

# Nutrition in chronic liver disease with steatohpatitis (nash)in children

Doaa Gaber Olimy

أصبح مرض الكبد الدهنى من أكثر أمراض الكبد شيوعاً عند الأطفال وذلك لارتفاع نسبة الإصابة بأمراض السمنة ومرض البول السكرى عند الأطفال. لتعريف: ترسب الدهون بالكبد خاصة "الدهون الثلاثية" مما يؤدي إلى التهابات الكبد وقد تصل إلى تليف بالكبد. أسباب مرض الكبد الدهنى: 1- السمنة. 2- مرض البول السكرى. 3- زيادة مقاومة الأنسولين. • الأسباب الثلاثة السابقة هي أكثر الأسباب شيوعاً المسببة لمرض الكبد الدهنى عند الأطفال. 4- بعض الأدوية مثل الكورتيزون - التتراسيكلين,..... 5- أمراض سوء التغذية. 6- التغذية بالمحاليل لفترة طويلة. 7- النقص السريع للوزن. معدل الانتشار: لا توجد دراسات مؤكدة لمعدل الانتشار الحقيقى بنسبة الإصابة بمرض الكبد الدهنى عند الأطفال لكن من بعض الدراسات التى أجريت تبين الآتى: 1- أكثر إنتشاراً فى الذكور عن الإناث. 2- ينتشر بنسبة 0,7% فى الأطفال من سن 4-2 سنوات تصل إلى 17,3% فى الأطفال من سن 15-18 سنة. 3- حوالى 80% من الحالات تعانى من السمنة. وسائل التشخيص: أخذ عينة من الكبد هى الوسيلة الوحيدة المؤكدة للتشخيص "للتفرقة بين الكبد الدهنى والكبد الدهنى المصاحب لوجود إتهاب بالكبد). • بعض الوسائل الأخرى المساعدة للتشخيص: 1- السونار. 2- الأشعة المقطعية. 3- الرنين المغناطيسى. 4- بعض التحاليل مثل: - وظائف الكبد: - إنزيمات الكبد  $AST < ALT$  فى حالات الكبد الدهنى. العلاج: 1) يعد تغيير نظام الحياة بمعنى "إنقاص الوزن + الرياضة" هى أهم وسائل العلاج والتى تؤدي إلى نتائج جيدة فى تحسين حالة الكبد ما لم يحدث مضاعفات مثل حدوث تليف فى الكبد مع الأخذ فى الاعتبار عدم الإنقاص السريع للوزن لأن ذلك يؤدي إلى زيادة المرض (الكبد الدهنى). 2) العلاج باستخدام الأدوية أو نظام تغذية: - نظام غذائى مثلاً: استخدام الأطعمة المحتوية على مضاد الأكسدة مثل فيتامين E مع تجنب الأغذية التى تؤدي إلى السمنة مثل الوجبات السريعة. وتناول الأغذية التى تحتوى على الزيوت غير المشبعة (PUFA). الأدوية مثل: - أدوية تقلل نسبة الدهون. - مضادات الأكسدة. - أدوية تقلل مقاومة الأنسولين. - أدوية لحماية خلايا الكبد. مما سبق يجب الآتى: 1- عمل فحص دورى على الأطفال الذين يعانون من السمنة ومرض البول السكرى للكشف المبكر لمرض الكبد الدهنى وتجنب المضاعفات. 2- تشجيع الأطفال على تجنب الأغذية التى تؤدي إلى السمنة مثل المشروبات الغازية والوجبات السريعة. 3- تشجيع الرضاعة الطبيعية حيث ثبت أنها تقلل من نسبة الإصابة بالسمنة فى الأطفال. لالهدف من البحث دراسة دور التغذية فى علاج الكبد الدهنى وأمراض الكبد المزمنة عند الأطفال.