

Жировая болезнь печени есть у каждого третьего!!!



Жировая болезнь печени – это болезнь-невидимка, тихий убийца. Она есть у 30% населения планеты (приблизительно 2,5 млрд человек), но большинство больных даже не подозревает о своём недуге. Почему при такой распространённости НАЖБП удаётся оставаться в тени и чем чревато развитие патологии? Разберёмся в этом материале.

ПЕЧЕНЬ И ЖИР НЕСОВМЕСТИМЫ

Суть жировой болезни печени заложена в её названии: повреждение печёночных тканей вызывает избыток жира. Того самого жира, который мы каждый день едим. Сливочное масло и сливки, свинина и баранина, сыр – всё это продукты, которые содержат самый опасный для здоровья насыщенный жир. Он «вредительствует по всем фронтам»: нарушает работу сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, в конце концов портит внешний вид... Если говорить непосредственно о печени, то жир как будто берёт её в плен. Он откладывается в гепатоцитах (клетках печени) и мешает им нормально работать. Чем больше в печени жира, тем хуже она выполняет свои функции. На каком этапе можно говорить о болезни? Как только содержание жира в печени «переваливает» за отметку в 5%. Будет лишним объяснять, почему жировая болезнь печени распространена в основном среди людей с избыточным весом и ожирением. С учётом, что Всемирная организация здравоохранения зафиксировала эпидемию ожирения, у НАЖБП есть все шансы в ближайшие годы стать самой частой патологией желудочно-кишечного тракта.

ТИХИЙ УБИЙЦА

Жировая болезнь печени хорошо поддаётся лечению. Но лечат её единицы, потому что большинство не знает о заболевании. Печень не умеет болеть, такова её природа. У органа нет специфических нервных окончаний, которые бы через боль сигнализировали о проблеме. Поэтому начало болезни протекает бессимптомно. Астения, постоянная усталость, повышенная утомляемость, снижение работоспособности, общий депрессивный настрой – всё это легко можно связать с нагрузками на работе. Но никак не с болезнью печени. Все стадии заболевания – дело не одного года. Потребуется 5-7, а то и 10 лет, чтобы

нажить цирроз. Но это реально. Так же, как и избавиться от жировой болезни печени на раннем этапе.

«НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ»

Чтобы заподозрить жировую болезнь печени, достаточно присмотреться к себе и проанализировать некоторые показатели здоровья. Если ваш индекс массы тела показывает избыточный вес или ожирение, это уже повод провериться у врача-гастроэнтеролога. Из других факторов риска выделю гипертонию, диабет, проблемы с сердцем. Скопление жира в печени, если таковое имеется, покажет элементарное УЗИ брюшной полости. А окончательный диагноз специалист поставит на основе комплекса биохимических анализов крови. То есть чтобы «найти и обезвредить» жировую болезнь печени, нужно проявить равнодушие к своему здоровью. Обратит внимание на своё внешнее и внутреннее состояние, а потом не полениться и пройти обследование у гастроэнтеролога.

ТВЁРДОЕ «НЕТ» ЧИСТКАМ

Если при словах «избыток жира» в вашу голову пришла мысль почистить печень, срочно отгоняйте её куда подальше. В медицине есть простая и понятная истина: «Здоровая печень сама себя очищает, а больная не поправится от детокса». Потому что печень не только главный фильтр организма, это ещё и самоочищающаяся система. Она пропускает через себя токсины, обезвреживает их, но ни в коем случае не накапливает и не хранит. Поэтому любые чистки печени – с помощью народных средств или чая для похудения – бесполезны. Это как минимум. Как максимум они опасны: могут спровоцировать приступ желчной колики или, что значительно хуже, привести к молниеносному развитию острой печёночной недостаточности.

ПРАВИЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Всё, что нужно печени при жировой болезни, – это снижение жировой нагрузки и помощь в виде лекарственных препаратов. В первом поможет классическая лечебная диета Стол №5. Она полноценна по калориям и питательным веществам, но ограничивает в высокожировых и холестеринсодержащих продуктах. В основе лекарственной терапии – приём гепатопротекторов (желательно с урсодезоксихолевой кислотой – урсосан). УДХК восстанавливает нормальную работу гепатоцитов и защищает от нового повреждения. Кроме того, кислота нормализует режим выделения желчи и улучшает её реологические свойства (текучесть), нейтрализует токсичные желчные кислоты. УДХК работает даже при тяжелых заболеваниях, таких как первичный билиарный цирроз или склерозирующий холангит, уменьшает риск рака печени при вирусных гепатитах. Помимо гепатопротекторов, в лечении жировой болезни печени используют антиоксиданты (снижают образование свободных радикалов) и препаратов, повышающих чувствительность к инсулину (при нарушениях в обмене глюкозы).