

# NAFLD/NASH и дијабетес: Што треба да знаат пациентите?

Често се случува пациенти да имаат и NAFLD/NASH и дијабетес. За жал, пациентите со двете медицински состојби се под поголем ризик од заболувања поврзани и неповрзани со црниот дроб и предвремена смрт од оние кои немаат заболување на црниот дроб.<sup>1</sup> Подолу може да дознаете повеќе како може да ја спречите појавата, да се справувате со и да се лекувате од NAFLD/NASH и дијабетес.



Околу 2-3 на секои 10 луѓе во светот  
тековно имаат NAFLD



Околу 1 на секои 10 луѓе во  
светот имаат дијабетес



7 од 10 луѓе што живеат со дијабетес  
тип-2 во Соединетите Американски  
Држави имаат NAFLD

## Што е NAFLD/NASH?

### Замастен црн дроб од неалкохолна етиологија (NAFLD)

NAFLD, заболување на замастен црн дроб од неалкохолна етиологија, е медицинска состојба при која се јавува прекумерно натрупување на масти во црниот дроб. Доколку не се лекува, може да доведе до сериозни проблеми со црниот дроб.

### Неалкохолен стеатохепатит (NASH)

Неалкохолен стеатохепатит (NASH) се јавува кога тие прекумерни масти предизвикуваат воспаление (оток во црниот дроб) и фиброза (лузни) на црниот дроб. Во изразени случаи NASH може да доведе до цироза или рак на црниот дроб, што може да бара трансплантација на црн дроб – што е навистина тешко. Црниот дроб за трансплатација вообичаено е од починат донор или луѓе кои неодамна починале,<sup>2</sup> а периодот на чекање може да е долг – од помалку од 30 дена до 5 години само во САД.<sup>3</sup>

## Што е дијабетес?

Панкреасот лачи инсулин кој помага глюкозата од храната да влезе во вашите клетки за енергија. Без инсулин, глюкозата останува во крвта и не стигнува до внатрешноста на клетките.<sup>4</sup>

Дијабетес е хронична болест до која доаѓа кога нивото на глюкоза во крвта (шеќер во крвта) е покачено. Кај дијабетес тип-1 (T1D), форма што најчесто се јавува кај деца и адолесценти,<sup>5 6 7</sup> самиот панкреас лачи премалку или воопшто не лачи инсулин. Истражувања посочуваат дека T1D е автоимуно заболување.<sup>8</sup>

Кај дијабетес тип-2 (T2D), форма што вообичаено се јавува кај возрасни, телото има помал одговор (станува отпорно) на инсулин и телото не може да компензира и да произведе доволно инсулин за да ги нормализира нивоата на глюкоза.<sup>9</sup>

## Колку се чести NASH и дијабетес?

Глобалната распространетост на NASH и дијабетес се зголемува. Се проценува дека 25-30% од светското население има NAFLD и 2-6% има NASH,<sup>10 11</sup> како и дека распространетоста на NASH може да се зголеми за преку 50% до 2030.<sup>12</sup> Истражувачите проценуваат дека 9.3% од светското население, или 463 милиони луѓе, имале дијабетес во 2019 и предвидуваат тој број да се зголеми за 25% до 2030 и за 51% до 2045.<sup>13</sup>

Често се случува пациенти да имаат и NASH и дијабетес. Кај лицата со T2D, распространетоста на NAFLD е кај 70% од возрастното население во САД, од кои околу 30% имаат NASH и околу 20% имаат фиброза на црниот дроб.<sup>14 15 16 17</sup> Во едно големо истражување во Индија, 56.5% од пациентите со T2D на возраст меѓу 25 и 84 години имаа NAFLD; само во државите на северот на Индија, 72.4% имаа NAFLD.<sup>18 19</sup> Вредно забележување е дека истражувачи во Романија прегледувале пациенти со T2D (претежно постари белци) и откриле дека повисокиот индекс на телесна маса (обезност) го зголемува ризикот за развој на изразена стеатоза и фиброза.<sup>20</sup>

### NAFLD/NASH и дијабетес

## Што доколку имам и NAFLD/NASH и дијабетес?

Раното откривање, справување и третман се клучни за пациенти што истовремено страдаат од NAFLD/NASH и дијабетес. Пациентите со двете медицински состојби се под поголем ризик од заболувања поврзани и неповрзани со црниот дроб и предвремена смрт од оние без заболување на црниот дроб.<sup>27</sup> За среќа, докторите располагаат со бројни неинвазивни дијагностички методи, како крвна слика, за да помогнат при процена и следење на NAFLD/NASH фиброза, а може да користат крвна слика и за дијагностицирање на дијабетес.

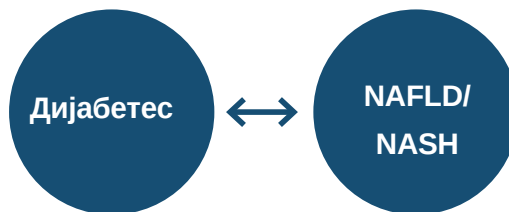


Докторите може да користат неинвазивни дијагностички методи, како крвна слика за да помогнат при процена и следење на вашите заболувања.

## Како се поврзани NAFLD/NASH и дијабетес?

И NAFLD/NASH и T2D се во блиска врска со прекумерната телесна тежина, што е еден од факторите на ризик за метаболичен синдром. Метаболичен синдром е група взаимно поврзани фактори што го зголемуваат ризикот за T2D, срцеви и други заболувања,<sup>21</sup> а NAFLD/NASH се во блиска врска, проучувана од истражувачи, со метаболичниот синдром.

Истражувачи продолжуваат да ја проучуваат и врската меѓу NAFLD/NASH и дијабетес и начините на кои едното заболување може да придонесе за или да доведе до другото. Преку детални истражувања откриено е дека:



### NASH е поврзан со зголемен ризик за развој на T2D.

NAFLD е поврзан со двојно до тројно зголемен ризик за развој на T2D; овој ризик може да биде поголем кај пациенти со посериозно заболување на црниот дроб.<sup>22</sup>

### Пациентите со дијабетес се под висок ризик болеста да напредува од NAFLD во NASH.<sup>23</sup>

Ризикот за T2D и дијабетес се поврзани со сериозноста на NAFLD, напредувањето кон NASH, напредна фиброза и развој на хепатоцелуларен карцином (HCC),<sup>24 25</sup> независно од ензимите на црниот дроб.<sup>26</sup>

## Кои се опциите за третман на NAFLD/NASH и дијабетес?

Тековно, само Индија има лек одобрен специфично за NASH, што води многу медицински лица да се концентрираат на превенција и менување на стилот на живот за намалување на заболувањето. Овој бихејвиористички третман се фокусира на правилна исхрана, вежбање и бихејвиористичка терапија.<sup>28</sup>

При лекување на дијабетес, медицинските лица се фокусираат на правилна исхрана, менување на стилот на живот, лекови и инсулин. Некои од лековите употребувани за третман на T2D би можеле да бидат корисни и за справување со NAFLD или NASH, како пиоглитазон и сличен-на-глукагон пептид-1 рецептор антагонисти (GLP-1RAs).<sup>29 30</sup> Друга класа на агенти наречени инхибитори на натриум-глукоза ко-транспортер -2 (SGLT2) ветуваат, но тековно нема доволно докази.<sup>31</sup> Сепак, потребна е понатамошна работа за целосно разбирање на клиничкиот потенцијал на овие третмани.

Зборувајте со вашиот доктор за опциите што би биле најдобри за вашето лекување.



Зборувајте со вашиот доктор за вашиот ризик за NASH или дијабетес и вашите опции за скрининг и третман.

### Дијабетис

## Кои прашања треба пациентите со дијабетес да им ги постават на своите доктори за NAFLD/NASH?

Доколку имате дијабетес, прашајте го вашиот доктор за следниве нешта во врска со NAFLD/NASH:

- Кои се ризик факторите за NAFLD/NASH?
- Дали треба да се тестирам за NAFLD/NASH?
- Кои се моите опции за неинвазивни дијагностички тестови?
- Кој е вашиот пристап за истовремено справување со NAFLD/NASH и дијабетес?
- Кои ресурси ми се достапни за справување со или превенција на NAFLD/NASH?
- Дали треба да контактирам и други доктори? Доколку да, кој ќе биде главната точка за контакт?

### NAFLD/ NASH

## Кои прашања треба пациентите со NAFLD/NASH да им ги постават на своите доктори за дијабетес?

Доколку имате NAFLD/NASH, прашајте го вашиот доктор за следниве нешта во врска со дијабетес:

- Кои се ризик факторите за дијабетес?
- Дали треба да се тестирам за дијабетес?
- Кои се моите опции за дијагностички тестови?
- Кој е вашиот пристап за истовремено справување со NAFLD/NASH и дијабетес?
- Кои третмани и ресурси ми се достапни за справување со или превенција на дијабетес?
- Дали треба да контактирам и други доктори? Доколку да, кој ќе биде главната точка за контакт?



Овие информации беа прибрани од Global Liver Institute со примена на научни истражувања и податоци. За целосна листа на извори ве молам посетете ја страната: [www.international-nash-day.com/sources](http://www.international-nash-day.com/sources)

Издадено 2021.

Глобалниот институт за црн дроб (Global Liver Institute) е непрофитна организација со 501(c)(3) даночно ослободување, со седиште во Вашингтон, во Соединетите Американски Држави. Нашата мисија е да ја подобриме ефикасноста на заедницата за црниот дроб преку промовирање на иновација, соработка и прилагодување и избор на оптимални пристапи за искоренување на заболувањата на црниот дроб. International NASH Day (Интернационалниот ден на NASH) и неговото лого се регистриран заштитен знак на Global Liver Institute.

Оваа содржина има за цел да пружи корисни здравствени информации на пошироката јавност. Оваа содржина не е наменета како медицински совет за индивидуални проблеми. Global Liver Institute, вклучително неговиот управен одбор и сите вработени, специфично не преземаат никаква одговорност за какви било штета, загуба или ризик, лични или поинакви, претрпени како директна или индиректна последица на употребата и примената на кој било дел од содржината.



INTERNATIONAL  
NASH DAY | 

[www.international-nash-day.com](http://www.international-nash-day.com)

#NASHday @globalliver

