

ЗАМАСТЕН ЦРН ДРОБ

Што е замастен црн дроб?

Прекумерно вградување на масти во клетките на црниот дроб се нарекува замастен црн дроб. Нормално, црнодробното ткиво содржи извесен степен на масти, но доколку процентот на маснотиите надмине 10% од вкупната тежина на органот, зборуваме за замастен црн дроб. Повисок процент на масти во клетките на црниот дроб може да доведе и до посериозни компликации.

Некогаш замастениот црн дроб може да не покажува никакви знаци на оштетеност. Високиот процент на маснотиите кај други случаи може да доведе до отпочнување на воспалителен процес во црнодробното ткиво. Ваквата оштета на црниот дроб е наречена стеатохепатитис или поточно неалкохолан стеатохепатитис-НАСХ. Често, настанувањето на црнодробен стеатохепатитис е поврзано со консумирање на алкохол, и тогаш таа се нарекува алкохолан стеатохепатитис.

Неалкохолан стеатохепатитис- НАСХ е еден од трите најчести причини за цироза.

Кои се симптомите на замастен црн дроб?

Замастен црн дроб главно не дава симптоми, па луѓето за него најчесто сознаваат при здравствени прегледи од друга причина. Неалкохолниот стеатохепатитис може да го оштетува црниот дроб со години, дури и со децении, без да предизвика било какви симптоми. Доколку болеста напредува, може да се јават следните симптоми: малаксалост, губиток на тежина, абдоминален дискомфорт, изнемоштеност, конфузност.

Кои се причините за замастен црн дроб?

Екцесивен калоричен внес условува акумулирање на масти и пораст на процентот на масните во ткивото на црниот дроб. Кога искористувањето на масните во црниот дроб не се одвива нормално, тие се акумулираат во него. Замастен црн развиваат и луѓето што боледуваат од шеќерна болест, дебелинот и луѓето со високо ниво на триглицериди. Алкохолан абзус, нагол губиток на тежина, и потхранетост можат исто така да доведат до замастен црн дроб. Треба да се спомене дека иако некои пациенти не спаѓаат во ниедна од наведените категории, сепак може да имаат замастен црн дроб.

Како се поставува дијагноза, замастен црн дроб?

Најчесто вашиот доктор може да забележи отстапувања во лабораториските тестови и извесно наголемување на вашиот црн дроб, во тек на рутинските прегледи. Тоа би биле првите знаците за замастен црн дроб. За да се постави дефинитивна дијагноза потребно е да се исклучи постоење на некое друго црнодробно страдање. За таа цел се прават дополнителни лабораториски испитувања, ултразвучен преглед, СТ скен или MRI. Дури кога другите црнодробни страдања ќе бидат исклучени, може да се смета на црнодробна оштета поради замастен црн дроб. Единствен начин за сигурна потврда на НАСХ претставува црнодробната биопсија. За таа цел се зема црнодробно ткиво со помош на специјална тенка биопсиона игла под ултразвук. Добиениот материјал се прегледува микроскопски и хистолошки се потврдува постоење на масна дегенерација на црнодробните клетки.

Како треба да се третира замастен црн дроб?

Замастен црн дроб обично не бара тераписки третман, но постојат неколку чекори што треба да се превземат, со што би се превенирала натамошна оштета или подобрила состојбата кај веќе оштетен црниот дроб.

Во принцип до колку се работи за замастен црн дроб или НАСХ треба да се превземат следните чекори :

- Редукција на телесната тежина. Притоа се мисли на постапно намалување, односно губиток на 1-2 кг неделно.
- Нормализирање на нивото на триглицеридите преку диетен режим, со лекови или и диета и лекови заедно.
- Прекин на внес на алкохол.
- Доколку се работи за дијабетичар, важно е да се одржува стабилно ниво на шеќерот во крвта.
- Балансирана исхрана, блага диета.
- Зголемување на физичките активности.
- Редовна контрола од страна на гастроентерохепатолог.

Што е ново во третманот на замастен црн дроб?

Во последно време во фокусот на истражувањата се обиди за изнаоѓање поуспешни начини на третирање на НАСХ во иднина. Научниците проучуваат повеќе различни препарати кои би го

намалиле воспалителниот процес на масниот црниот дроб. Вниманието е насочено особено кон новите лекови за третманот на шекерната болест. Тие се вклучуваат и во третманот на пациенти со неалкохолен стеатохепатитис и без шекерна болест.

Кои ризик фактори доведуваат до замастен црн дроб?

Повеќето од пациентите со замастен црн дроб се на средна возраст и со зголемена телесна тежина. Ризик факторите за замастен црн дроб се:

- Здебеленост со body mass индекс од 25-30
 - Прекумерна здебеленост со body mass индекс над 30
 - Шекерна болест.
- Покачено ниво на триглицериди.

Како да се превенира настанувањето на замастен црн дроб?

Најдобриот пат за намалување на ризикот од настанување на замастен црн дроб е постигање на нормална телесна тежина и нормално ниво на триглицериди. Контрола на ексцесивен внос на алкохол и други штетни супстанции.

Др. Лилјана Тевдовска
Специјалист по интерна медицина