

Co roku z powodu chorób wątroby umiera 15 000 osób

19 maja 2025

Co roku w Polsce na choroby wątroby, takie jak marskość czy rak wątrobowokomórkowy, umiera 15 tys. osób. Tymczasem nie ma mody na dbanie o wątrobę, która daje znać o sobie dopiero wtedy, gdy jest już w złej kondycji – podkreślają eksperci.

Choroby wątroby mogą rozwijać się przez wiele lat bezobjawowo – przypomniiał w rozmowie z PAP prof. Robert Flisiak, kierownik Kliniki Chorób Zakaźnych i Hepatologii Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, wiceprezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych. „Dopiero gdy zmiany są poważne, pojawiają się symptomy wskazujące na powagę sytuacji. Oczywiście chorobę wątroby można wykryć w początkowym stadium, jeśli odpowiednio wcześniej wykonane zostaną odpowiednie badania laboratoryjne” – powiedział specjalista. Dodał, że niektóre z tych badań znalazły się w pakiecie nowego programu profilaktycznego „Moje Zdrowie”, przeznaczonego dla osób, które ukończyły 20 lat.

„Wyobraźmy sobie duże miasto, w którym nagle przestają funkcjonować sklepy, przestaje działać miejskie przedsiębiorstwo oczyszczania i miejskie przedsiębiorstwo komunikacyjne, tudzież firmy transportujące, dostarczające towary z hurtowni do sklepów. Dochodzi do paraliżu. I dokładnie to się dzieje w organizmie, gdy zaburzone zostają podstawowe funkcje wątroby” – powiedział prof. Flisiak. Jak przypomniiał, wątroba jednocześnie pełni funkcję magazynu gromadzącego zapasy białek, węglowodanów i lipidów, przekazując je w miarę potrzeb do innych narządów. Pełni też funkcję detoksykacyjną (czyli oczyszczającą), eliminując substancje toksyczne z organizmu wraz z żółcią do przewodu pokarmowego lub przetwarzając je w bezpieczne związki chemiczne wydalone potem przez nerki. „Praktycznie wyłącznie w

wątrobie produkowane są albuminy i inne białka odpowiedzialne za transport różnych substancji i leków między narządami. Dodatkowo albuminy zapobiegają ucieczce płynów z naczyń krwionośnych i komórek do przestrzeni międzykomórkowej i jam ciała, czego konsekwencje bywają zabójcze. Wątroba produkuje też wiele innych substancji, takich jak chociażby czynniki krzepnięcia, bez których organizm wykrwawiłby się przy najmniejszym urazie” – powiedział prof. Flisiak.

Na kwietniowej konferencji nt. wirusowego zapalenia wątroby typu C (WZW C) prof. Jerzy Jaroszewicz, kierownik Katedry i Kliniki Chorób Zakaźnych i Hepatologii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach przytoczył dane, z których wynika, że na choroby wątroby, takie jak marskość czy rak wątrobowokomórkowy, umiera w Polsce rocznie 15 tys. osób. „Problem stanowi to, że nie ma mody na zdrową wątrobę. Mamy modę na zdrowe serce, na badania onkologiczne, na piękne smukłe ciała, ale nie na zdrową wątrobę” – ocenił specjalista. Dodał, że wszyscy słyszeli o tym, że nie powinno się nadużywać soli, że trzeba mierzyć ciśnienie krwi, ale mało kto wie, że powinien wykonywać testy wątrobowe (oceniające poziom różnych enzymów wątrobowych) oraz test na wirusa HCV, który wywołuje wirusowe zapalenie wątroby typu C (WZW C).

Prof. Małgorzata Pawłowska, kierująca Katedrą Chorób Zakaźnych i Hepatologii Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu zwróciła uwagę, że liczbę zakażonych HCV w Polsce szacuje się na 145-150 tys. osób. Jednak zakażenie wykryto tylko u kilku procent z nich. „Zakażenie HCV jest groźne, ponieważ przez wiele, wiele lat przebiega bezobjawowo, a jednocześnie niszczy wątrobę. Jeśli występują objawy, to są zupełnie niecharakterystyczne, takie jak zmęczenie, senność, zaburzenia koncentracji” – tłumaczyła specjalistka. Dodała, że konsekwencje przewlekłego zakażenia HCV są bardzo groźne – są to marskość wątroby i rak wątrobowokomórkowy.

Prof. Jaroszewicz zwrócił uwagę, że zakażenie HCV odpowiada – zgodnie z szacunkami – za 60 proc. przypadków raka

wątrobowokomórkowego w naszym kraju. „To jest straszny rak – 90 proc. pacjentów umiera w ciągu roku od rozpoznania” – podkreślił specjalista.

Prof. Pawłowska przypomniała, że od 10 lat w Polsce jest dostęp do bardzo skutecznych i bezpiecznych terapii na WZW C. Większość – bo aż 99 proc. pacjentów z WZW C – można wyleczyć po 8 tygodniach, a maksymalnie po 12 tygodniach terapii. „Dostęp do leczenia jest niewątpliwie sukcesem. Każdy zakażony HCV, który zostanie zidentyfikowany i będzie leczony, wyzdrowieje” – podkreśliła Barbara Pepke, prezes Fundacji Gwiazda Nadziei.

Konieczne jest jednak czynne poszukiwanie zakażenia HCV, ponieważ przez wiele lat nie daje ono objawów – zaznaczyła prof. Pawłowska. Przypomniała, że zgodnie z zaleceniami europejskimi oraz Polskiej Grupy Ekspertów HCV test na przeciwciała anty-HCV powinien być wykonany u każdego, ponieważ wirusem może zostać zakażona osoba, u której doszło do przerwania ciągłości tkanek – podczas procedur medycznych, takich jak pobieranie krwi, czy leczenie zęba, a także podczas kolczykowania, wykonywania tatuażu, wizyty u kosmetyczki czy pedikiurzystki. „Każda, nawet młoda osoba miała kiedyś wykonaną taką procedurę, np. pobieranie krwi czy szczepienie” – tłumaczyła prof. Pawłowska.

W ocenie prof. Flisiaka, aby zidentyfikować wszystkich zakażonych HCV i wyleczyć ich, najlepiej byłoby wprowadzić badania przesiewowe w grupie wiekowej 20-65 lat. W celu eliminacji zakażeń HCV do 2030 r. (cel Światowej Organizacji Zdrowia) w Polsce powinno się wykonywać ok. 3 mln testów na HCV rocznie. Tymczasem obecnie u lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) wykonywanych jest około 80 tys. testów rocznie.

Dodatkowy problem stanowi to, że Polacy nie upominają się o testowanie w kierunku HCV u lekarza POZ, oceniła Pepke. „Każdemu wydaje się, że jeśli nie miał sytuacji ryzykownych,

np. nie zdarzyło mu się przyjmować narkotyków, to zakażenie HCV go nie dotyczy. Naruszenie ciągłości tkanek nikomu nie kojarzy się z wizytą u kosmetyczki, u dentysty” – wymieniała.

Prof. Flisiak zwrócił uwagę, że duży odsetek pacjentów z WZW C, którzy trafiają do ośrodków, mają już niestety marskość wątroby albo nawet raka wątrobowokomórkowego. Co gorsze są to często osoby stosunkowo młode, bo w wieku 30-50 lat. „Ja mam przed oczami 50-latków umierających na raka wątroby z powodu WZW C, którzy są zaskoczeni i rozżaleni, że nie wiedzieli wcześniej o infekcji. A można by tego uniknąć, gdybyśmy wszystkich przetestowali” – powiedziała Pepke.

Eksperci zwrócili uwagę, że testy na HCV można będzie wykonać w ramach nowego programu profilaktycznego Moje Zdrowie, przeznaczonego dla osób, które skończyły 20 lat. Program jest realizowany przez przychodnie POZ. Choć badania te nie zastąpią masowego programu badań przesiewowych kierunku HCV, ważne jest, aby osoby do nich uprawnione korzystały z tej możliwości.

Prof. Jaroszewicz podkreślił, że – oprócz badania „enzymów wątrobowych” i w kierunku zakażenia HCV – o wątrobę powinno się dbać na inne sposoby. „Przede wszystkim nie powinno się palić papierosów, ponieważ palenie przyspiesza rozwój chorób wątroby, oraz nadużywać alkoholu – żadna dawka alkoholu nie jest bezpieczna” – podkreślił specjalista. Dla zachowania zdrowej wątroby kluczowe są również: regularna aktywność fizyczna, zdrowa dieta (bogata w warzywa, owoce, oleje roślinne, kwasy nienasycone omega 3 i omega 6) oraz regularne picie kawy. „Mamy bardzo dobre dane, że kawa wpływa korzystnie na funkcjonowanie wątroby. Już trzy filiżanki kawy dziennie poprawiają metabolizm wątroby i wspomagają jej funkcje detoksykacyjne” – podsumował ekspert.

Autorstwo: Joanna Morga (PAP)

Źródło: NaukawPolsce.pl