



چاقی و بیماری‌های کبدی در زنان

نویسنده: دکتر محمد حسین صومی

آدرس: استاد فوق تخصص گوارش بالغین، مرکز تحقیقات کبد و بیماری‌های گوارش، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران.

mhosseinsina@yahoo.com

امروزه چاقی اضافه وزن در ردیف مهم‌ترین مسائل بهداشتی-درمانی محسوب می‌شود که طبق آمار سازمان بهداشت جهانی ۵۰۰ میلیون بزرگسال چاق در جهان وجود دارد. شیوع چاقی در جهان به ویژه در زنان و کودکان رو به افزایش است که ایران نیز از این روند رو به افزایش شیوع چاقی و اضافه وزن مستثنی نمی‌باشد، به طوریکه بر اساس آخرین آمار ملی، ۵۷٪ از زنان ایرانی چاق یا دارای اضافه وزن بودند. ارتباط بین چاقی و بسیاری از بیماری‌ها از جمله پرفشاری خون، بیماری‌های قلبی-عروقی، دیابت تیپ ۲، انواع سرطان‌ها و بیماری‌های کبدی اثبات شده است. بیماری‌های کبدی به دلیل نقش بسیار مهم کبد در بدن از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند از بین بیماری‌های کبدی، شیوع کبد چرب و سنگ‌های کیسه صفرا بدلیل تفاوت‌های هورمونی و سایر عوامل مانند بارداری در زنان چاق و دارای اضافه وزن نسبت به مردان بالا می‌باشد. در سالهای اخیر بروز کبدچرب غیر الکلی در ایران مخصوصاً در زنان سیر صعودی داشته و این بیماری می‌تواند منجر به فیبروز، سیروز و حتی سرطان کبد نیز شود. لذا با توجه به شیوع بالا و اهمیت بیماری کبد چرب، در این مقاله به مهم‌ترین عوامل مؤثر بر افزایش بروز آن اشاره شده است.

از مهم‌ترین ریسک فاکتورهای بیماری کبدچرب غیر الکلی می‌توان به چاقی، سندرم متابولیک و دیابت تیپ ۲ اشاره کرد، با در نظر گرفتن این نکته که چاقی خود خطر بروز دیابت تیپ ۲ و سندرم متابولیک را افزایش می‌دهد می‌توان چنین مطرح کرد که چاقی از طریق مکانیسم‌های مختلفی (مانند افزایش التهاب، مقاومت انسولینی، استرس اکسیداتیو و...) نقش بسیار مهم و کلیدی در بیماری کبد چرب ایفا می‌کند که چاقی بیش از ۸۰٪ از بیماران مبتلا به کبد چرب موید این مطلب می‌باشد. از عوامل جدیدی که اخیراً مطرح شده است می‌توان به نقش میکروبیوم‌های روده ای در چاقی و متعاقباً کبدچرب اشاره کرد. علاوه بر این گزارش شده است که بروز کبد چرب با افزایش باکتری‌های گرم منفی و اندوتوکسین‌ها مرتبط است. بر اساس این یافته‌ها چنین به نظر می‌رسد که شاید بتوان از مکمل‌های پروبیوتیک به عنوان درمان تکمیلی و کمک کننده در بیماران دارای کبدچرب غیر الکلی استفاده کرد.

در نهایت با توجه اینکه درمان اثبات شده ای برای کبدچرب وجود ندارد و نقش مهم چاقی در بروز آن، در حال حاضر خط مقدم درمان اصلاح شیوه زندگی یعنی داشتن برنامه غذایی سالم و فعالیت بدنی منظم در جهت کاهش وزن تدریجی می‌باشد. بنابراین تاکید بر داشتن یک برنامه غذایی سالم و متعادل بایستی جزء اولویت‌های سیاستگذاران امرسلامت قرار گیرد. همچنین براساس نتایج مثبت مطالعات انجام شده در زمینه مکمل یاری پروبیوتیک‌ها در بیماران مبتلا به کبدچرب و با انجام کارآزمایی‌های بالینی بیشتر در این زمینه استفاده از مکمل‌های پروبیوتیک را می‌توان به عنوان درمان تکمیلی در این بیماران در نظر گرفت.

کلمات کلیدی: چاقی، زنان، بیماری‌های کبدی، کبد چرب، پروبیوتیک‌ها