

NAFLD/NASH i dijabetes: Što pacijenti trebaju znati?

Pacijenti često imaju i NAFLD/NASH i dijabetes te su, nažalost, pacijenti koji imaju oba poremećaja izloženi većem riziku od bolesti povezanih s jetrom i bolesti koje nisu povezane s jetrom, kao i prijevremene smrti u odnosu na osobe bez bolesti jetre.¹ U nastavku pročitajte kako možete spriječiti, kontrolirati i liječiti NAFLD/NASH i dijabetes.



Procjenjuje se da 2-3 osobe na svakih
10 osoba na svijetu trenutno imaju
NAFLD



Procjenjuje se da 1 osoba na svakih
10 osoba na svijetu ima dijabetes



Sedam od 10 osoba u Sjedinjenim
Američkim Državama koje imaju dijabetes
tipa 2 imaju i NAFLD

Što je NAFLD/NASH?

Nealkoholna masna bolest jetre (NAFLD)

Nealkoholna masna bolest jetre (NAFLD) poremećaj je kod kojeg dolazi do prekomjernog nakupljanja masti u jetri. Ako se ne liječi, NAFLD može dovesti do ozbiljnih problema s jetrom.

Nealkoholni steatohepatitis (NASH)

Nealkoholni steatohepatitis (NASH) javlja se kada prekomjerne količine masti izazovu upalu (oticanje jetre) i fibrozu (stvaranje ožiljaka) jetre. U teškim slučajevima NASH može dovesti do ciroze ili raka jetre te može zahtijevati transplantaciju jetre, što predstavlja tešku situaciju. Jetre za transplantaciju obično dolaze od preminulih darivatelja ili osoba koje su nedavno preminule,² a razdoblje čekanja na darivateljske jetre može biti dugo, pri čemu se kreće od manje od 30 dana do pet godina samo u Sjedinjenim Američkim Državama.³

Što je dijabetes?

Gušterača luči inzulin koji pomaže da energija iz hrane dospije do stanica koje je koriste kao energiju. Bez inzulina glukoza ostaje u krvi i ne dopijeva unutar stanica.⁴

Dijabetes, kronično oboljenje, javlja se kada je povišena glukoza u krvi (šećer u krvi). Kod dijabetesa tipa 1 (DT1), najčešćeg oblika dijabetesa koji se javlja kod djece i adolescenata,^{5 6 7} gušterača samostalno proizvodi malo ili nimalo inzulina. Dokazi ukazuju na to da je DT1 autoimuno oboljenje.⁸ Kod dijabetesa tipa 2 (DT2), najčešćeg oblika dijabetesa koji se javlja kod odraslih, organizam slabije reagira (postaje rezistentan) na inzulin, što organizam ne može kompenzirati i proizvesti dovoljnu količinu inzulina da bi se razine glukoze normalizirale.⁹

Koliko su česti NASH i dijabetes?

Rasprostranjenost NASH-a i dijabetesa na globalnoj razini raste. Procjenjuje se da 25–30 % osoba na svijetu trenutačno ima NAFLD, dok 2–6 % ima NASH,^{10 11} a rasprostranjenost NASH-a bi se mogla povećati na preko 50 % do 2030. godine.¹² Što se tiče dijabetesa, istraživači procjenjuju da je u 2019. godini 9,3 % globalne populacije, ili 463 milijuna osoba, imalo dijabetes te se predviđa da će se ta brojka povećati na 25 % do 2030. godine, odnosno 51 % do 2045. godine.¹³

Pacijenti često imaju i NASH i dijabetes. Kod osoba s DT2, NAFLD pogađa 70 % odraslih u SAD-u, pri čemu se procjenjuje da 30 % osoba ima NASH, a oko 20 % fibrozu jetre.^{14 15 16 17} U velikom ispitivanju provedenom u Indiji, 56,5 % pacijenata s DT2 u dobi od 25 godina do 84 godine imalo je NAFLD; samo u sjevernim indijskim državama NAFLD je zabilježen kod 72,4 % osoba.^{18 19} Značajno je da su istraživači u Rumunjskoj pregledali pacijente s DT2 koji su uglavnom bili bijele rase i starije dobi te su utvrdili da veći indeks tjelesne mase (pretilost) povećava rizik od pojave teške steatoze i fibroze.²⁰

NAFLD/NASH
i dijabetes

Što ako imam i NAFLD/NASH i dijabetes?

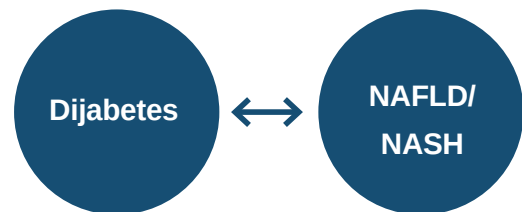
Rano otkrivanje, kontroliranje i liječenje od ključnog su značaja za pacijente koji imaju i NAFLD/NASH i dijabetes. Pacijenti koji imaju oba poremećaja izloženi su povećanom riziku od bolesti povezanih s jetrom i bolesti koje nisu povezane s jetrom, kao i prijevremene smrti u odnosu na osobe bez bolesti jetre.²⁷ Srećom, liječnicima je na raspolaganju niz neinvazivnih dijagnostičkih metoda, uključujući krvne pretrage, koje pomažu u procjeni i praćenju u pogledu pojave fibroze kod NAFLD-a/NASH-a, a krvne se pretrage mogu koristiti i za dijagnosticiranje dijabetesa.



Kako su NAFLD/NASH i dijabetes povezani?

NAFLD/NASH i DT2 blisko su povezani s pretilošću, koja predstavlja jedan od čimbenika rizika za pojavu metaboličkog sindroma. Metabolički sindrom predstavlja skupinu međusobno povezanih čimbenika koji povećavaju rizik od DT2, srčanih bolesti i drugih bolesti,²¹ a NAFLD/NASH je blisko povezan s metaboličkim sindromom koji istraživači ispituju.

Istraživači također nastavljaju s provođenjem ispitivanja koje istražuje vezu između NAFLD-a/NASH-a i dijabetesa, kao i načine na koje jedan poremećaj može doprinijeti ili dovesti do pojave drugog. Zahvaljujući iscrpnim ispitivanjima istraživači su saznali sljedeće:



NASH je povezan s povećanim rizikom od pojave DT2.

NAFLD je povezan s dvostruko ili trostruko povećanim rizikom od pojave DT2; taj rizik može biti veći u bolesnika s težom bolešću jetre.²²

Pacijenti s dijabetesom izloženi su visokom riziku od progresije bolesti iz NAFLD u NASH.²³

Rizik od DT2 i dijabetesa blisko je povezan s težinom NAFLD-a, progresijom u NASH, uznapredovalom fibrozom i razvojem hepatocelularnog karcinoma (HCC),^{24 25} neovisno od enzima jetre.²⁶

Liječnici mogu koristiti neinvazivne dijagnostičke metode, kao što su krvne pretrage, kao pomoć u procjeni i praćenju vaših poremećaja.

Koje mogućnosti liječenja postoje za NAFLD/NASH i dijabetes?

Trenutačno je samo u Indiji odobren poseban lijek za NASH, zbog čega se mnogi zdravstveni djelatnici fokusiraju na sprječavanje i izmjene stila života radi liječenja bolesti. To bihevioralno liječenje fokusira se na prehranu, vježbanje i bihevioralnu terapiju.²⁸

U liječenju dijabetesa, zdravstveni djelatnici fokusiraju se na prehranu, stil života, lijekove i inzulin. Određeni lijekovi za liječenje DT2 mogli bi biti korisni za kontroliranje NAFLD-a i NASH-a, kao što su pioglitazon i agonisti receptora glukagonu sličnog peptida-1 (GLP-1RA).^{29 30} Obećavajuća je i još jedna klasa lijekova koji se zovu inhibitori kotransportera-2 natrija i glukoze (SGLT2), ali zasad postoji manje dokaza.³¹ Međutim, potrebni su dodatni napori da bi se potpuno razjasnio klinički potencijal ovih terapija.

Razgovarajte sa svojim liječnikom o tome koje mogućnosti najbolje odgovaraju vašem osobnom liječenju.

Promjene stila života fokusiraju se na prehranu, vježbanje i bihevioralnu terapiju.



Razgovarajte sa svojim liječnikom o vašem riziku od NASH-a i dijabetesa te o mogućnostima za pregled i liječenje.

Dijabetes

Koja pitanja bolesnici s dijabetesom trebaju postaviti svojim liječnicima o NAFLD-u/NASH-u?

Ako imate dijabetes, razmislite o postavljanju sljedećih pitanja o NAFLD-u/NASH-u vašem liječniku:

- Koji su čimbenici rizika za NAFLD/NASH?
- Trebam li se testirati na NAFLD/NASH?
- Koji neinvazivni dijagnostički testovi su mi dostupni?
- Koji je vaš pristup kontroliranju NAFLD-a/NASH-a i dijabetesa zajedno?
- Koji su mi resursi dostupni za kontroliranje ili sprječavanje NAFLD-a/NASH-a?
- Postoje li drugi liječnici s kojima trebam stupiti u kontakt? Ako postoje, tko će biti moj glavni kontakt?

NAFLD/ NASH

Koja pitanja pacijenti s NAFLD-om/NASH-om trebaju postaviti svojim liječnicima o dijabetesu?

Ako imate NAFLD/NASH, razmislite o postavljanju sljedećih pitanja o dijabetesu vašem liječniku:

- Koji su čimbenici rizika za dijabetes?
- Trebam li se testirati na dijabetes?
- Koji dijagnostički testovi su mi dostupni?
- Koji je vaš pristup kontroliranju NAFLD-a/NASH-a i dijabetesa zajedno?
- Koji su mi resursi dostupni za kontroliranje ili sprječavanje dijabetesa?
- Postoje li drugi liječnici s kojima trebam stupiti u kontakt? Ako postoje, tko će biti moj glavni kontakt?



INTERNATIONAL
NASH DAY | 

Ove je informacije razvio Globalni institut za bolesti jetre na osnovu znanstvenog istraživanja i podataka. Detaljan popis izvora možete pronaći na www.international-nash-day.com/sources

Objavljeno 2021.

Globalni institut za bolesti jetre neprofitna je organizacija oslobođena poreza (501(c)(3)), sa sjedištem u Washingtonu u Sjedinjenim Američkim Državama s uredima u SAD-u i Europi. Vizija Globalnog instituta za bolesti jetre da zdravlje jetre zauzme mjesto na dnevnom redu globalnog javnog zdravstva srazmjerno rasprostranjenosti i utjecaju bolesti jetre. Misija Globalnog instituta za bolesti jetre je unapređenje života osoba koje pate od bolesti jetre i njihovih obitelji, promocijom inovacija, suradnje i procjene optimalnih pristupa iskorjenjivanju bolesti jetre. Više informacija dostupno je na www.GlobalLiver.org.

Ovaj sadržaj ima za cilj pružiti korisne opće zdravstvene informacije široj populaciji. Ovaj sadržaj nije namijenjen za savjetovanje pojedinaca povodom individualnih zdravstvenih problema. Globalni institut za bolesti jetre, zajedno sa svojim čelnicima i djelatnicima, izričito se odriče svake odgovornosti za sigurnost, gubitak ili rizik, osobne ili druge naravi, koji može, izravno ili neizravno, nastupiti slijedom čitanja i primjene nekog dijela ovog sadržaja.

www.international-nash-day.com

#NASHday @globalliver

