

Szybka utrata masy ciała może odwrócić ciężką chorobę wątroby

8 lipca 2023

Choroby wątroby stają się coraz częstszym wyzwaniem dla współczesnej medycyny. Wśród nich niealkoholowe stłuszczeniowe zapalenie wątroby (NAST) jest jednym z najpoważniejszych schorzeń, które mogą prowadzić do poważnych konsekwencji, takich jak marskość czy nawet rak wątroby. Jak jednak pokazują najnowsze badania, zastosowanie odpowiedniego programu odchudzania może przynieść nieoczekiwane korzyści i pomóc odwrócić ten proces.



Przeprowadzone przez naukowców z Uniwersytetu w Liverpoolu badanie, skupiło się na grupie 31 pacjentów z diagnozą NAST. Pacjenci zostali losowo podzieleni na dwie grupy. Połowa z nich zastosowała intensywny program odchudzania oparty na diecie o bardzo niskiej kaloryczności, natomiast druga połowa podjęła standardową dietę odchudzającą. Wyniki przyniosły zaskakujące rezultaty.

Po upływie ośmiu tygodni grupa poddająca się intensywnej utracie wagi odnotowała średni spadek masy ciała o około 10%, podczas gdy u grupy stosującej standardową dietę strata wynosiła jedynie 3%. Co więcej, w grupie intensywnego odchudzania zaobserwowano znaczną poprawę stanu wątroby, w tym zmniejszenie liczby komórek tłuszczowych w wątrobie i znaczne zmniejszenie stanu zapalnego.

Wyniki te sugerują, że szybka utrata masy ciała może przynosić korzyści dla zdrowia wątroby, wpływając na działanie przeciwzapalne i sprzyjając naprawie wątroby. Warto jednak

podkreślić, że taki proces musi odbywać się pod ścisłym nadzorem medycznym, gdyż szybka utrata wagi, bez odpowiedniego monitorowania, może przynieść szereg niepożądanych skutków zdrowotnych.

Naukowcy podkreślają, że konieczne są dalsze badania, aby pełniej zrozumieć mechanizmy wpływu szybkiej utraty masy ciała na zdrowie wątroby. Zdobyć takiej wiedzy przyczyni się do opracowania skuteczniejszych strategii leczenia NAST i zapobiegania jego progresji.

Podsumowując, intensywna utrata masy ciała okazuje się cennym narzędziem w walce z NAST, jednym z najgroźniejszych schorzeń wątroby. Jednak decyzja o podjęciu takiego programu musi zawsze być poprzedzona konsultacją lekarską i odbywać się pod ścisłym nadzorem specjalistów. Tylko wtedy mamy pewność, że proces ten przyniesie więcej korzyści, niż potencjalnych zagrożeń dla zdrowia pacjenta.

Kluczem do skuteczności takiego podejścia jest zrozumienie, że zdrowie to nie tylko utrata kilogramów, ale kompleksowe podejście do własnego ciała. To, jak dbamy o swoje zdrowie, jakie decyzje podejmujemy, ma bezpośredni wpływ na nasze samopoczucie i jakość życia. Dlatego też nawet w obliczu tak poważnej diagnozy, jak NAST, możemy podjąć działania, które pozwolą nam odzyskać kontrolę nad własnym zdrowiem.

Źródło: [ZmianyNaZiemi.pl](https://zmiany.naziemi.pl)