DPP-4-Inhibitor Sitagliptin in einer kontrollierten Studie bei NASH-Patien-

ten mit Prädiabetes und bei neu diagnostiziertem Diabetes innerhalb eines halben Jahres das Leberfett und die Leberfibrose. Der GLP-1-Agonist Liraglutid vermindert die Insulinresistenz und die Lipotoxizität. Der SGLT2-Inhibitor Iprogliflozin verbessert die hepatische Steatose. Weitere positive Studienergebnisse liegen für die kombinierte Behandlung mit GLP-1- und Glukagonrezeptor-Agonisten vor. Nicht zuletzt hat sich der FXR-Rezeptor-Ligand Obeticholsäure histologisch günstig bei Patienten mit nichtzirrhotischer NASH ausgewirkt. ■

Dr. Thomas Meißner

▪ Symposium „Clinical Hepatology Practice in 2016: From Science to Therapy“; Birmingham, September 2016 (Veranstalter: Falk)

## Stressbedingte Erschöpfungszustände

### Anthroposophischer Ansatz lindert Beschwerden

— Die anthroposophische Medizin kann bei Menschen, die mit dem Stress im Alltag nicht mehr zurechtkommen, als Ergänzung der Schulmedizin von großem Vorteil sein, erklärte Dr. Tobias Sprenger, Medizinischer Direktor der Villavita-Tagesklinik für ganzheitliche Medizin, Köln.

Sprenger behandelt Patienten mit stressbedingten Störungen mit den anthroposophischen Arzneimitteln Neurodoron® und Calmedoron®. Neurodoron® ist eine Komposition aus potenziertem Gold, Bergkristall (Ferrum-Quarz) und Kalium phosphoricum. Das Mittel wird zur Beruhigung, Kräftigung und Stabilisierung des Nervensystems eingesetzt. Abends können die Patienten zusätzlich Calmedoron® einnehmen, das aus verschiedenen Pflanzenextrakten besteht, die insgesamt beruhigend und

schlaffördernd wirken, u. a. Hafer, Hopfen, Passionsblume und Baldrian.

#### Achtsame Lebensführung ist wichtig

Die anthroposophische Medizin hält auch Tipps zur Lebensführung bereit, die dabei helfen, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. „Es ist hilfreich, zu regelmäßigen Zeiten zu essen und zu schlafen und regelmäßige Ruhepausen einhalten“, erläuterte Sprenger. Darüber hinaus können Achtsamkeitsübungen helfen: sich auf die Gegenwart zu konzentrieren, nichts zu bewerten, Dinge nur auf sich wirken zu lassen.

Den Nutzen von Achtsamkeitsübungen belegt eine randomisierte, kontrollierte Studie mit 74 Teilnehmern: Bereits vier Wochen mit acht Einheiten führten zu einer deutlichen Reduktion von Stresssymptomen mit einem signifikan-



Gold – glänzend bei der Stabilisierung des Nervensystems.

ten Unterschied zur Kontrollgruppe [Teut M et al. Evid Based Complement Alternat Med. 2013;489856]. ■

Dr. Judith Neumaier

▪ Presse-Club „Mindful Walking: Mit Achtsamkeit dem Stress entgegen“; München, September 2016 (Veranstalter: Weleda)