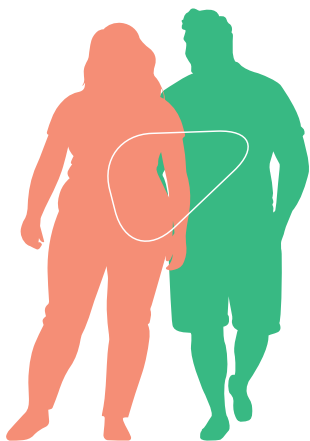


Zdrowie wątroby w Twoich rękach



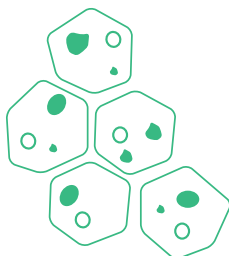
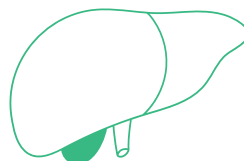
Gdy masz nadmierną masę ciała, tłuszcz odkłada się w różnych miejscach Twojego organizmu – również w wątrobie. Ten stan nazywa się stłuszczeniem wątroby. Wynika on z zaburzeń metabolicznych związanych przede wszystkim z nadwagą i otyłością i ma swoją nazwę

stłuszczeniowa choroba wątroby związana z dysfunkcją metaboliczną.

Spotkasz się też z angielskim skrótem nazwy tej choroby:
MASLD = *metabolic dysfunction-associated steatotic liver disease*.



Obecność tłuszczu w wątrobie nie jest obojętna dla zdrowia. Wraz z upływem czasu i w przypadku braku leczenia **może powodować stan zapalny wątroby.**



W wyniku rozwoju **MASLD** może pojawić się

stłuszczeniowe zapalenie wątroby związane z dysfunkcją metaboliczną,

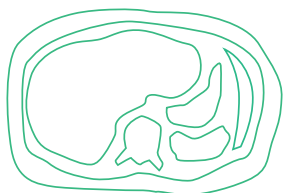
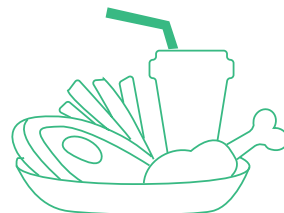
czyli **MASH** = *metabolic dysfunction-associated steatohepatitis*.



Jest to zaawansowana choroba zapalna wątroby i stanowi jedną z głównych przyczyn zwłóknienia i marskości wątroby.



Znaczenie dla rozwoju **MASH** mają m.in. czynniki środowiskowe, takie jak nieprawidłowy sposób odżywiania się i niski poziom aktywności fizycznej, które przekładają się na wzrost masy tłuszczu w organizmie.

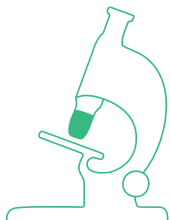


MASLD jest wcześniejszym niż **MASH** etapem choroby wątroby i jest diagnozowane w oparciu o metaboliczne kryteria kliniczne, badania obrazowe oraz ocenę spożycia alkoholu.

Jakie badania kontrolne należy zatem wykonać, żeby wykryć MASLD i MASH?

Badania obrazowe dotyczące brzucha:

- **USG** (ultrasonografia),
- **TK** (tomografia komputerowa),
- **MRI** (rezonans magnetyczny).



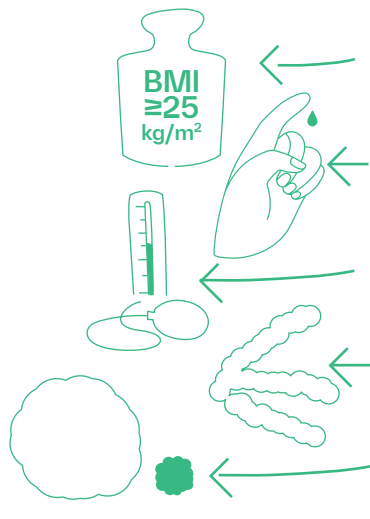
Rozpoznanie **MASH**, które jest bardziej zaawansowaną chorobą niż **MASLD**, ustala się na podstawie biopsji wątroby i oceny histologicznej biopłatu, czyli próbki tkanki wątroby pobranej podczas biopsji.

Pomocne w ocenie ryzyka włóknienia wątroby u osób z rozpoznaniem **MASLD** są badania laboratoryjne, takie jak aktywność enzymów wątrobowych AST i ALT (aminotransferaz) i ilość płytek krwi, którą oznacza się w morfologii krwi.



Kto powinien wykonać takie badania?

Według kryteriów klinicznych służących do rozpoznania **MASLD** badania te powinny wykonać osoby, u których obserwuje się:



- BMI ≥ 25 kg/m² (nadwaga lub otyłość) lub obwód talii: >94 cm dla mężczyzn i >80 cm dla kobiet,
- podwyższone stężenie glukozy we krwi lub już rozpoznaną cukrzycę typu 2,
- ciśnienie tętnicze $>130/85$ mm Hg lub włączone leczenie nadciśnienia tętniczego,
- nieprawidłowe stężenie triglicerydów lub leczenie hiperlipidemii,
- nieprawidłowe stężenie cholesterolu HDL (tak zwanego „dobrego cholesterolu”) lub leczenie hiperlipidemii.



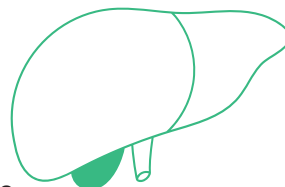
UWAGA!!! Wystarczy obecność co najmniej jednej z tych nieprawidłowości, by powstało wskazanie do oceny stanu wątroby.

Jakiej specjalności lekarz może skierować Cię na badania w kierunku diagnostyki MASLD i MASH?

Badanie w kierunku **MASLD**, w oparciu o stwierdzone, podane wyżej kryteria kliniczne, **może zlecić lekarz rodzinny** – tj. badanie obrazowe – **USG jamy brzusznej**.

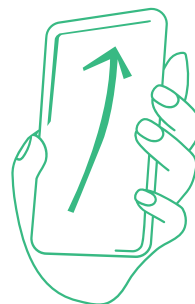
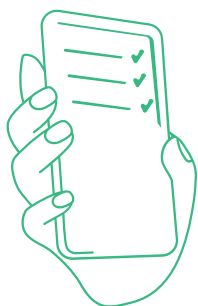


Zaleca się, żeby po rozpoznaniu **MASLD** w celu oceny ryzyka włóknienia wątroby lekarz rodzinny zlecił enzymy wątrobowe AST, ALT i morfologię krwi oraz obliczył wskaźnik **FIB-4 z użyciem kalkulatora dostępnego online**.



W zależności od wyniku pacjent może być skierowany do gastroenterologa/hepatologa, który poprowadzi dalszą diagnostykę w kierunku **MASH**, w tym diagnostykę obrazową, taką jak elastografia. Może skierować Cię też na biopsję wątroby.

Pod opieką jakiego lekarza powinien być pacjent po postawieniu diagnozy?



Pacjent z **MASLD** pozostaje pod opieką lekarza rodzinnego, jeśli ryzyko włóknienia wątroby ocenione za pomocą kalkulatora **FIB-4** jest niskie.



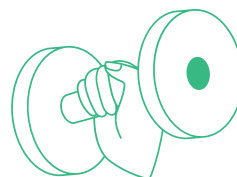
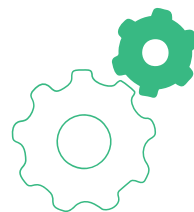
Jeśli ryzyko włóknienia wątroby jest umiarkowane lub duże, pacjent powinien pozostać również pod opieką gastroenterologa/hepatologa.

Co robić, jeśli ma się postawioną diagnozę MASLD lub MASH?

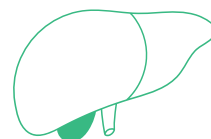
Jakie możliwości terapeutyczne MASH istnieją obecnie i w przyszłości?



W leczeniu **MASLD i MASH** rekomenduje się modyfikację stylu życia poprzez zwiększenie aktywności fizycznej oraz zmianę nawyków żywieniowych, a także leczenie otyłości i jej powikłań, takich jak nadciśnienie tętnicze, cukrzyca typu 2 i zaburzenia lipidowe.



Redukcja masy ciała o $\geq 5\%$ może zmniejszyć stłuszczenie wątroby, a redukcja masy ciała o $\geq 10\%$ może spowodować zmniejszenie się zapalenia wątroby, a nawet poprawę w zakresie włóknienia.

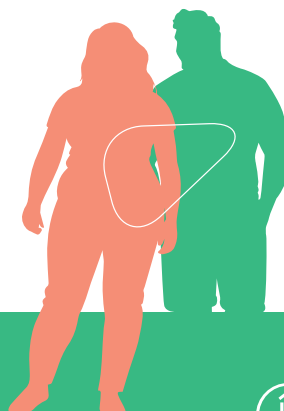


Do tej pory żaden lek nie był zarejestrowany do leczenia **MASH**, ale w 2025 r. amerykańska Agencja ds. Żywności i Leków zatwierdziła lek z grupy analogów GLP-1 do terapii **MASH**. Można się spodziewać, że kolejne leki z tej grupy uzyskają taką rejestrację i będą dostępne do leczenia.

Konsultacja merytoryczna: prof. dr hab. Karolina Kłoda.



FUNDACJA
GWIAZDA
NADZIEI



PC-PL-107066