



INTERNATIONAL
NASH DAY | 

НЖБП/НАСГ у детей

Что такое НЖБП/НАСГ?

Неалкогольная жировая болезнь печени (НЖБП)

НЖБП (неалкогольная жировая болезнь печени) — это заболевание, характеризующееся избыточным накоплением жира в печени. При отсутствии лечения оно может приводить к серьезным нарушениям функции печени.

Неалкогольный стеатогепатит (НАСГ)

НАСГ возникает, когда избыточное накопление жира в печени приводит к воспалительному процессу (отеку) и фиброзу (рубцеванию). Тяжелые формы этого заболевания могут становиться причиной развития цирроза или рака печени.

Какие дети относятся к группе риска возникновения НЖБП НАСГ?

Наиболее высокому риску развития НЖБП и НАСГ подвержены дети с ожирением. Риск может возрастать при наличии у ребенка других факторов, таких как диабет 2-го типа, инсулинорезистентность, метаболический синдром или

повышенный уровень холестерина.

НЖБП и НАСГ наблюдаются у детей старшего возраста чаще, чем у детей младшего возраста, и у мальчиков чаще, чем у девочек. Среди детей с НЖБП вероятность развития НАСГ одинаково высока у мальчиков и у девочек.

НЖБП/НАСГ возникает у детей независимо от расовой принадлежности, но у латиноамериканцев, азиатов и европеоидов наблюдается чаще, чем у афроамериканцев. Более детальные исследования свидетельствуют о том, что

НЖБП встречается с наибольшей частотой у латиноамериканцев мексиканского происхождения.



НЖБП является наиболее распространенной причиной возникновения **болезней печени у детей** в США

Согласно оценкам исследователей, по меньшей мере у **10%** детей в возрасте от 2 до 19 лет в США наблюдается жировой гепатоз



Наиболее высокому риску развития НЖБП и НАСГ подвержены дети с ожирением

В 2019 году **38 МИЛЛИОНОВ** детей в возрасте до 5 лет имели лишний вес или ожирение.

Более 340 миллионов детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет имеют лишний вес или ожирение

Имперский колледж Лондона (Imperial College London) и Всемирная организация здравоохранения предупреждают, что если эта тенденция будет наблюдаться и дальше, то к 2022 г. лишний вес и ожирение среди детей и подростков станут более распространенным явлением, чем недостаток веса.



На какие признаки и симптомы у ребенка следует обращать внимание?

У многих детей на ранних стадиях заболевание протекает бессимптомно. По мере усугубления поражения печени симптомы НЖБП/НАСГ у детей могут становиться более заметными.

У детей могут наблюдаться:

- Повышенная утомляемость
- Изменение цвета кожи
- Боль в области живота

Цирроз печени — это прогрессирующее заболевание, которое может возникать в результате НАСГ. У детей цирроз может сопровождаться следующими симптомами:

- Желтуха (кожа и белки глаз приобретают желтый оттенок)
- Кожный зуд
- Отечность в области живота
- Потемнение мочи



Как диагностируют НЖБП/НАСГ?

Ранние стадии жирового гепатоза и НАСГ у детей могут протекать практически без выраженных симптомов. Тем не менее существует несколько обследований, которые позволяют диагностировать НЖБП/НАСГ у детей. Они включают следующее:

- 1 Общая оценка клинического анамнеза/общее обследование
- 2 Анализы крови
- 3 Визуализационные исследования (такие как ультразвуковое исследование или МРТ)
- 4 Биопсия печени

Что произойдет, если у моего ребенка обнаружится это заболевание?

В настоящее время одобренных препаратов для лечения НЖБП/НАСГ у детей не существует. Тем не менее на ранних стадиях можно остановить прогрессирование заболевания у детей, предотвратив поражение печени или переход в НАСГ. Для этого нужно изменить образ жизни, уделив особое внимание физической активности и питанию.

Если заболевание останется без лечения и поражение печени перейдет в печеночную недостаточность, то ребенку может потребоваться трансплантация.

Как можно вылечить НЖБП/НАСГ у детей?

Количество жира в печени можно уменьшить при помощи диеты, физической активности, поддержания здорового веса и достаточного количества сна. Это способствует предотвращению и лечению НЖБП и НАСГ у детей.

Прикрепите это к
холодильнику
в качестве памятки



Питание



Замените напитки с высоким содержанием сахара и газированные напитки на воду или низкокалорийные напитки.



Не используйте сладости и еду как вознаграждение.



Просматривайте состав продукта на этикетке, чтобы убедиться, что в нем нет скрытых жиров, сахара или соли.



Не предлагайте ребенку слишком большие порции. Возможно, стоит использовать детские тарелки.



Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок съел 5 порций фруктов и овощей в день.



Избегайте фастфуда и жареной пищи.



По возможности избегайте полуфабрикатов.



Физическая активность



Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок был физически активным в течение 60 минут в день. Не обязательно охватывать весь этот объем времени за один раз. Ребенок должен больше гулять, заниматься физическими упражнениями и по возможности пользоваться лестницей вместо лифта.



Сон играет важную роль. Следите за тем, чтобы ребенок регулярно ложился спать в одно и то же время и получал достаточное количество сна. Спросите у врача вашего ребенка, какое количество сна необходимо ему каждую ночь.



Сократите время, проводимое у экрана, ограничив потребление аудиовизуальной информации и виды устройств. Следите за тем, чтобы устройства не использовались во время еды и не мешали сну и физической активности.

Что насчет участия моего ребенка в клинических исследованиях?

Клинические исследования — это научные исследования с участием пациентов всех возрастов, которые проводятся с целью изучения новых способов предотвращения, выявления и лечения заболеваний или улучшения качества жизни. Исследования с участием детей помогают ученым:

- подобрать наиболее подходящее ребенку лечение;
- подобрать наиболее подходящую дозировку лекарственных препаратов;
- подобрать лечение для состояний, наблюдающихся у детей;
- лечить состояния, которые у детей проявляются не так, как у взрослых;
- понять, как лечение влияет на растущий детский организм.



INTERNATIONAL
NASH DAY | 

www.international-nash-day.com

#NASHday @globalliver



Международный институт по заболеваниям печени — это освобожденная от уплаты налогов (501(c)(3)) некоммерческая организация со штаб-квартирой в Вашингтоне, США, а также офисами в США и Европе. Наша миссия заключается в повышении эффективности сообщества специалистов по заболеваниям печени за счет содействия инновациям, сотрудничества и определения оптимальных подходов к борьбе с болезнями печени. Международный день борьбы с НАСГ (International NASH Day) и его логотип являются зарегистрированным торговым знаком Международного института печени.

Этот материал предназначен для предоставления полезной медицинской информации широкой общественности. Этот материал не предназначается для использования в качестве медицинской рекомендации по отдельным проблемам. Международный институт печени, включая его совет директоров и персонал, в особом порядке заявляет об отказе от всей ответственности за любые обязательства, убытки или риски, личные или иные, которая возникает вследствие прямого или опосредованного употребления или применения любой части этого материала.

Литература

Schwimmer JB, Deutsch R, Kahen T, Lavine JE, Stanley C, and Behling C. Prevalence of fatty liver in children and adolescents. *Pediatrics*. 2006; 118(4):1388–1393.

Chalasan N, Younossi Z, Lavine JE, et al. The diagnosis and management of non-alcoholic fatty liver disease: practice guidance from the American Association for the Study of Liver Diseases [published online July 2017]. *Hepatology*. Doi:10.1002/hep.29367.

United Nations Children's Fund, World Health Organization, World Bank Group (2018). Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2018 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates. <https://data.unicef.org/resources/levels-and-trends-in-child-malnutrition-2018/>

NASPGHAN Clinical Practice Guideline for the Diagnosis and Treatment of Nonalcoholic Fatty Liver Disease in Children: Recommendations from the Expert Committee on NAFLD and the North American Society of Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition; Miriam B. Vos, et al.

Betancourt-Garcia M.M., Arguelles A., Montes J., Hernandez A., Singh M., Forse R.A. Pediatric Nonalcoholic Fatty Liver Disease: The Rise of a Lethal Disease among Mexican American Hispanic Children. *Obes. Surg.* 2017;1–9. Doi: 10.1007/s11695-016-2440-5.

Symptoms & Causes of NAFLD & NASH in Children; National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases - <https://www.niddk.nih.gov/health-information/liver-disease/nafl-d-nash-children/symptoms-causes>.

Just Enough for You: About Food Portions; National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases - <https://www.niddk.nih.gov/health-information/weight-management/just-enough-food-portions>.

The 2018 Physical Activity Guidelines for Americans, Physical Activity Guidelines Advisory Committee, U.S. Department of Health and Human Services - https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf.

Clinical Trials for NAFLD & NASH in Children, NIDDK, NIH <https://www.niddk.nih.gov/health-information/liver-disease/nafl-d-nash-children/clinical-trials>.

World Health Organization (2018). World Health Statistics 2018: Monitoring Health for the SDGs (Sustainable Development Goals). <https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/6-june-18108-world-health-statistics-2018.pdf>