

lek. med. Krzysztof Pol

STŁUSZCZENIOWA CHOROBA WĄTROBY cz. 1

– OBJAWY

Być może zdarzyło się nam lub naszym znajomym zrobić sobie badanie USG z powodu nieprzyjemnych odczuć (gniecenia, rozpierania, uczucia ciężaru) w prawym podżebrzu,, zwłaszcza po obfitym lub ciężkostrawnym posiłku. W opisie badania było zaś sformułowanie: „stłuszczenie wątroby” lub „hiperechogeniczna wątroba”. O czym może świadczyć taki opis i na co powinniśmy zwrócić uwagę?

Stłuszczenie wątroby polega na nadmiernym nagromadzeniu tłuszczów (lipidów) w komórkach wątrobowych (hepatocytach). Do wątroby trafiają tłuszcze pochodzące z posiłków oraz uwolnione z zapasów w tkance tłuszczowej. W prawidłowych warunkach pochodzące z tłuszczów kwasy tłuszczowe są spalane i przekształcane w energię w komórkowych elektrowniach, mitochondriach. Przy nadmiernej podaży tłuszczów, lub zaburzeniach czynności komórki wątrobowej, dowożone do niej kwasy tłuszczowe ulegają nagromadzeniu w komórce.

Przyczyną stłuszczenia może być uszkodzenie komórek wątrobowych. Do czynników szkodliwych dla wątroby zaliczamy: toksyny (najczęściej spożywany w nadmiernych ilościach i zbyt często alkohol), wirusy i leki. Lekarz powinien zatem wypytać chorego o przyjmowane leki (w tym preparaty ziołowe z Internetu, anaboliki polecane przez kolegów z „siłki”!), używki, zabiegi (tatuże, koleczykowanie itp.), zlecić badania wirusologiczne i laboratoryjne (krzywa cukrowa, stężenie cholesterolu i triglicerydów), wreszcie wykluczyć zaburzenia hormonalne (niedoczynność tarczycy/przysadki, zespół policystycznych jajników). U dzieci i młodzieży powinno się też uwzględnić zaburzenia genetyczne (m.in. choroba Wilsona) i choroby spichrzeniowe wątroby.

Współcześnie najczęstszą przyczyną stłuszczenia (20–30% populacji) jest niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby (non-alcoholic fatty liver disease, NAFLD), którą rozpoznajemy, gdy stwierdzamy stłuszczenie wątroby u osoby spożywającej mniej niż 20 g etanolu/d (25 g etanolu to około 1/2 l piwa 5%).

Choroba ta dotyczy zwykle osób z nadwagą/otyłych, cukrzycą typu 2 (dorośli), hiperlipidemią, nadciśnieniem tętniczym. Najczęściej problemy te składają się razem na tzw. zespół metaboliczny. Osoby ze stłuszczeniem wątroby znacznie częściej chorują też na chorobę wieńcową.

Aby stwierdzić, czy doszło do uszkodzenia wątroby, lekarz zleca tzw. próby wątrobowe, czyli transaminazy. Są to enzymy uczestniczące w metabolizmie aminokwasów.

W prawidłowych warunkach powinny one znajdować się głównie wewnątrz komórek. Natomiast uszkodzenie komórek wątroby powoduje, że przedostają się do krwi, gdzie można wykryć ich podwyższoną aktywność. W stłuszczeniu wątroby stwierdzamy z reguły mierny wzrost aktywności transaminaz. Włóknienie wątroby można wykryć w sposób nieinwazyjny za pomocą fibroelastografii (badanie USG). Niekiedy jednak do postawienia diagnozy niezbędna jest biopsja wątroby.

Stłuszczenie wątroby, któremu nie towarzyszy uszkodzenie komórek wątrobowych, zapalenie ani włóknienie, określamy jako proste stłuszczenie wątroby. Z czasem jednak u części chorych dochodzi do rozwoju tzw. stłuszczeniowego zapalenia wątroby (non-alcoholic steatohepatitis, NASH). Tłuszcze nagromadzone w komórkach wątroby zachowują się bowiem niczym zbiorniki z toksycznymi odpadami na dnie morza. Z biegiem czasu ulegają utlenieniu do toksycznych tzw. wolnych rodników tlenowych (WRT), które doprowadzają do zniszczenia komórek i stanu zapalnego w tkance wątroby. Zapaleniu towarzyszy włóknienie narządu. W ciągu kilkunastu lat może dojść do zniszczenia znacznej części miększu wątroby, który zostaje zastąpiony tkanką włóknistą (bliznowatą) i tzw. guzkami regeneracyjnymi. Stan ten określamy jako marskość wątroby. Jest to nieodwracalna przebudowa miększu wątroby prowadząca do jej niewydolności. A bez wątroby żyć nie można! Następstwem marskości jest wyniszczenie, puchlina brzuszna, żółtaczka, krwotoki. Problemy te do pewnego stopnia można opanować leczeniem zachowawczym, ale jedynym ostatecznym leczeniem marskości pozostaje przeszczep narządu.

Obecnie stłuszczeniowa choroba wątroby stanowi już jedno z głównych wskazań do przeszczepu wątroby. Ocenia się jednak, że jeżeli obecne trendy się utrzymają, już w roku 2020 stanie się najczęstszym wskazaniem! Jak zatem zapobiegać i leczyć stłuszczeniową chorobę wątroby, aby nie dopuścić do zniszczenia tego bezcennego narządu? Choć brakuje leków specyficznie działających na to schorzenie, nie oznacza to jednak, że jesteśmy wobec niej bezradni. Naszym atutem może być odpowiedni styl życia, o czym szerzej powiemy w kolejnym artykule.