

کبد چرب

علل

علت اصلی بروز کبد چرب ناشناخته‌است ولی تعدادی از اختلالات بالینی معین به عنوان علل زمینه‌ای شناخته شده‌اند. هفتاد درصد بیماران مبتلا به کبد چرب چاق هستند. دیابت و بالا بودن چربی‌های خون نیز از علل زمینه‌ای آن است. عوامل مختلفی که باعث تغییر متابولیسم در بدن می‌شوند شامل کاهش ناگهانی وزن، سوء تغذیه، تغذیه وریدی، گرسنگی طولانی مدت نیز ممکن است باعث کبد چرب شوند.

انجام بعضی از جراحی‌ها ی شکم شامل برداشتن کیسه صفرا، برداشتن قسمتی از روده یا معده، جراحی روی لوزالمعده و مصرف بعضی از داروهای خاص شامل قرص‌های ضد بارداری، هورمون استروژن، کورتون (استروئیدها، آمیودارون، تاموکسی فن، والپروات سدیم نیز از علل زمینه ساز کبد چرب هستند . در کودکان اختلالات مادر زادی شامل سوء جذب چربی‌ها، سیستمیک فیبروزیس و بیماری ویلسون با کبد چرب همراه هستند

بطور کلی میتوان عوامل ایجاد این بیماری را بشرح زیر عنوان کرد :

۱- آب خوردن بین غذا

۲- استرس درونی و نهفته

۳- داروی تقویت جنسی خود سرانه

۴- مصرف دارو بیش از حد معمول - مصرف لووستاتین ها

۵- غذا های فست فودی (سوسیس، کالباس، سس، پیتزا و...)

تشخیص

اکثر مبتلایان دارای علامت نیستند گاهی فرد از درد شکم در ناحیه کبد احساس درد و پیری می‌نماید و به ندرت احساس ناراحتی در قسمت فوقانی و راست شکم و خستگی وجود دارد. گاهی به دنبال بررسی‌های اتفاقی آزمایشگاهی (مانند بررسی‌های استخدامی) کشف می‌شود. در بررسی‌های معمولی، آنزیم‌های کبدی افزایش یافته‌اند و در صورت شک به این اختلال اقدام‌های بعدی برای کشف علت زمینه‌ای و بررسی سایر علل بیماری کبدی ضروری است. آزمایش‌های لازم برای قند و چربی‌های خون و همچنین برای ویروس‌های هپاتیتی ضروری است. با مطالعات تصویر برداری مانند سونو گرافی، تجمع چربی در کبد نشان داده می‌شود. گاهی برای اثبات تشخیص نمونه برداری از کبد و مطالعه میکروسکوپی بر روی آن لازم است ولی گاهی نمونه برداری انجام نشده و بیمار به مدت ۶ماه تا یکسال از نزدیک زیر نظر گرفته می‌شود تا طبیعی شدن آنزیم‌های کبدی به دنبال درمان اختلالات زمینه ساز اثبات شود.

درمان

برای درمان و بهبود کبد چرب باید اختلالات زمینه ساز درمان شوند. در حال حاضر درمان بر روی مهار مشکلات طبی و اختلالاتی که زمینه ساز کبد چرب هستند متمرکز است. داروهای جدید مختلفی مانند متفورمین برای درمان کبد چرب عرضه شده‌اند که تاثیر قطعی آنها ثابت نشده‌است .

ورزش روزانه و مصرف مرتب میوه و سبزیجات اثرات مفیدی بر روی این بیماری دارند کاهش تدریجی وزن در افراد چاق لازم بوده و مفید است، ولی کاهش ناگهانی وزن، این اختلال را تشدید می‌کند. در کبد چرب مقاومت به انسولین شایع بوده و داروهایی که مقاومت به انسولین را درمان می‌کنند مانند: متفورمین موجب بهبود آنزیم‌های کبدی می‌شوند. ویتامین E با دوز ۴۰۰ میلی گرم در روز باعث کاهش آسیب به سلولهای کبدی و بهبود آنزیم‌های کبدی می‌شود ولی چون با خطر افزایش بیماریهای قلبی همراه است مصرف دراز مدت آن توصیه نمی‌شود. در کودکان علل زمینه‌ای شامل دیابت، سوء جذب چربی، چاقی، ماراسموس، کواشیورکور، بیماری ویلسون، سیستمیک فیبروزیس، باید مهار و درمان شود.

اما درمان قطعی برای کبد چرب :

- ۱- سرکه انگبین روزی یک لیوان
- ۲- حجامت عام دو تا سه نوبت در ایام پر فشار (فواصل بین حجامت ۲۵ روز یکبار)
- ۳- سالادی مخلوط از :
 - کلم
 - هویج
 - روغن زیتون بودار
 - آبغوره - عرق کاسنی و عرق بید
- ۴- میوه سیب با پوست - صبح ناشتا و شب درمان کبد چرب

عوارض و عواقب

در اکثر بیماران مبتلا به کبد چرب مشکل جدی برای کبد ایجاد نمی‌شود. کبد چرب از نظر بالینی یک اختلال پایدار و ساکت شناخته شده و در بیشتر موارد سبب اختلال شدیدی در کبد نمی‌شود و با درمان بهبود می‌یابد. ولی در تعداد اندکی از بیماران با گذشت زمان بافت جوشگاهی و فیبروز در کبد ایجاد شده و در نهایت سیروز و نارسایی کبد ایجاد می‌شود. چون پیش بینی مسیر بیماری در یک فرد و اینکه در کدام بیمار پیشرفت خواهد کرد مشکل است، درمان و کنترل آن برای همه مبتلایان الزامی است