

# להכיר את תוצאות בדיקות הכבד שלך

## בדיקות תפקודי כבד: מה הן?

בדיקות תפקודי כבד הן בדיקות דם המשמשות כדי לסייע באבחון ומעקב אחר מחלה או נזק לכבד. בדיקות דם שונות אלו משמשות כדי לגלות את כמות השומן או הנזק בכבד. בדיקות דם ספציפיות כוללות (בין היתר):

- אלנין אמינוטרנספראז (ALT)
- אספרטאט אמינוטרנספראז (AST)
- אלקליין פוספטאז (ALP)
- אינדקס יחס טסיות דם (APRI)
- אלבומין
- חנקן מאוריאה בדם (BUN)
- בילירובין
- גאמא-גלוטאמיל טראנספראז (GGT)
- גלובולינים
- קצב סינון גלומרולרי (GFR)
- המוגלובין (HbA1c)
- L - לקטאט די- הידרוגנאז (LD)
- זמן פרוטרומבין (PT)

מכיוון שלעתים קרובות קשה להבחין במחלת כבד, בדיקות המעבדה והאבחון חשובים מאוד. כלים לא-פולשניים יכולים להיות בטוחים יותר ואפילו מדויקים יותר.

בדיקת כבד מעניקה לנו תמונת מצב של מה שקורה בתוך הגוף שלכם ברגע זה בלבד, אך הן לא תמיד מספקות תמונה מלאה. תוצאות בדיקת מעבדה יחידה עלולות שלא להספיק, ולכן אנשי רפואה נוטים לעקוב אחר מגמות בתוצאות מעבדה חריגות. אם אתם מרגישים חולים או לחוצים, זה עלול להשפיע על תוצאות בדיקות המעבדה, לכן יש להקדיש תשומת לתחושות הגוף שלכם.

## כיצד עלי להתכונן לבדיקות המעבדה שלי:



יש לבצע ולפעול לפי כל ההוראות שקיבלתם מספק שירותי הרפואה שלכם.



אם יש לכם חששות לגבי בדיקות המעבדה שלכם אתם יכולים לבקש עזרה מהאחות. טווחי היחס עשויים להשתנות לפי גיל, מין, מוצא אתני, ואפילו לפי מעבדה, לכן יש להקפיד לתקשר עם האחיות!



יש להתלבש בנוחות (כדאי ללבוש חולצה עם שרוולים קצרים כדי להקל על התהליך).



יש לשתות כמות מספקת של נוזלים. יש להקפיד לשתות הרבה מים, כבר יומיים לפני ביצוע בדיקות המעבדה שלכם!

## הבנת תוצאות המעבדה שלי

### ALT (אלנין אמינוטרנספראז)

- ALT הוא אנזים שנמצא בעיקר בכבד שלכם, אם כי הוא קיים גם בחלקים אחרים של הגוף. בדיקת דם ל-ALT יכולה לעזור לרופאים לבדוק את בריאות הכבד שלך אם הכבד שלך ניזוק, רמות ה-ALT בדם עשויות לעלות.<sup>1</sup>
- טווחי תוצאה: הטווח הנורמלי הוא מ-7 ועד 56 *U/L* (יחידות לליטר).

### BUN (חנקן מאוריאה בדם)

- בדיקת BUN מודדת כמה חנקן מאוריאה נמצא בדם שלכם, במטרה לבדוק את התקינות של פעילות הכליות.<sup>2</sup>
- טווחים: הטווח הנורמלי הוא מ-6 ועד 24 מ"ג/ד"ל (2.1 עד 8.5 מילימול/ליטר).

### גלובולינים

- בדיקה זו מודדת את הכמות של חלבון בשם גלובלין בדם, מדד זה משמש לקביעת בריאות המערכת החיסונית שלכם.<sup>3</sup>
- טווחים: הטווח הנורמלי הוא מ-2.0 ועד 3.5 גרם/DL (גרם לדציליטר) או מ-20 ועד 35 גרם/ליטר (גרם לליטר).

### AST (אספרטאט אמינוטרנספראז)

- AST הוא אנזים שנמצא בכבד, בלב, במוח, בלבלב, בכליות, בשרירים וברקמות רבות נוספות בגוף. רמות גבוהות של AST בדם יכולות להיות סימן לבעיה רפואית לא מאובחנת כמו מחלת כבד.<sup>4</sup>
- טווחים: הטווח הנורמלי הוא 8-33 *U/L*.

### בילירובין

- בילירובין הוא הפיגמנט הצהוב הנובע מפירוק ההמוגלובין (הפיגמנט בתאי הדם האדומים). רמות בילירובין נמוכות מהרגיל בדרך כלל אינן מדאיגות, אך רמות גבוהות של בילירובין בזרם הדם יכולות להצביע על בעיות בכבד או בדרכי המרה.<sup>5</sup>
- טווחי תוצאה: הטווח הנורמלי הוא מ-0.3 ועד 1.2 מ"ג/ד"ל.

### GFR (קצב סינון גלומרולרי)

- GFR הוא הקצב המשוער שבו הכליות מסננות דם להרחקת רעלים או פסולת. מודעות לרמות ה-GFR עשויה להועיל בזיהוי מוקדם של מחלת כליות, סוכרת ומצבים בריאותיים נוספים.<sup>6</sup> רמת GFR גבוהה מעידה על תפקוד כליות טוב יותר.
- טווחי תוצאה: הערך הממוצע הוא כ-116 מ"ל/דקה/1.7 מ"ר.

### HbA1c (המוגלובין A1c)

- בדיקת HbA1c היא בדיקת דם שמראה מה הייתה רמת הסוכר הממוצעת בדם שלכם במהלך 2-3 החודשים האחרונים. חשוב לבצע ניטור של רמות הסוכר בדם מכיוון שהתוצאות יכולות לעזור במניעה או לעכב סיבוכים בריאותיים עתידיים, למשל סוכרת.<sup>7</sup>
- טווח: נורמלי טווחים נורמליים נעים בין 5.7% - 6.4%.

### ALP (פוספטאז אלקליין)

- ALP הוא אנזים המצוי בכבד, אך גם בכליות, בעצמות ובמערכת העיכול. ניטור רמות ALP בדם מאפשר זיהוי מוקדם של מגוון רחב של בעיות בריאותיות, כולל בעיות בכבד, מחלות בעצמות ומחלות כליות.<sup>8</sup>
- טווחי תוצאה: הטווח התקינים הוא בין 44-147 U/L.

### LD-LD (L-לאקטאט דהידרוגנאז)

- LD הוא אנזים חשוב המצוי בשרירים, בכליות, בכבד ובכדוריות הדם האדומות. בדיקות LD עוזרות לזהות כל נזק נרחב לרקמות הגוף.<sup>9</sup>
- טווחים: עבור גברים שנקבע כי מינם הוא זכר בלידה: 135-225 U/L (יחידות לליטר). עבור נשים ששנקבע שמינן הוא נקבה בלידה: 135-214 U/L.

### APRI (מדד יחס טסיות דם)

- בדיקת APRI היא דרך לא פולשנית לקבוע את כמות הפיברוזיס (הרקמה הצלקתית) שקיימת בכבד. הבדיקה מודדת את רמות ה-AST וטסיות דם שיכולות להעיד על רמת הבריאות הכללית.<sup>10</sup>
- טווחי תוצאה: APRI של פחות מ-0.5 מצביע על כבד בריא עם פיברוזיס מינימלי ביותר. APRI של יותר מ-1.5 מצביע על צלקות משמעותיות ברקמת הכבד, או אפילו על שחמת.

### PT (זמן פרוטרומבין)

- פרותרומבין הוא חלבון המיוצר על ידי הכבד כדי לסייע בקרישת הדם. תוצאת ה-PT מאפשרת לרופא המטפל להעריך כיצד הדם שלכם נקשר ולבדוק אם יש בעיות בכבד.<sup>11</sup>
- טווחי תוצאה: אם תוצאות ה-PT שלכם מופיעות ביחידות של שניות, הטווח התקין הוא 10-13 שניות. אם תוצאות ה-PR שלכם מוצגות כיחס מנורמל בינלאומי (INR), ערכים של 1.1 ומטה נחשבים כנורמליים.

### אלבומין

- אלבומין הוא חלבון המיוצר על ידי הכבד. בדיקות דם של אלבומין מסייעות בזיהוי הפרעות בתפקוד הכבד והכליות.<sup>12</sup>
- טווחים: הטווח הנורמלי הוא בין 3.5-5.5 גרם/ד"ל.

### GGT (גאמא-גלוטאמיל טראנספראז)

- GGT הוא אנזים המיוצר על ידי הכבד ונמצא בכבד, בכליות, בלב, במוח ובלבלב. רמות GGT לא תקינות בדם יכולות להצביע על בעיות בכבד או בדרכי המרה בשלב מוקדם מאוד.<sup>13</sup>
- טווחים: U/L 5-40 (יחידות לליטר).

## בדיקת הדם שלי הרגע הושלמה. מה הצעד הבא?

חשוב לדעת מתי לצפות לקבל את התוצאות. פירוש התוצאות והדיווח עלולים לארוך כמה שעות, ימים או שבועות. אם התוצאות שלכם תקינות או בטווח הנורמה, ייתכן שהמרפאה לא תפנה אליכם. אם התוצאות תקינות, לרוב ניתן להעביר אותן כהודעה מאובטחת באמצעות אפליקציה לנייד, שיחת טלפון, הודעת טקסט או מכתב.



התייעצו עם הרופא המטפל אם תוצאות המעבדה מחוץ לטווח או חריגות. הקפידו לרשום את כל השאלות או החששות שברצונכם לבדוק עם הרופא המטפל.

## תדירות הבדיקות

בדיקות תפקודי כבד מנטרות את רמות החלבונים והאנזימים המרכזיים, כמדד לתפקוד תקין של הכבד. בכל פעם שאתם חווים תסמינים חריגים, מודאגים ממצבים שעלולים לגרום להפרעה בתפקוד הכבד, או נוטלים תרופות שעלולות להזיק לכבד, עליכם לבדוק את תפקודי הכבד.

בדיקת תפקודי כבד מומלצת בדרך כלל על ידי ספקי שירותי הבריאות אם מופיעים תסמינים המעידים על מחלת כבד. תסמינים אלה כוללים:

- כאבי בטן
- בחילות והקאות
- שתן בצבע כהה
- צואה בצבע בהיר
- תשישות
- צהבת (הצהבה של העור או העיניים)
- שלשול

בנוסף לתסמינים אלה, בדיקות תפקודי כבד מומלצות אם אתם בסיכון גבוה למחלת כבד (למשל כתוצאה משימוש בתרופות מסוימות, היסטוריה משפחתית של מחלת כבד וכיוצא בזה). על אף שאין הנחיות ספציפיות לגבי התדירות או הגיל שבהם רצוי לבצע בדיקות, צרו קשר עם רופא המשפחה כדי לקבוע את תדירות הבדיקות המתאימה לכם.

## שאלות חשובות שכדאי לשקול לשאול את הרופא המטפל:

1. באיזו תדירות עלי להגיע לבדיקות הדם שלי?
2. תוצאות בדיקות המעבדה שלי הן מחוץ לטווח הנורמלי, מה עלי לעשות?
3. האם תוצאות המעבדה העדכניות שלי הן מקור לדאגה? אם כן, מה אוכל לעשות כדי לשלוט בזה?
4. האם כדאי לחזור על הבדיקות או מדוע עלי לחזור על הבדיקות?
5. האם הבדיקות שלי יושפעו מתזונה או תרופות?
6. כיצד משפיעות בעיות בריאותיות אחרות על תוצאות בדיקות הכבד שלי?
7. אם תוצאות המעבדה שלי נמצאות בטווח הנורמה, האם פירוש הדבר הוא שאין לי מה לדאוג?





INTERNATIONAL-NASH-DAY.COM  
#NASHDAY



🌐 [www.GlobalLiver.org](http://www.GlobalLiver.org)  
f @GlobalLiver  
📷 @GlobalLiverInstitute  
in @GlobalLiverInstitute

פורסם ב-2023

## אודות מכון הכבד העולמי

**מכון הכבד העולמי (GLI)** הוקם במטרה לפתור את הבעיות המרכזיות אצלי חולי כבד, לתת אמצעים לשדולה כדי לשפר חייהם של אנשים ומשפחות שנפגעו ממחלת כבד. GLI מקדמת חדשנות, מעודדת שיתוף פעולה ותומכת בהגברת גישות אופטימליות לסייע במיגור מחלות כבד. GLI מאמינה שבריאות הכבד חייבת לעמוד בראש סדר היום של בריאות הציבור העולמי בהתאם לשכיחות ולהשפעה של מחלות כבד. GLI הוא הארגון היחיד שנוצר על ידי מטופלים ומופעל בידי מטופלים, שלא למטרות רווח, העוסק בבריאות הכבד והכל מחלות הכבד בצורה הוליסטית ופועל ברחבי העולם. עקבו אחר GLI **פייסבוק**, **אינסטגרם**, **לינקדאין**, וגם **ביוטיוב**.

## הפניות

1. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22028-alanine-transaminase-alt>
2. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/blood-urea-nitrogen/about/pac-20384821>
3. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22365-globulin-blood-test>
4. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22147-aspartate-transferase-ast>
5. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/bilirubin/about/pac-20393041>
6. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/21593-estimated-glomerular-filtration-rate-egfr>
7. [/https://medlineplus.gov/lab-tests/hemoglobin-a1c-hba1c-test](https://medlineplus.gov/lab-tests/hemoglobin-a1c-hba1c-test)
8. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22029-alkaline-phosphatase-alp>
9. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22736-lactate-dehydrogenase-ldh-test>
10. <https://www.webmd.com/hepatitis/what-is-apri-score>
11. <https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/prothrombin-time/about/pac-20384661>
12. <https://my.clevelandclinic.org/health/diagnostics/22390-albumin-blood-test#results-and-follow-up>
13. [/https://medlineplus.gov/lab-tests/gamma-glutamyl-transferase-ggt-test](https://medlineplus.gov/lab-tests/gamma-glutamyl-transferase-ggt-test)