

6 mln Polaków ma niealkoholowe stłuszczenie wątroby

20 listopada 2018

Niealkoholowe stłuszczenie wątroby występuje już u 6 mln Polaków, choroba ta powoli zajmuje miejsce wirusowych zapaleń wątroby jako najważniejszej choroby w hepatologii – alarmuje dr n. med. Jan Gietka z Wojewódzkiego Szpitala Zakaźnego w Warszawie.

Jeszcze niedawno wśród schorzeń wątroby przeważały zakażenia tego narządu, głównie wirusowe zapalenie wątroby typy B i C. Zakażenia te występują jednak coraz rzadziej. W przypadku wirusowego zapalenie wątroby typu B jest to zasługa upowszechnienia szczepień przeciwko temu zakażeniu. Nie ma szczepionki chroniącej przed wirusowym zapaleniem wątroby typu C, ale od kilku lat stosowany jest wyjątkowo skuteczny lek, który u niemal wszystkich chorych doprowadza do całkowitego wyleczenia.

Dr Jan Gietka ostrzega, że wzrost zachorowań z powodu niealkoholowego stłuszczenia wątroby (NAFLD) związany jest z epidemią otyłości, cukrzycą typu drugiego oraz tzw. zespołem metabolicznym (objawiającym się wzrostem poziomu lipidów, glukozy oraz ciśnienia tętniczego krwi).

Stłuszczenie określane jest jako zwiększone odkładanie tłuszczu w obrębie komórek wątrobowych. Szacuje się, że obecnie w Polsce aż 6 mln osób cierpi z powodu tej choroby. W Europie choroba ta może występować nawet co piątej dorosłej osoby.

„Objawy NAFLD są zazwyczaj niezauważalne bądź mało charakterystyczne, takie jak ogólne złe samopoczucie, zaburzenia snu, zmęczenie, zaburzenia koncentracji, brak

apetytu” – wyjaśnia dr Gietka. Niektóre osoby – dodaje specjalista – odczuwają dyskomfort w prawym podżebrzu, jednak zazwyczaj nieodczuwalny jest ból wątroby, dlatego też wielu pacjentów nie zdaje sobie sprawy z występowania choroby.

Wątroba jest jednym z najważniejszych narządów w organizmie człowieka, w którym rozkładane są toksyny i przemianie ulegają węglowodany, tłuszcze, białka, hormony, substancje odżywcze oraz leki. Ma ona tę wyjątkową zaletę, że potrafi się regenerować, jednak zdolności te są ograniczone i narząd ten może ulec zwłóknieniu.

Dr Gietka wyjaśnia, że podstawowym budulcem błon otaczających komórki tego organu są fosfolipidy, stanowiące blisko 65 proc. składu wątroby. Hamują one procesy włóknienia w wątrobie oraz mają korzystne działanie przeciwmiażdżycowe. Dodatkowo uczestniczą w trawieniu tłuszczów i wchłanianiu rozpuszczonych w nich witamin, zmniejszają także zdolności agregacyjne płytek krwi oraz zwiększają elastyczność krwinek czerwonych, dzięki czemu poprawiają przepływ krwi.

Fosfolipidy mają zdolność wbudowania się w uszkodzone części błon komórkowych wątroby i uzupełniania powstałych „luk”, tym samym przyspieszając jej regenerację. Proces ten jest jednak bardzo powolny.

Dr Gietka przekonuje, że aby uniknąć niealkoholowego stłuszczenia wątroby, trzeba przede wszystkim zadbać o zdrowy styl życia, czyli kontrolować masę ciała oraz być aktywnym fizycznie. Dla coraz większej grupy osób jest to jednak poważny kłopot.

Według World Obesity Federation, w 2025 r. aż 2,7 mld ludzi, czyli co czwarta osoba na świecie, może cierpieć z powodu nadwagi lub otyłości. W Polsce nadwagę lub otyłość ma już 64 proc. mężczyzn i 49 proc. kobiet.

Źródło: [NaukawPolsce.PAP.pl](https://naukawpolsce.pap.pl)