

Γράφει: [Βασιλική Αρβανίτη](#), Γαστρεντερολόγος - Ηπατολόγος - Ενδοσκόπος

Πολύ συχνά στον υπέρηχο μας λένε.... Έχεις λίπος στο συκώτι.... Δεν είναι τίποτε σπουδαίο, πολύς κόσμος έχει.

Τι είναι όμως αυτή η κατάσταση και πρέπει να δώσουμε ιδιαίτερη σημασία;

### **Τι είναι το λιπώδες ήπαρ;**

Το λιπώδες ήπαρ είναι μια κατάσταση στην οποία παρατηρείται εναπόθεση λιπιδίων κυρίως τριγλυκεριδίων μέσα στα κύτταρα του ήπατος.

### **Πόσο συχνά παρατηρείται;**

Το λιπώδες ήπαρ θεωρείται η πιο συνηθισμένη πάθηση του ήπατος στο δυτικό πληθυσμό λόγω του τρόπου ζωής και της διατροφής.

### **Ποιοι έχουν λίπος στο συκώτι;**

Λίπος στο συκώτι παρατηρείται κυρίως σε άτομα παχύσαρκα, σε κατάχρηση αλκοόλ, σε άτομα που πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη, όταν κάποιος έχει αυξημένα λιπίδια στο αίμα, όταν έχει ηπατίτιδα C, μετά από σοβαρές βαριατρικές επεμβάσεις, σε άτομα που παίρνουν παρεντερική διατροφή για καιρό, και μετά από λήψη φαρμάκων όπως κορτιζόνη και οιστρογόνα, και σε άλλες πιο σπάνιες καταστάσεις.

Χρειάζεται πάντα έλεγχος γιατί πιθανό να υποκρύπτεται νόσημα που αγνοεί ο εξεταζόμενος όπως ο διαβήτης

## **Είναι αθώ ο ή όχι;**

Ενώ πριν αρκετά χρόνια δεν είχε δοθεί ιδιαίτερη σημασία στην παρουσία λίπους στο ήπαρ σήμερα τα πράγματα έχουν αλλάξει. Και αυτό γιατί έχει βρεθεί πως μια κατηγορία ασθενών με λίπος θα εξελιχθούν κίρρωση και καρκίνο. Ευτυχώς όμως αυτό το ποσοστό είναι μικρό.

## **Τι συμπτώματα έχει;**

Κανένα

## **Τι έλεγχο πρέπει να κάνω;**

Αν στον υπέρηχο άνω κοιλίας διαπιστωθεί λιπώδες ήπαρ, καλό είναι να γίνει ένας αιματολογικός έλεγχος που να περιλαμβάνει τρανσαμινάσες, ggt, χοληστερόλη, τριγλυκερίδια και σάκχαρο. Από εκεί και έπειτα ο προσωπικός γιατρός θα κατευθύνει πιθανό συμπληρωματικό έλεγχο.

## **Πως μπορώ να προφυλαχτώ ;**

Αν υπάρχει υποκείμενο νόσημα, θα πρέπει να αντιμετωπιστεί πρώτα αυτό. Καθώς δεν υπάρχουν φάρμακα για την θεραπεία της κατάστασης αυτής η αντιμετώπιση είναι η τροποποίηση του τρόπου ζωής. Πολύ σημαντική είναι η διακοπή του αλκοόλ, η ρύθμιση του σωματικού βάρους, του σακχάρου, των τριγλυκεριδίων και η σωματική άσκηση.

## **Μηνύματα που πρέπει να θυμόμαστε**

1. Το λίπος στο συκώτι δεν είναι πάντα αθώο, μπορεί να κρύβει σοβαρές παθήσεις όπως ο διαβήτης και να εξελιχθεί σε κίρρωση και καρκίνο.
2. Ο τρόπος ζωής είναι η βασική αιτία για την εμφάνισή του και η τροποποίηση των συνηθειών ζωής είναι η μοναδική αντιμετώπιση.

3. Δεν έχει κανένα σύμπτωμα.

*Βασιλική Αρβανίτη* Γαστρεντερολόγος - Ηπατολόγος - Ενδοσκόπος [www.gastroenterologos-hepatologos.gr](http://www.gastroenterologos-hepatologos.gr)

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)