



So gesund ist Ihre Leber! Testen Sie sich selbst:

Wie alt sind Sie?

unter 40	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	über 60 Jahre	<input type="checkbox"/>	2 Punkte
bis 60 Jahre	<input type="checkbox"/>	1 Punkt			

Wie ist Ihr Body-Mass-Index (siehe Tabelle Seite 2)?

19-25	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	31 bis 40 oder unter 19	<input type="checkbox"/>	4 Punkte
Bis 30	<input type="checkbox"/>	1 Punkt	über 40	<input type="checkbox"/>	3 Punkte

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein?

nein	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	ja, mehrere Medikamente	<input type="checkbox"/>	2 Punkte
ja, 1 Medikament	<input type="checkbox"/>	1 Punkt			

Treiben Sie regelmäßig Sport?

nein	<input type="checkbox"/>	2 Punkte	mehrmals wöchentlich	<input type="checkbox"/>	0 Punkte
gelegentlich	<input type="checkbox"/>	1 Punkt			

Wie hoch ist Ihr Alkoholkonsum?

Unter 1 Glas Bier/Wein täglich	<input type="checkbox"/>	0 Punkte			
Bis 2 Gläser (Frauen) bzw. 3 Gläser (Männer) Bier/Wein täglich	<input type="checkbox"/>	2 Punkte			
Mehr bzw. auch hochprozentiger Alkohol	<input type="checkbox"/>	4 Punkte			

Wie hoch ist Ihr Kaffeekonsum?

Bis zu 2 Tassen täglich	<input type="checkbox"/>	1 Punkt	über 2 Tassen täglich	<input type="checkbox"/>	0 Punkte
-------------------------	--------------------------	---------	-----------------------	--------------------------	----------

Sind Sie gegen Hepatitis B geimpft?

ja	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	nein	<input type="checkbox"/>	2 Punkte
weiß nicht	<input type="checkbox"/>	1 Punkt			

Wie riskant ist Ihr Sexualverhalten?

nur mit demselben Partner bzw. immer mit Kondom	<input type="checkbox"/>	0 Punkte			
gelegentlich mit wechselnden Partnern und ohne Kondom	<input type="checkbox"/>	2 Punkte			
häufig mit wechselnden Partnern und ohne Kondom	<input type="checkbox"/>	4 Punkt			

(Achtung: z.B. Hepatitis B kann sexuell übertragen werden!)

Haben Sie ein Druckgefühl im rechten Oberbauch?

nein	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	häufig	<input type="checkbox"/>	3 Punkte
gelegentlich	<input type="checkbox"/>	1 Punkt			

Haben Sie folgende Symptome schon einmal bemerkt?

- | | |
|---|--|
| 1. Spinnenförmige Äderchen auf der Haut | 3. Gelbfärbung der Augen oder der Haut (Gelbsucht) |
| 2. glänzende Rötung der Handinnenfläche | 4. Dauerhafter und starker Juckreiz |

Nein keines der Symptome	<input type="checkbox"/>	0 Punkte	2 Symptome	<input type="checkbox"/>	6 Punkte
1 Symptom	<input type="checkbox"/>	3 Punkte	mehr als 2 Symptome	<input type="checkbox"/>	12 Punkte

Ihre Gesamtpunktzahl:

Auswertung:

0-7 Punkte: Sie gehören vermutlich nicht zu dem Personenkreis, der durch Lebererkrankungen gefährdet ist.

8-11 Punkte: Ihr Risiko ist nach Ihren Angaben gering bis mäßig ausgeprägt. Lebererkrankungen verursachen oft keine oder nur undeutliche Beschwerden. Eine Lebererkrankung, z.B. eine virusbedingte Hepatitis (Hepatitis B oder C), kann ohne eindeutige Symptome verlaufen, und Spätfolgen treten oft erst nach mehr als 20 Jahren auf. Deshalb ist es bei einem Risiko – wenn Sie z.B. erhöhte Leberwerte haben/hatten und/oder eine Blutübertragung vor 1992 bekommen haben – sinnvoll, eine Untersuchung auf eine Virushepatitis vornehmen zu lassen. Auch bei starkem Übergewicht oder regelmäßigem, erheblichen Konsum von Alkohol sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

12-16 Punkte: Sie haben ein Risiko für eine Lebererkrankung. Sie sollten bald einen Arzt aufsuchen. Insbesondere wenn Sie bereits typische Symptome haben, wie z.B. eine Gelbsucht und/oder dauerhaft erhöhte Leberwerte. Jetzt ist wichtig: Verzichten Sie auf Alkohol!

Ab 17 Punkten: Achtung! Sie haben ein hohes Risiko, eine Lebererkrankung zu erleiden. Sie sollten umgehend einen Arzt aufsuchen.