مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)/ مرض الكبد الدهني الالتهابي غير الكحولي (NASH) ومرض السكري: ما الذي يجب أن يعرفه المرضى؟

من الشائع أن تترافق الإصابة بأحد مرضي NAFLD/ NASH مع الإصابة بمرض السكري فإن المرضى الذين يعانون من الحالتين معرضون بنسبة أعلى لمخاطر الإصابة بأمراض الكبدوغيره والوفاة المبكرة مقارنة بأولئك الذين لا يعانون من أمراض الكبد. [1]اقرأ المزيد أدناه حول كيفية منع مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري والتعامل معهما وعلاجهما.

يُقدّر أن ١ من كل ١٠ أشخاص في العالم مصاب بمرض السكري

يُقدّر أن ٢ إلى ٣ من كل ١٠ أشخاص في العالم مصابون حاليًا بمرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)

٧ من كل ١٠ أشخاص يعيشون مع مرض السكري من النوع الثاني في الولايات المتحدة مصابون أيضًا بمرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)

ما هو مرض السكري؟

يفرز البنكرياس الأنسولين الذي يساعد على وصول الجلوكوز الناتج عن الطعام إلى خلاياك للحصول على الطاقة منه. وبدون الأنسولين، يبقى الجلوكوز في الدم ولا يصل إلى داخل الخلايا.[4]

يحدث مرض السكري، وهو مرض مزمن، عندما يرتفع مستوى الجلوكوز في الدم (سكر الدم) لدى الشخص. في داء السكري من النوع الأول (T1D)، وهو الشكل الأكثر شيوعًا عند الأطفال والمراهقين،[5 6 7] يُنتج البنكرياس القليل من الأنسولين أو يعجز عن إنتاج الأنسولين بمفرده. تشير الدلائل إلى أن T1D من أمراض المناعة الذاتية.[8] في مرض السكري من النوع الثاني (T2D)، وهو الشكل الأكثر شيوعًا عادة عند البالغين، يصبح جسم الشخص أقل استجابة (مقاومًا) للأنسولين ولا يستطيع الجسم التعويض وإنتاج الأنسولين الكافي لتنظيم مستويات الجلوكوز.[9]

ما هو مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)/ مرض الكبد الدهني الالتهابي غير الكحولي (NASH)؟

مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)

مرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD) حالة مرضية يتراكم فيها الكثير من الدهون في الكبد. وإذا تُرك المرض من دون علاج، فقد يؤدي إلى مشاكل خطيرة في الكبد.

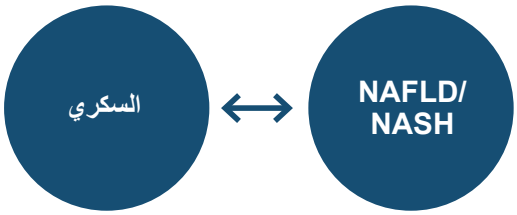
مرض الكبد الدهني الالتهابي غير الكحولي (NASH)

يحدث مرض الكبد الدهني الالتهابي غير الكحولي (NASH) عندما تتحول تلك الدهون الزائدة إلى التهاب (تورم في الكبد) وتليف (تندب) في الكبد. وإذا كان المرض شديدًا بما فيه الكفاية، فقد يؤدي إلى تليف الكبد أو سرطان الكبد، ما قد يستدعي إجراء عملية زرع كبد، وهي حالة صعبة. عادةً ما يأتي كبد الزرع من متبرعين متوفين سابقًا، أو أشخاص توفوا مؤخرًا،[2] ويمكن أن تكون فترة انتظار هذه الأكباد طويلة، تتراوح من أقل من ٣٠ يومًا إلى خمس سنوات في الولايات المتحدة وحدها.[3]

ما الرابط بين مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري؟

يرتبط كلٌّ من مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري من النوع الثاني ارتباطًا وثيقًا بالسمنة، والتي تعد أحد عوامل الخطر المسببة لمتلازمة الأيض (metabolic syndrome). متلازمة الأيض مجموعة من العوامل المترابطة التي تزيد من خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني وأمراض القلب وغيرها من الأمراض،[21] ومرض NAFLD/ NASH له علاقة وثيقة بمتلازمة الأيض، وهي علاقة يفحصها الباحثون اليوم.

يواصل الباحثون أيضًا دراسة الصلة بين مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري والطرق التي يمكن أن تساهم بها كل حالة في الإصابة بالأخرى أو تؤدي إليها. من خلال الدراسات المتعمقة، اكتشف الباحثون أن:



يرتبط مرض NASH بمضاعفة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني.

يرتبط NAFLD بزيادة خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني بمقدار ضعفين إلى ثلاثة أضعاف، وقد يكون هذا الخطر أعلى في المرضى الذين يعانون من مرض أشد في الكبد.[22]

مرضى السكري معرضون بنسبة كبيرة لخطر تطور المرض من NAFLD[23] إلى NASH.

يرتبط مرض السكري من النوع الثاني ومخاطر الإصابة بمرض السكري ارتباطًا وثيقًا بحدّة مرض NAFLD، وتطوره إلى مرض NASH، والتليف المتقدم، وظهور سرطان الخلايا الكبدية (HCC[24 25])، بصرف النظر عن إنزيمات الكبد.[26]

ما مدى انتشار مرض السكري ومرض NASH؟

يوم عن يوم انتشار مرض NASH ومرض السكري على المستوى العالمي. تشير التقديرات إلى أن ٢٥-٣٠٪ من الناس في جميع أنحاء العالم مصابون حاليًا بمرض NAFLD و٢-٦٪ مصابون بمرض NASH[10 11]، ويرجّح أن يزيد انتشار NASH بنسبة تفوق ٥٠٪ بحلول عام ٢٠٣٠.[12] بالنسبة لمرض السكري، يقدّر الباحثون أن ٩,٣٪ من سكان العالم، أو حوالي ٤٦٣ مليون شخص، مصابون بمرض السكري في عام ٢٠١٩، ويتوقعون ارتفاع هذا الرقم بنسبة ٢٥٪ بحلول عام ٢٠٣٠ و٥١٪ بحلول عام ٢٠٤٥.[13]

من الشائع أن يعاني المرضى من كلا مرضي NASH والسكري. بالنسبة للأفراد الذين يعانون من مرض السكري من النوع الثاني (T2D)، فإن انتشار NAFLD يؤثر على ٧٠٪ من البالغين في الولايات المتحدة، مع نسبة تُقدّر بنحو ٣٠٪ من المصابين بمرض NASH وحوالي ٢٠٪ مصابين بتليف الكبد.[14 15 16 17] في دراسة كبيرة أجريت في الهند، كان ٥٦,٥٪ من المرضى الذين يعانون من مرض السكري من النوع الثاني الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٥ و٨٤ عامًا مصابين بمرض NAFLD؛ وفي الولايات الهندية الشمالية وحدها، انتشر مرض NAFLD بنسبة ٧٢,٤٪ بينهم.[18 19] والجدير بالذكر أن باحثين في رومانيا فحصوا مصابين بالسكري من النوع الثاني ممن كانوا في الغالب من القوقازيين وكبار السن، ووجدوا أن ارتفاع مؤشر كتلة الجسم (السمنة) يزيد من خطر الإصابة بالتنكّس الدهني والتليف.[20]

ماذا لو كنت مصابًا بكلّ من مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري؟

يعد الكشف المبكر للمرض والتعامل معه وعلاجه أمرًا أساسيًا للمرضى الذين يعانون من مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري. المرضى الذين يعانون من كلتا الحالتين معرضون بنسبة أعلى لمخاطر الإصابة بأمراض الكبد والأمراض غير المتعلقة بالكبد والوفاة المبكرة مقارنة بأولئك الذين لا يعانون من أمراض الكبد.[٢٧] لحسن الحظ، يمكن للأطباء استخدام عدد من التشخيصات غير الجراحية، بما في ذلك اختبارات الدم، للمساعدة في تقييم التليف ومراقبته في مرض NAFLD/ NASH ويمكنهم أيضًا استخدام اختبارات الدم لتشخيص مرض السكري.

يمكن للأطباء استخدام التشخيصات غير الجراحية، مثل اختبارات الدم، للمساعدة في تقييم ما لديك من حالات ومراقبتها.

ما خيارات علاج مرض NAFLD/ NASH ومرض السكري؟

حاليًا، الهند فقط لديها دواء معتمد لمرض NASH بالتحديد، ما دفع العديد من مقدمي الخدمة إلى التركيز على الوقاية وتعديل نمط الحياة لعكس أعراض المرض وتأثيراته. تركز هذا المعالجة السلوكية على النظام الغذائي والتمارين الرياضية والعلاج السلوكي.[28]

لعلاج مرض السكري، يركز مقدمو الخدمة على النظام الغذائي ونمط الحياة والأدوية والأنسولين. يمكن أن تكون بعض الأدوية المستخدمة لعلاج السكري من النوع الثاني مفيدة في التعامل مع NAFLD أو NASH، مثل بيوجليتازون (pioglitazone) وناهضات مستقبل الببتيد ١ الشبيه بالجلوكاجون [29 30] (GLP-1RAs). وثمّة فئة أخرى من العوامل تسمى مثبطات الناقل المشترك للصوديوم والجلوكوز ٢ (SGLT2)، وهي فئة واعدة، ولكن توجد أدلة قليلة على فعاليتها حاليًا.[31] ومع ذلك، تظل هناك حاجة إلى مزيد من العمل لفهم الإمكانات السريرية لهذه العلاجات بشكل كامل.

يركز تعديل أسلوب الحياة على النظام الغذائي والتمارين الرياضية والعلاج السلوكي.

تحدث إلى طبيبك حول الخيارات التي قد تكون أفضل لعلاجك الشخصي.

تحدث إلى طبيبك حول مخاطر إصابتك بمرض الكبد الدهني الالتهابي غير الكحولي (NASH) أو مرض السكري والخيارات المتاحة للفحص والعلاج.

السكري

ما الأسئلة التي ينبغي لمرضى السكري طرحها على أطبائهم حول مرض NAFLD/ NASH؟

إذا كنت مصابًا بمرض السكري، ينصح بطرح الأسئلة التالية على طبيبك حول مرض NAFLD/ NASH:

- ما عوامل الخطورة المؤدية للإصابة بمرض NAFLD/ NASH؟
- هل ينبغي لي أن أخضع لاختبار NAFLD/ NASH؟
- ما خياراتي للاختبارات التشخيصية غير الجراحية؟
- ما النهج الذي تتبعه للتعامل مع الإصابة بمرض NAFLD/ NASH ومرض السكري معًا؟
- ما الموارد المتاحة لي للتعامل مع الإصابة بمرض NAFLD/ NASH أو منعها؟
- هل هناك أطباء آخرون ينبغي لي أن أتواصل معهم؟ وإذا كان الأمر كذلك، فمن منهم سيكون نقطة الاتصال الرئيسية بالنسبة لي؟

NAFLD/ NASH

ما الأسئلة التي ينبغي لمرضى NAFLD/ NASH طرحها على أطبائهم حول مرض السكري؟

إذا كنت مصابًا بمرض NAFLD/ NASH، ينصح بطرح الأسئلة التالية على طبيبك حول مرض السكري:

- ما عوامل الخطورة المؤدية للإصابة بمرض السكري؟
- هل ينبغي لي أن أخضع لاختبار السكري؟
- ما خياراتي للاختبارات التشخيصية؟
- ما النهج الذي تتبعه للتعامل مع الإصابة بمرض NAFLD/ NASH ومرض السكري معًا؟
- ما العلاجات والموارد المتاحة لي للتعامل مع الإصابة بمرض السكري أو منعها؟
- هل هناك أطباء آخرون ينبغي لي أن أتواصل معهم؟ وإذا كان الأمر كذلك، فمن منهم سيكون نقطة الاتصال الرئيسية بالنسبة لي؟

INTERNATIONAL NASH DAY

www.international-nash-day.com

NASHday @globalliver#

وضع معهد الكبد العالمي هذه المعلومات باستخدام البحث العلمي والبيانات العلمية.
للحصول على قائمة كاملة بالمصادر، يرجى زيارة
www.international-nash-day.com/sources

GLI GLOBAL LIVER INSTITUTE

نُشرت في ٢٠٢١.

معهد الكبد العالمي *(GLI)* مؤسسة غير ربحية معفاة من الضرائب وفقًا للقانون *501(c)(3)*، ومقرها الرئيسي في واشنطن العاصمة، الولايات المتحدة، ولها مكاتب في الولايات المتحدة وأوروبا. تتمثل رؤية معهد الكبد العالمي في وضع صحة الكبد على جدول أعمال الصحة العامة العالمية بما يتناسب مع انتشار أمراض الكبد وتأثيرها. وتتمثل مهمة المعهد في تحسين حياة الأفراد والعائلات المتأثرين بأمراض الكبد من خلال تعزيز الابتكار وتشجيع التعاون ودعم توسيع المقاربات المثلى للقضاء على أمراض الكبد. للمزيد من المعلومات، يرجى زيارة *www.GlobalLiver.org*.

الغرض من هذا المحتوى توفير معلومات صحية مفيدة لعامة الناس. هذا المحتوى غير مخصص ليكون مشورة طبية للمشكلات الفردية. يُخلي معهد الكبد العالمي، بما في ذلك مجلس إدارته وموظفيه، مسؤوليته على وجه التحديد عن أي مسألة قانونية أو خسارة أو خطورة، شخصية أو غير ذلك، يتم تكبدها كنتيجة، مباشرة أو غير مباشرة، لاستخدام أي جزء من المحتوى وتطبيقه.