

חולים רבים סובלים מ-NAFLD /NASH וסוכרת, ולמרבה הצער, הסיכון בקרב אלה הסובלים משני המצבים לחלות במחלות שקשורות ושלא קשורות לכבד ולהיות חשופים למוות בטרם עת, גבוה יותר מאלו ללא מחלת כבד¹. קרא/י עוד להלן כיצד ניתן למנוע, לנהל ולטפל ב-NAFLD / NASH וסוכרת.



ההערכה היא כי 2-3 מתוך כל 10 אנשים בעולם סובלים כיום מ-NAFLD



ההערכה היא כי 1 מכל 10 אנשים בעולם סובל מסוכרת



ל-7 מתוך 10 אנשים בארצות הברית החיים עם סוכרת סוג 2 יש NAFLD

מהי NAFLD/NASH

מחלת כבד שומני שאינו נובע מצריכת אלכוהול (NAFLD)

מחלת כבד שומני שאינו נובע מצריכת אלכוהול (NAFLD) היא מצב בו יותר מדי שומן מצטבר בכבד. אם לא מטפלים בה NAFLD עלולה לגרום לבעיות כבד חמורות.

הסננה שומנית ודלקת לא אלכוהולית (NASH)

הסננה שומנית ודלקת לא אלכוהולית (NASH) נגרמת כאשר אותו שומן יתר הופך לדלקת (נפיחות בכבד) ולייפת (הצטלקות) בכבד. כאשר היא חמורה, NASH עלולה לגרום לשחמת הכבד או לסרטן הכבד, מצב שעלול להוביל לצורך בהשתלת כבד ולהציב קושי רב. כבדים להשתלות מגיעים בדרך כלל מתורמים שנפטרו², או מאנשים שנפטרו לאחרונה¹, ותקופת ההמתנה לכבדים אלה יכולה להיות ארוכה, ולנוע בין פחות מ-30 יום לחמש שנים רק בארה"ב.³

מהי סוכרת?

הלבלב מפריש אינסולין המסייע לכניסת גלוקוז ממזון לתאים לשם יצירת אנרגיה. ללא אינסולין, הגלוקוז נשאר בדם ואינו מגיע לתאים.⁴

סוכרת, שהיא מחלה כרונית, מתרחשת כאשר רמת הגלוקוז בדם של אדם (סוכר בדם) מוגברת. בסוכרת סוג 1 (T1D) הצורה השכיחה ביותר, המופיעה אצל ילדים ובני נוער^{5,7}, הלבלב מייצר בעצמו מעט אינסולין או אינו מייצר אינסולין כלל. עדויות מצביעות על כך שסוכרת סוג 1 היא מחלה אוטואימונית⁸. בסוכרת סוג 2 (T2D), הצורה השכיחה ביותר המתרחשת בדרך כלל אצל מבוגרים, גופו של האדם מגיב (עמיד) פחות לאינסולין והגוף אינו יכול לפצות על כך ולייצר די אינסולין בכדי לנרמל את רמות הגלוקוז.

עד כמה שכיחות NAFLD/NASH

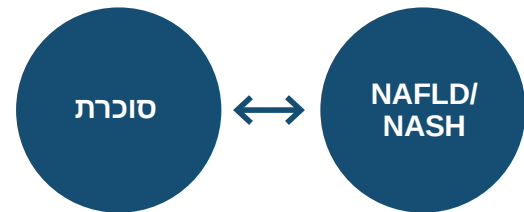
השכיחות של מחלות NASH וסוכרת סוג 2 גדלה בהיקף עולמי. ההערכה היא שכיום, 25-30% מהאנשים ברחבי העולם סובלים מ-NAFLD ו-6% סובלים מ-NASH.^{10 11} עד שנת 2030¹², השכיחות של NASH עשויה לגדול ביותר מ-50%. באשר לסוכרת, חוקרים מעריכים כי 9.3% מאוכלוסיית העולם, כ-463 מיליון אנשים, סבלו מסוכרת בשנת 2019 ומצפים כי מספר זה יגדל ב-25% עד 2030 ו-51% עד 2045.¹³

לעיתים קרובות יש לחולים גם NASH וגם סוכרת. עבור אנשים עם סוכרת סוג 2, השכיחות של NAFLD משפיעה על 70% מהמבוגרים בארה"ב, כאשר כ-30% סובלים מ-NASH ו-20% סובלים מלייפת בכבד.^{14 15 16 17} במחקר גדול בהודו נמצא ש-56.5% מכלל החולים בסוכרת סוג 2 בין הגילאים 25 עד 84, סבלו מ-NAFLD. במדינות צפון הודו בלבד, NAFLD הייתה נפוצה בקרב 72.4%.^{18 19} ראוי לציין, שחוקרים ברומניה בדקו חולים עם סוכרת סוג 2 שהיו בעיקר קווקזים ומבוגרים, ומצאו שאינדקס מסת גוף גבוה (השמנת יתר) מגדיל את הסיכון לפתח הסננה שומנית חמורה ולייפת.²⁰

כיצד NAFLD/NASH וסוכרת קשורות זו לזו?

NAFLD/NASH וסוכרת סוג 2 קשורות קשר הדוק להשמנה, שהיא אחד מגורמי הסיכון לתסמונת מטבולית. תסמונת מטבולית היא קבוצה של גורמים מקושרים זה לזה המגדילים את הסיכון לסוכרת סוג 2, מחלות לב ומחלות אחרות.²¹ ול-NAFLD / NASH יש קשר הדוק לתסמונת מטבולית אותה חוקרים בוחנים.

החוקרים ממשיכים גם לחקור את הקשר בין NAFLD / NASH לסוכרת ואת הדרכים בהן כל מצב יכול לתרום או להוביל לאחר. באמצעות מחקרים מעמיקים, החוקרים למדו כי:



NASH קשורה לסיכון מוגבר בלפתח סוכרת סוג 2

NAFLD קשורה לסיכון מוגבר פי שניים עד שלושה לפתח סוכרת סוג 2. סיכון זה עשוי להיות גבוה יותר בחולים עם מחלת כבד חמורה יותר.²²

חולים בסוכרת נמצאים בסיכון גבוה להתקדמות המחלה מ-NAFLD ל-NASH²³

סוכרת סוג 2 וסיכון לסוכרת קשורים קשר הדוק לחומרת NAFLD, החמרה ל-NASH, לייפת מתקדמת והתפתחות קרצינומה הפטוסלולרית (HCC)^{24 25} ללא תלות באנזימי כבד.²⁶

רופאים יכולים להשתמש באבחון לא פולשני כגון בדיקות דם כדי לעזור להעריך ולפקח על מצבך.



NAFLD/NASH
וסוכרת

מה אם יש לי NAFLD/ NASH וגם סוכרת?

איתור, ניהול וטיפול מוקדמים הם המפתח לחולים הסובלים מ-NAFLD / NASH וגם מסוכרת. חולים בשני המצבים הם בעלי סיכון גבוה יותר למחלות הקשורות ולא קשורות לכבד, וחשופים יותר למוות בטרם עת, מאשר אלו ללא מחלת כבד.²⁷ למרבה המזל, רופאים יכולים להשתמש בכמה אבחנות לא פולשניות, כולל בדיקות דם, כדי לסייע בהערכה ובמעקב אחר לייפת ב-NAFLD / NASH ולהשתמש בבדיקות דם לאבחון סוכרת.

מהן אפשרויות הטיפול ב- NAFLD / NASH וסוכרת?

נכון לעכשיו, רק בהודו יש תרופה שאושרה במיוחד עבור NASH, והדבר מוביל אנשי בריאות רבים להתרכז במניעה ושינוי באורח החיים כדי להפוך את השפעת המחלה. טיפול התנהגותי זה מתמקד בדיאטה, בפעילות גופנית ובטיפול התנהגותי.²⁸

לטיפול בסוכרת, מומחי בריאות מתמקדים בתזונה, באורח חיים, בתרופות ובאינסולין. תרופות מסוימות המשמשות לטיפול בסוכרת סוג 2, כגון פיוגליטזון ואגוניסטים לקולטנים ל-GLP-1 או (GLP-1RA), יכולות להיות יעילות^{29,30} לניהול NAFLD או NASH. סוג אחר של סוכנים הנקראים מעכבי נטרן גלוקוז קו טרנספורטר 2- (SGLT2) נראים מבטיחים, אך כרגע יש פחות ראיות.³¹ נדרשת עבודה רבה יותר בכדי להבין היטב את הפוטנציאל הקליני של טיפולים אלה. שוחחי/ עם הרופא שלך לגבי האפשרויות הטובות ביותר לטיפול עבורך.

שינוי באורח החיים מתמקד בתזונה, בפעילות גופנית ובטיפול התנהגותי.



שוחחי/ עם הרופא שלך על הסיכון שלך ל- NASH או לסוכרת ועל אפשרויות הבדיקה והטיפול בך.

אילו שאלות בנוגע ל-NAFLD/NASH על חולי סוכרת לשאול את הרופא המטפל?

סוכרת

אם יש לך סוכרת, כדאי לשאול את הרופא שלך את השאלות הבאות לגבי NAFLD / NASH:

- מהם גורמי הסיכון ל-NAFLD/NASH?
- האם עלי להיבדק ל-NAFLD/NASH?
- מה האפשרויות שלי לבדיקות אבחון לא פולשניות?
- מהי הגישה שלך לניהול NAFLD / NASH וסוכרת יחד?
- אילו משאבים עומדים לרשותי לניהול או מניעה של NAFLD/NASH?
- האם עלי ליצור קשר עם רופאים נוספים? אם כן, מי יהיה נקודת הקשר העיקרית שלי?

אילו שאלות בנוגע לסוכרת על חולי NAFLD/NASH לשאול את הרופא המטפל?

NAFLD/
NASH

אם יש לך סוכרת, שקול/שקלי לשאול את הרופא שלך את השאלות הבאות לגבי NAFLD/NASH:

- מהם גורמי הסיכון לסוכרת?
- האם עלי להיבדק לסוכרת?
- מה האפשרויות שלי לבדיקות אבחון לא פולשניות?
- מהי הגישה שלך לניהול NAFLD / NASH וסוכרת יחד?
- אילו משאבים עומדים לרשותי לניהול או מניעה של סוכרת?
- האם עלי ליצור קשר עם רופאים נוספים? אם כן, מי יהיה נקודת הקשר העיקרית שלי?



מידע זה פותח על ידי מכון הכבד העולמי תוך שימוש במחקר ונתונים מדעיים. לרשימת מקורות מלאה, אנא בקרו באתר -www.international-nash-day.com/sources

www.international-nash-day.com

#NASHday @globalliver



פורסם ב- 2021

מכון הכבד העולמי הוא ארגון פטור ממס ללא מטרת רווח לפי סעיף 501(c)(3), שבסיסו נמצא בווינינגטון ועם משרדים נוספים בארה"ב ובאירופה. משימתנו היא לשפר את היעילות של קהילת הכבד על ידי קידום חדשנות, שיתוף פעולה ודירוג של גישות מיטביות למיגור מחלות כבד. יום NASH הבינלאומי והלוגו שלו הוא סימן מסחרי רשום של מכון הכבד העולמי.

תוכן זה נועד לספק מידע בריאותי מועיל לקהל הרחב. תוכן זה אינו מיועד לייעוץ רפואי לבעיות פרטניות. מכון הכבד העולמי, לרבות הדירקטוריון ואנשי הצוות שלו, מתכחש בזאת לכל אחריות, אובדן או סיכון, אישי או אחר, אשר נגרם כתוצאה, במישרין או בעקיפין, משימוש ויישום כלשהו של התוכן.