

Nutrition in chronic liver disease with steatohepatitis (nash)in children

Doaa Gaber Olimy

أصبح مرض الكبد الدهني من أكثر أمراض الكبد شيوعاً عند الأطفال وذلك لارتفاع نسبة الإصابة بأمراض السمنة ومرض البول السكري عند الأطفال.التعريف :ترسب الدهون بالكبد خاصة "الدهون الثلاثية" مما يؤدي إلى التهابات الكبد وقد تصل إلى تليف بالكبد.أسباب مرض الكبد الدهني:1- السمنة.2- مرض البول السكري.3- زيادة مقاومة الأنسولين. 0. الأسباب الثلاثة السابقة هي أكثر الأسباب شيوعاً المسببة لمرض الكبد الدهني عند الأطفال.4- بعض الأدوية مثل الكورتيزون - التتراسيكلين.....5.....5- أمراض سوء التغذية.6- التغذية بالمحاليل لفترة طويلة.7- النقص السريع للوزن.معدل الإنتشار: لا توجد دراسات مؤكدة لمعدل الإنتشار الحقيقي بنسبه الإصابة بمرض الكبد الدهني عند الأطفال لكن من بعض الدراسات التي أجريت تبين الآتي:1- أكثر إنتشاراً في الذكور عن الإناث.2- ينتشر بنسبة 0,7% في الأطفال من سن 4-2 سنوات تصل إلى 17,3% في الأطفال من سن 15-18 سنة.3- حوالي 80% من الحالات تعاين من السمنة.وسائل التشخيص:أخذ عينة من الكبد هي الوسيلة الوحيدة المؤكدة للتشخيص "للفرقه بين الكبد الدهني والكبد الدهني المصاحب لوجود التهاب بالكبد". 0. بعض الوسائل الأخرى المساعدة للتشخيص:1- السونار.2- الآشعة المقطعة.3- الرنين المغناطيسي.4- بعض التحاليل مثل: وظائف الكبد: إنزيمات الكبد ALT < AST في حالات الكبد الدهني.العلاج:1) يعد تغيير نظام الحياة بمعنى "إنقاص الوزن + الرياضة" هي أهم وسائل العلاج والتي تؤدي إلى نتائج جيدة في تحسين حالة الكبد ما لم يحدث مضاعفات مثل حدوث تليف في الكبد مع الأخذ في الاعتبار عدم الإنقاص السريع للوزن لأن ذلك يؤدي إلى زيادة المرض (الكبد الدهني).2) العلاج بإستخدام الأدوية أو نظام تغذية: نظام غذائي مثل:إستخدام الأطعمة المحتوية على مضاد الأكسدة مثل فيتامين E مع تجنب الأغذية التي تؤدي إلى السمنة مثل الوجبات السريعة.وتناول الأغذية التي 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 الآتي:1- عمل فحص دوري على الأطفال الذين يعانون من السمنة ومرض البول السكري للإكتشاف المبكر لمرض الكبد الدهني وتجنب مضاعفات.2- تشجيع الأطفال على تجنب الأغذية التي تؤدي إلى السمنة مثل المشروبات الغازية والوجبات السريعة.3- تشجيع الرضاعة الطبيعية حيث ثبت أنها تقلل من نسبة الإصابة بالسمنة في الأطفال.الهدف من البحث راسة دور التغذية في علاج الكبد الدهني وأمراض الكبد المزمنة عند الأطفال.