

بیماری کبد چرب غیر الکلی

بیماری کبد چرب غیر الکلی چیست؟

کبد چرب غیر الکلی تجمع چربی در کبد می باشد که مصرف الکل باعث ایجاد آن نشده است.

عامل ایجاد کننده آن چیست؟

علت مشخصی برای آن نمی توان قائل شد ولی ارتباط آن با چاقی و عدم فعالیت بدنی اثبات شده است. چاقی باعث مقاومت به انسولین در بدن می شود. انسولین هورمونی است که جهت ایجاد انرژی در بدن ضروری است. چاقی همچنین باعث بیماریهایی مثل دیابت، فشار خون و افزایش کلسترول خون می شود. این بیماری ها باعث افزایش خطر حمله قلبی میشوند.

چگونه می توانیم از وجود بیماریها اطلاع داشته باشیم؟

اکثر مردم از وجود بیماری بی اطلاع هستند. بیماری کبد چرب معمولا بدون علامت است. پزشک با انجام آزمایشاتی میتواند کبد را ارزیابی کند. سه نوع آزمایش بطور عمده در این رابطه انجام می شود:
۱) (آزمایشات خونی ۲) (آزمایشات رادیولوژیکی ۳) بیوپسی (نمونه برداری) از کبد.



آزمایشات خون آسیب کبد را ارزیابی می کنند و وجود بیماریهایی را که باعث آسیب کبد می شوند مشخص می کنند. آزمایشات رادیولوژیک تصویری از کبد ارائه می کنند و وجود بعضی از بیماریهای کبد را نشان می دهند. مرسوم ترین روش رادیولوژی برای بررسی کبد سونوگرافی است که با استفاده از امواج صوت کار می کند و روشی بدون درد است. سایر روشهای رادیولوژیک عبارتند از: سی تی اسکن و ام آر آی (MRI). برای انجام سی تی اسکن ممکن است نیاز به تجویز ماده حاجت باشد. ماده حاجت از راه دهان، مقعد یا تزریق داخل رگ استعمال می شود. بیوپسی کبد (نمونه برداری از کبد) بهترین روش تشخیص بعضی از بیماریهای کبدی است ولی بطور معمول استفاده نمی شود. بیوپسی کبد با نظر و تصمیم پزشک انجام می شود.

کبد چرب چگونه درمان می شود؟

درمان کبد چرب با تغذیه سالم، ورزش و کاهش وزن انجام می شود. داروهای امگا-۳، ویتامین - ای و بعضی دیگر جهت درمان تجویز می شوند. جراحی کاهش وزن (بای پس معده یا جراحی لاغری) می تواند موثر باشد ولی انجام تحقیقات بیشتر جهت اثبات کارایی این روش ضروری است.

چگونه از وقوع سایر بیماریها پیشگیری کنم؟

انجام فعالیت بدنی و ورزش بطور مرتب و حفظ وزن بدن در حد مطلوب بسیار موثر هستند. پزشک واکسن های هپاتیت A و B را در صورت صلاحدید تجویز می کند. پرهیز از مصرف الکل جهت پیشگیری از بیماری کبدی ناشی از الکل الزامی است.

موارد دیگر که بایستی از آنها اطلاع داشته باشم کدامند؟

بیماری مزمن کبد در اکثر موارد کبد چرب غیر الکلی ایجاد نمی شود. کبد چرب خطر مرگ و میر را افزایش نمی دهد. مشکلات جدی کبد نیز به ندرت اتفاق می افتد.