



Fotos: DSO



www.lebertransplantation.eu

Kurzvortrag:

Besonderheiten in der Ernährung vor und nach einer Lebertransplantation

Seminar der BAG Selbsthilfe am 23.5.2023

Jutta Riemer

jutta.riemer@lebertransplantation.de

Tel: 07946 - 3090166

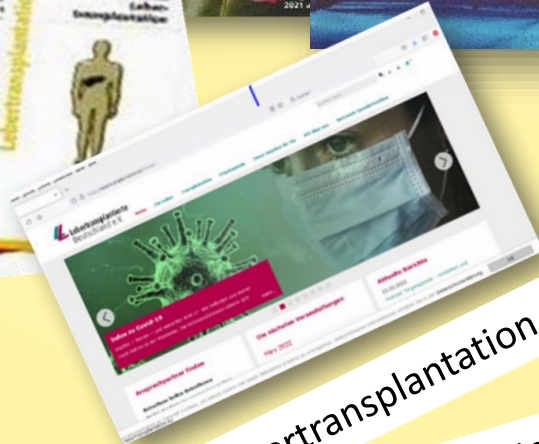


bundesweiter
Patientenselbsthilfeverband
1400 Mitglieder
Lebertransplantierte
Wartelistenpatienten
Angehörige
60 SH-Gruppen
100 Ansprechpartner
7 Koordinatoren

- Beratung persönlich, per Mail oder Telefon
- Gruppentreffen
- Seminare
- Patientenveranstaltungen
- Info Organspende
- Politisches Engage.
- Medien zur Information

Zeitschrift
Lebenslinien

Patienteninfos



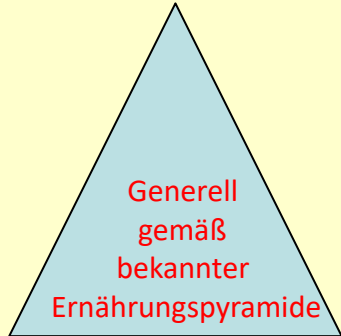
www.lebertransplantation.eu

Newsletter

Viele Lebererkrankungen führen letztendlich zur Leberzirrhose

- **Infektionserkrankungen:** Hepatitis B, C, D, E
- **Autoimmune Erkrankungen:** Autoimmunhepatitis, Gallenwegserkrankungen (PSC, PBC)
- **Erbte Krankheiten:** Morbus Wilson, Hämochromatose, weitere ...
- **Toxische Erkrankungen:** Medikamente, Alkohol, ...
- **Leberkrebs (HCC):** häufig Folge einer Zirrhose
- **Fettlebererkrankung:** NAFL, NASH, ASH

Ernährung vor der Lebertrans- plantation



Folgen einer Zirrhose:

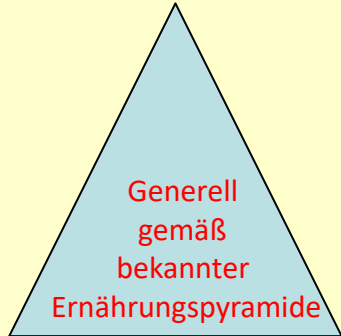
u.a.

- Eiweißabbau in der Muskulatur (Sarkopenie)
- Untergewicht
- Wassereinlagerungen (Aszites)

Besonderheiten in der Ernährung:

- Ausreichende Kalorienzufuhr
- Ausreichend Eiweißzufuhr
- Individuell nach Grunderkrankung und Ausmaß der Zirrhose:
- Ggf. Meidung von Cu, Fe,
- ggf. Flüssigkeitsreduktion
- Reduzierte Na-Zufuhr (kein Zusalzen, industrielle LM)

Ernährung nach der Lebertrans- plantation



Herausforderungen:

- Neigung zu Übergewicht
- Erhöhte Infektionsanfälligkeit durch **Immunsuppressive Medikamente**
- (z.B. Salmonellose)
- Interaktion mit Immunsuppressiva
- Nierenprobleme

Besonderheiten in der Ernährung:

- Normalisierte Stoffwechsellage!
Ausgewogene, abwechslungsreiche Kost, wenig vorgefertigte Lebensmittel ...
- Hygiene beachten. Ei, Fisch, Fleisch nur durchgegart. Salat, Gemüse, Obst gut waschen/putzen, keine Rohmilchprodukte
- Mikronährstoffbedarf: Vit. D, Mg, Ca ...
- Interaktionen von bestimmten Lebensmitteln mit Medikamenten beachten (Verzicht auf: Grapefruit, Johanniskraut, Cranberry)
- Ausreichend Flüssigkeitszufuhr



Lebertransplantierte
Deutschland e.V.

Jutta Riemer
Stv. Vorsitzende
Jutta.riemer@lebertransplantation.de
Tel: 07946 - 3090166

Über 500 geschenkte Lebensjahre
durch Organspende und Transplantation



DANKE
fürs Zuhören!