

NAFLD/NASH 및 당뇨병 환자의 경우 알아야 되는 사항은 무엇입니까?

NAFLD/NASH와 당뇨병을 모두 앓는 환자가 일반적이며 불행히도 두 조건을 모두 가진 환자는 간 질환이 없는 환자보다 간 관련 및 비간 관련 질병 및 조기 사망의 위험이 더 높습니다. NAFLD/NASH 및 당뇨병을 예방, 관리 및 치료할 수 있는 방법에 대해 아래에서 자세히 알아보십시오.



현재 전 세계 인구 10명 중 2~3명이 NAFLD를 가지고 있습니다.



전 세계 인구 10명 중 1명이 당뇨병을 앓고 있는 것으로 추산됩니다.



미국에서 제2형 당뇨병을 앓고 있는 10명 중 7명은 NAFLD를 가지고 있습니다.

NAFLD/NASH는 어떤 질환입니까?

비알코올성 지방간 질환

비알코올성 지방간 질환인 NAFLD는 간에 지방이 너무 많이 축적된 상태입니다. 치료하지 않고 방치하면 심각한 간 문제로 이어질 수 있습니다.

비알코올성 지방간염(NASH)

NASH는 여분의 지방이 간의 염증(간 부종)과 섬유증(흉터 형성)으로 변할 때 발생합니다. 심할 경우 간경화나 간암으로 발전할 수 있으며, 간 이식을 해야 할 수도 있습니다.

당뇨병이란 무엇입니까?

췌장은 음식의 포도당이 세포로 흡수되어 에너지를 생성하는 것을 돕는 인슐린을 분비합니다. 인슐린이 없으면 포도당은 혈액에 남아 세포 내부로 흡수되지 않습니다.

만성 질환인 당뇨병은 사람의 혈중 포도당(혈당)수치가 높을 때 발생합니다. 제1형 당뇨병(T1D)에서, 어린이와 청소년에게 나타나는 가장 흔한 형태인 췌장은 자체적으로 인슐린을 거의 또는 전혀 생산하지 않습니다. 연구 결과에 따르면 T1D는 자가 면역 질환입니다. 일반적으로 성인에게 발생하는 가장 흔한 형태인 제2형 당뇨병(T2D)에서 사람의 신체는 인슐린에 덜 반응(저항)하게 되며 포도당 수치를 정상화하기에 충분한 인슐린을 신체가 분비하고 생성할 수 없습니다.

NASH와 당뇨병은 흔한 질환입니까?

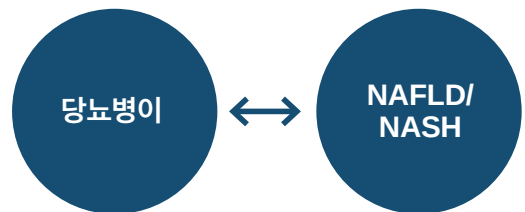
전 세계적으로 NASH와 당뇨병의 유병률이 증가하고 있습니다. 현재 전 세계 인구의 25~30%가 NAFLD를 가지고 있고 2~6%가 NASH를 가지고 있는 것으로 추정되며, NASH의 유병률은 2030년까지 50% 이상 증가할 수 있습니다. 당뇨병의 경우, 연구자들은 2019년에 전 세계 인구의 9.3%인 4억 6,300만 명이 당뇨병을 앓았으며, 2030년까지 25%, 2045년까지 51% 증가할 것으로 예상합니다.

일반적으로 환자는 NASH와 당뇨병 증상을 모두 보입니다. T2D 환자의 경우, NAFLD 유병률은 미국 성인의 70%에 영향을 미치며 약 30%는 NASH가 있고 약 20%는 간 섬유증이 있습니다. 인도의 대규모 연구에서는, 25세 ~ 84세 사이에서 전체 T2D 환자의 56.5%가 NAFLD를 가지고 있었습니다. 인도 북부 주에서만 NAFLD가 72.4%로 만연했습니다. 특히, 루마니아의 연구자들은 대부분 백인 이상인 제2형 당뇨병 환자를 조사한 결과 체질량 지수(비만)가 높을수록 심각한 지방증과 섬유증 발병 위험이 증가한다는 사실을 발견했습니다.

NAFLD/NASH와 당뇨병은 어떻게 연결되어 있습니까?

NAFLD/NASH 및 T2D는 모두 대사 증후군의 위험 요소 중 하나인 비만과 밀접한 관련이 있습니다. 대사 증후군은 T2D, 심장 질환 및 기타 질병의 위험을 증가시키는 상호 연결된 요인군이며, NAFLD/NASH는 연구자들이 조사하고 있는 대사 증후군과 밀접한 관계가 있습니다.

또한 연구자들은 NAFLD/NASH와 당뇨병 사이의 연관성과 각 증상이 다른 증상에 기여하거나 이어질 수 있는 방식을 계속 연구하고 있습니다. 연구자들은 심층 연구를 통해 다음과 같은 사실을 알게 되었습니다.



NASH는 T2D 발병 위험 증가와 관련이 있습니다.

NAFLD는 T2D 발병 위험이 2~3배 증가합니다. 이 위험은 더 심각한 간 질환이 있는 환자에서 더 높을 수 있습니다.

당뇨병 환자는 NAFLD에서 NASH로 질병이 진행될 위험이 높습니다.

간 효소와는 독립적으로 T2D 및 당뇨병 위험은 NAFLD의 중증도, NASH로의 진행, 진행된 섬유증 및 간세포 암종(HCC)의 발병과 밀접한 관련이 있습니다.



NAFLD/NASH와 당뇨병이 모두 있으면 어떻게 됩니까?

조기 발견, 관리 및 치료는 NAFLD/NASH와 당뇨병이 모두 있는 환자에게 중요합니다. 두 질환을 모두 보이는 환자는 간 질환이 없는 환자보다 간 관련 및 비간 관련 질병 및 조기 사망의 위험이 더 높습니다. 다행히도, 의사는 NAFLD/NASH에 대한 섬유증을 평가하고 모니터링하는 데 도움이 되는 혈액 검사를 포함한 여러 가지 비침습적 진단을 사용할 수 있으며 혈액 검사를 사용하여 당뇨병을 진단할 수도 있습니다.



의사는 혈액 검사와 같은 비침습적 진단을 사용하여 상태를 평가하고 모니터링할 수 있습니다.

NAFLD/NASH 및 당뇨병에 대한 치료 옵션은 무엇입니까?

대부분의 의료 제공자가 질병을 치료하기 위해 예방 및 생활 방식 변경에 집중합니다. 행동 치료는 식이 요법, 운동 및 행동 요법에 중점을 둡니다.

당뇨병 치료를 위해 공급자는 식이 요법, 생활 방식, 약물 및 인슐린에 중점을 둡니다. 피오글리타존 및 글루카곤 유사 펩티드-1 수용체 작용제 (GLP-1RA)와 같은 T2D 치료에 사용되는 특정 약물은 NAFLD 또는 NASH 질환을 관리하는 데 유용할 수 있습니다. SGLT2(나트륨-포도당 공동 수송체) 억제제라고 하는 또 다른 종류의 약제가 효과가 있으나 현재 뒷받침할 연구 결과가 부족합니다. 그러나, 이러한 치료법의 임상적 잠재력을 완전히 이해하려면 더 많은 연구가 필요합니다.

가장 적합한 개인 치료 옵션에 대해 의사와 상의하십시오.

생활 습관
수정은 식이
요법, 운동 및
행동 요법에
중점을
둡니다.



NASH 또는 당뇨병에 대한 위험과 검사 및 치료 옵션에 대해 의사와 상의하십시오.

당뇨병

NAFLD/NASH에 대해 당뇨병 환자는 의사에게 어떤 질문을 해야 합니까?

당뇨병이 있는 경우 의사에게 NAFLD/NASH에 대해 다음과 같은 질문을 하십시오.

- NAFLD/NASH의 위험 요인은 무엇입니까?
- NAFLD/NASH 검사를 받아야 합니까?
- 비침습적 진단 테스트를 위한 옵션은 무엇입니까?
- NAFLD/NASH와 당뇨병을 함께 관리하는 방법은 무엇입니까?
- NAFLD/NASH를 관리하거나 예방하기 위해 어떤 자원을 사용할 수 있습니까?
- 다른 의사의 도움이 필요합니까? 그렇다면 주요 연락 담당자는 누구입니까?

NAFLD/ NASH

NAFLD/NASH 환자는 당뇨병에 대해 의사에게 어떤 질문을 해야 합니까?

NAFLD/NASH가 있는 경우 의사에게 당뇨병에 대해 다음과 같은 질문을 해보십시오.

- 당뇨병의 위험 요인은 무엇입니까?
- 당뇨병 검사를 받아야 합니까?
- 진단 검사를 위한 옵션은 무엇입니까?
- NAFLD/NASH와 당뇨병을 함께 관리하는 방법은 무엇입니까?
- 당뇨병을 관리하거나 예방하기 위해 어떤 치료법과 자원을 이용할 수 있습니까?
- 다른 의사의 도움이 필요합니까? 그렇다면 주요 연락 담당자는 누구입니까?



This information was developed by Global Liver Institute using scientific research and data. For a full list of sources, please visit www.international-nash-day.com/sources

Published 2023

Global Liver Institute (GLI) is a 501(c)(3) tax-exempt not-for-profit organization, headquartered in Washington, D.C., United States, with offices in the U.S. and Europe. GLI's vision is for liver health to take its place on the global public health agenda commensurate with the prevalence and impact of liver disease. GLI's mission is to improve the lives of individuals and families impacted by liver disease through promoting innovation, encouraging collaboration, and supporting the scaling of optimal approaches to help eradicate liver diseases. For more information, visit www.GlobalLiver.org.

This content is intended to provide helpful health information to the general public. This content is not intended as medical advice for individual problems. GLI, including its board of directors and staff personnel, specifically disclaim all responsibility for any liability, loss, or risk, personal or otherwise, which is incurred as a consequence, directly or indirectly, of the use and application of any of the content.

www.international-nash-day.com

#NASHday @globalliver

