

# WAS SIE ZUM THEMA LEBERWERTE WISSEN SOLLTEN

## Leberfunktionstests: Was genau ist das?

Leberfunktionstests sind Bluttests, die zur Diagnose und Überwachung von Lebererkrankungen oder -schäden dienen. Es werden verschiedene Bluttests genutzt, um den Anteil von Fett oder Schäden in der Leber festzustellen. Getestet wird insbesondere auf:

- Alanin-Aminotransferase (ALT)
- Albumin
- Globuline
- Aspartat-Aminotransferase (AST)
- Blut-Harnstoff-Stickstoff (Blood Urea Nitrogen/BUN)
- Glomeruläre Filtrationsrate (GFR)
- Alkalische Phosphatase (ALP)
- Bilirubin
- Hämoglobin A1c (HbA1c)
- Thrombozyten-Ratio-Index
- Gamma-Glutamyltransferase (GGT)
- L-Laktatdehydrogenase (LDH)
- Prothrombinzeit (PTZ)

Da eine Lebererkrankung oft schwer zu erkennen ist, sind Labortests und Vorsorgeuntersuchungen wichtig. Nicht-invasive Instrumente können sicherer und sogar präziser sein.

Lebertests bieten uns nur eine Momentaufnahme dessen, was in Ihrem Körper vor sich geht, sie liefern nicht immer das vollständige Bild. Die Ergebnisse eines individuellen Labortests sind nicht zwingend Anlass zur Sorge. In der Regel versuchen medizinische Fachkräfte bei abnormalen Laborergebnissen Trends festzustellen. Übelkeit oder Stress können Ihre Laborergebnisse beeinflussen. Achten Sie also darauf, wie Sie sich insgesamt fühlen.

## So bereiten Sie sich auf die Labortests vor:



Flüssigkeitszufuhr ist der wichtigste Faktor. Achten Sie darauf, viel Wasser zu trinken, und zwar beginnend zwei Tage vor der Blutabnahme!



Tragen Sie bequeme Kleidung. (Am praktischsten sind Oberteile mit kurzen Ärmeln.)



Wenden Sie sich an die medizinische Fachkraft, falls Sie Fragen zu den Labortests haben. Die Referenzbereiche können je nach Alter, Geschlecht, ethnischer Zugehörigkeit und sogar je nach Labor unterschiedlich sein. Besprechen Sie dies mit der medizinischen Fachkraft!



Befolgen Sie alle Anweisungen Ihres behandelnden Arztes bzw. Ihrer behandelnden Ärztin.

---

## Was bedeuten meine Laborergebnisse?

### ALT (Alanin-Aminotransferase)

- ALT ist ein Enzym, das im Körper hauptsächlich in der Leber vorkommt. Ein Bluttest auf ALT kann Ärzten helfen, die Gesundheit Ihrer Leber zu überprüfen. Wenn Ihre Leber geschädigt ist, können die ALT-Spiegel im Blut ansteigen.<sup>1</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 7 und 56 U/L (Einheiten pro Liter).

### BUN (Blut-Harnstoff-Stickstoff)

- Ein BUN-Test misst, wie viel Harnstoff-Stickstoff sich in Ihrem Blut befindet. Dies zeigt an, wie gut Ihre Nieren arbeiten.<sup>2</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 6 und 24 mg/dl (2,1 bis 8,5 mmol/l).

### Globuline

- Dieser Test misst den Blutspiegel eines Proteins namens Globulin, das zur Bestimmung der Gesundheit des Immunsystems verwendet wird.<sup>3</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 2,0 und 3,5 g/dl (Gramm pro Deziliter) bzw. 20 und 35 g/l (Gramm pro Liter).

### AST (Aspartat-Aminotransferase)

- AST ist ein Enzym, das in Leber, Herz, Gehirn, Bauchspeicheldrüse, Nieren, Muskeln und vielen anderen Geweben im Körper vorkommt. Hohe AST-Spiegel im Blut können ein Anzeichen für eine zugrunde liegende Erkrankung sein, z. B. eine Lebererkrankung.<sup>4</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 8 und 33 U/L.

### Bilirubin

- Bilirubin ist der gelbe Farbstoff, der beim Abbau von Hämoglobin (dem Farbstoff in roten Blutkörperchen) entsteht. Niedrigere Bilirubinwerte als normal sind gewöhnlich nicht besorgniserregend, aber hohe Bilirubinwerte im Blutkreislauf können auf Probleme in der Leber oder den Gallengängen hinweisen.<sup>5</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 0,3 und 1,2 mg/dl.

## GFR (Glomeruläre Filtrationsrate)

- GFR ist die geschätzte Rate oder Zeiteinheit, innerhalb der die Nieren Blut filtern, um Giftstoffe oder Abfallstoffe zu entfernen. Die Kenntnis Ihrer GFR kann bei der Früherkennung von Nierenerkrankungen, Diabetes und anderen Gesundheitsproblemen helfen.<sup>6</sup> Eine höhere GFR weist auf eine bessere Nierenfunktion hin.
- *Referenzbereiche:* Der Durchschnitt liegt bei etwa 116 ml/min/1,7m<sup>2</sup>.

## HbA1c (Hämoglobin A1c)

- Ein HbA1c-Test ist ein Bluttest, der zeigt, wie hoch Ihr durchschnittlicher Blutzuckerspiegel in den letzten 2-3 Monaten war. Die Überwachung des Blutzuckerspiegels ist wichtig, da sie dazu beitragen kann, langfristige gesundheitliche Komplikationen wie Diabetes zu verhindern oder zu verzögern.<sup>7</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 5,7 % und 6,4%.

## ALP (Alkalische Phosphatase)

- ALP ist ein Enzym, das in der Leber, aber auch in den Nieren, Knochen und im Verdauungssystem vorkommt. Die Überwachung der ALP-Spiegel im Blutkreislauf ermöglicht die Früherkennung einer Vielzahl von gesundheitlichen Problemen, einschließlich Leber-, Knochen- und Nierenerkrankungen.<sup>8</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 44 und 147 IE/L.

## LDH (L-Laktatdehydrogenase)

- LDH ist ein wichtiges Enzym, das in Muskeln, Nieren, Leber und roten Blutkörperchen vorkommt. LDH-Tests helfen dabei, weit verbreitete Gewebeschäden im Körper zu erkennen.<sup>9</sup>
- *Referenzbereiche:* Für Personen, die bei der Geburt als männlich eingestuft wurden: 135-225 U/L (Einheiten pro Liter). Für Personen, die bei der Geburt als weiblich eingestuft wurden: 135-214 U/L.

## APRI (Thrombozyten-Ratio-Index)

- Der APRI-Test ist eine nicht-invasive Methode, um die Menge an Fibrose (Narbgewebe) in der Leber zu bestimmen. Der Test misst AST- und Thrombozytenwerte, die einen Hinweis auf den allgemeinen Gesundheitszustand der Leber geben können.<sup>10</sup>
- *Referenzbereiche:* Ein APRI von weniger als 0,5 weist auf eine gesunde Leber mit allenfalls minimaler Fibrose hin. Ein APRI von mehr als 1,5 deutet auf eine erhebliche Vernarbung des Lebergewebes oder sogar auf eine Zirrhose hin.

## PTZ (Prothrombinzeit, auch als Quick-Wert bekannt)

- Prothrombin ist ein Protein, das von der Leber produziert wird, um die Blutgerinnung zu unterstützen. Durch die Bestimmung Ihrer PTZ kann Ihr Arzt beurteilen, wie Ihr Blut gerinnt, und auf Leberprobleme prüfen.<sup>11</sup>
- *Referenzbereiche:* Wenn Ihre PTZ-Ergebnisse in Sekunden dargestellt werden, beträgt der normale Bereich 10-13 Sekunden. Wenn Ihre PTZ-Ergebnisse als International Normalized Ratio dargestellt werden, werden Werte von 1,1 oder darunter als normal betrachtet.

## Albumin

- Albumin ist ein Protein, das von der Leber produziert wird. Albumin-Bluttests helfen, Leber- und Nierenfunktionsstörungen zu erkennen.<sup>12</sup>
- *Referenzbereiche:* Normalbereiche liegen zwischen 3,5 und 5,5 g/dl.

## GGT (Gamma-Glutamyltransferase)

- GGT ist ein Enzym, das von der Leber produziert wird und in Leber, Nieren, Herz, Gehirn und Bauchspeicheldrüse vorkommt. GGT-Werte im Blut können bereits in einem sehr frühen Stadium auf Leber- oder Gallengangsprobleme hinweisen.<sup>13</sup>
- *Referenzbereiche:* 5-40 U/L (Einheiten pro Liter).

## Meine Blutbilduntersuchung wurde gerade abgeschlossen. Was passiert jetzt?

Es ist wichtig zu wissen, wann Sie mit Ihren Ergebnissen rechnen können. Die Auswertung der Ergebnisse und deren Übermittlung an Sie kann Stunden, Tage oder Wochen dauern. Wenn Ihre Ergebnisse normal sind bzw. innerhalb des Referenzbereichs liegen, setzt sich Ihre Arztpraxis möglicherweise nicht mit Ihnen in Verbindung oder kommuniziert die Ergebnisse mittels einer sicheren Nachricht über eine mobile App, telefonisch, per SMS oder per Post.

**Bitte konsultieren Sie Ihren Arzt bzw. Ihre Ärztin, wenn Ihre Laborergebnisse außerhalb des Referenzbereichs liegen oder anormal erscheinen. Schreiben Sie sich in Vorbereitung dieses Gesprächs am besten alle Fragen auf, die Sie stellen wollen.**



---

## Häufigkeit der Tests

Leberfunktionstests überwachen Schlüsselproteine und Enzyme, die anzeigen, ob die Leber richtig funktioniert. Wenn Sie anormale Symptome bemerken, sich Sorgen über Erkrankungen machen, die zu Leberfunktionsstörungen führen können, oder Medikamente einnehmen, die Ihre Leber schädigen könnten, sollten Sie Ihre Leberfunktion überprüfen lassen.

Leberfunktionstests werden im Allgemeinen von Ärzten empfohlen, wenn Symptome auftreten, die auf eine Lebererkrankung hinweisen. Diese beinhalten:

- **Gelbsucht (Gelbfärbung von Haut oder Augen)**
- **Durchfall**
- **dunkel gefärbter Urin**
- **heller Stuhl**
- **schnelles Ermüden**
- **Bauchschmerzen**
- **Übelkeit und Erbrechen**

Zusätzlich zu diesen Symptomen werden Leberfunktionstests empfohlen, wenn Sie ein hohes Risiko für eine Lebererkrankung haben (z. B. durch Einnahme bestimmter Medikamente oder aufgrund einer familiären Vorgeschichte von Lebererkrankungen usw.). Da es keine spezifischen Richtlinien bezüglich der Häufigkeit oder der Tests oder des Alters für eine Vorsorgeuntersuchung gibt, sollten Sie die für Sie optimale Häufigkeit der Tests mit Ihrem behandelnden Arzt besprechen.

## Wichtige Fragen, die Sie Ihrem behandelnden Arzt stellen sollten:

1. Wie oft sollte ich ein Blutbild erstellen lassen?
2. Meine Labortests liegen außerhalb des Referenzbereichs, was muss ich jetzt tun?
3. Sind meine aktuellen Laborwerte besorgniserregend? Wenn ja, was kann ich tun, um sie zu verbessern?
4. Soll ich weitere Untersuchungen durchführen oder warum brauche ich wiederholt Untersuchungen?
5. Werden meine Laborwerte durch meine Ernährung oder die Einnahme von Medikamenten beeinflusst?
6. Wie wirken sich andere Erkrankungen auf meine Leberwerte aus?
7. Wenn meine Ergebnisse normal sind, bedeutet das, dass ich mir keine Sorgen machen muss?





[www.globalfattyLiverday.com](http://www.globalfattyLiverday.com)  
#fattyLiverday @globalliver



**Global Liver Institute (GLI)** is a 501(c)3 nonprofit organization founded in the belief that liver health must take its place on the global public health agenda commensurate with the prevalence and impact of liver illness. GLI promotes innovation, encourages collaboration, and supports the scaling of optimal approaches to help eradicate liver diseases. Operating globally, GLI is committed to solving the problems that matter to liver patients and equipping advocates to improve the lives of individuals and families impacted by liver disease. GLI is the global host of **Global Fatty Liver Day**.

*This content is intended to provide helpful health information to the general public. This content is not intended or implied to be a substitute for professional medical advice, diagnosis, or treatment.*

Veröffentlicht 2024

## Verweise

1. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22028-alanine-transaminase-alt>
2. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/blood-urea-nitrogen/about/pac-20384821>
3. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22365-globulin-blood-test>
4. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22147-aspartate-transferase-ast>
5. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/bilirubin/about/pac-20393041>
6. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/21593-estimated-glomerular-filtration-rate-egfr>
7. <https://medlineplus.gov/lab-tests/hemoglobin-a1c-hba1c-test/>
8. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22029-alkaline-phosphatase-alp>
9. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22736-lactate-dehydrogenase-ldh-test>
10. <https://www.webmd.com/hepatitis/what-is-apri-score>
11. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/prothrombin-time/about/pac-20384661>
12. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22390-albumin-blood-test#results-and-follow-up>
13. <https://medlineplus.gov/lab-tests/gamma-glutamyl-transferase-ggt-test/>