



تليّف الكبد

Liver Cirrhosis





تليف الكبد

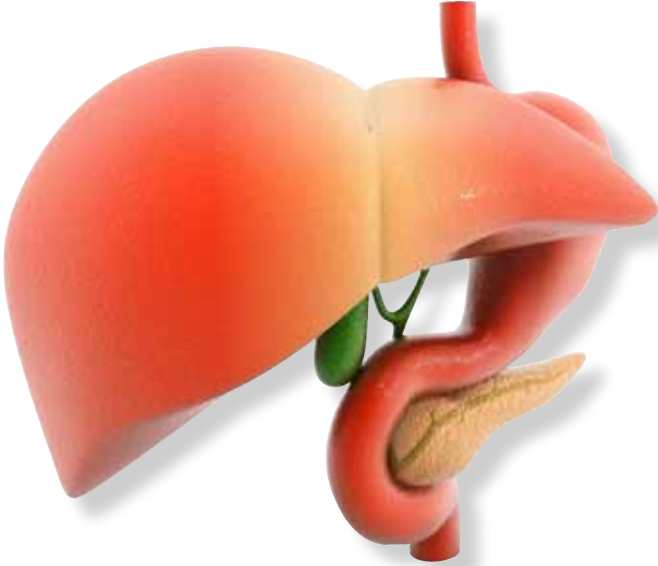
Liver Cirrhosis



مقدمة :

يقوم الكبد بالعديد من الوظائف الضرورية والحيوية لاستمرار الحياة، ومن هذه الوظائف ما يلي:

- إنتاج العديد من المواد الهامة جداً ومن بينها المادة الصفراء (عصارة المرارة) والتي تساعد على هضم الغذاء، كما يقوم بإنتاج مواد مخثرة للدم تساعد في التحكم في سيولة الدم.
- تنظيم وموازنة تركيز مستويات السكر، البروتين والدهون في الدم.
- تخزين الفيتامينات والمعادن الهامة والضرورية بما فيها الحديد.
- تنقية الدم من المواد السامة.



ما هو تليّف الكبد :

- تليّف الكبد هو مرض يحدث على فترات طويلة حيث يصيب خلايا الكبد السليمة بندوب فعندما يُصاب شخص بتليّف الكبد يحل النسيج المتليّف مكان النسيج السليم فيعيق الكبد عن القيام بوظائفه بشكل طبيعي، مثلاً قد يعجز الكبد عن إنتاج مواد مخثرة بالشكل الكافي مما يؤخر وقف النزيف عند حدوثه، وقد يحدث خلل في إنتاج المادة الصفراء مما يسبب اليرقان واصفرار الجسم أو خلل في إنتاج البروتين مما يؤدي إلى استسقاء وتجمّع السوائل في البطن، وقد يفشل الكبد في تنقية السموم التي قد تتراكم في الدورة الدموية وقد يؤدي أيضاً إلى الوفاة.
- اعتماداً على المعهد العالمي للصحة يحتل تليف الكبد المركز الثاني عشر من الأمراض المسببة للوفاة، ولكن علاج تليف الكبد في مرحلة مبكرة قد يساعد في وقف الضرر ومنع تفاقم الحالة.



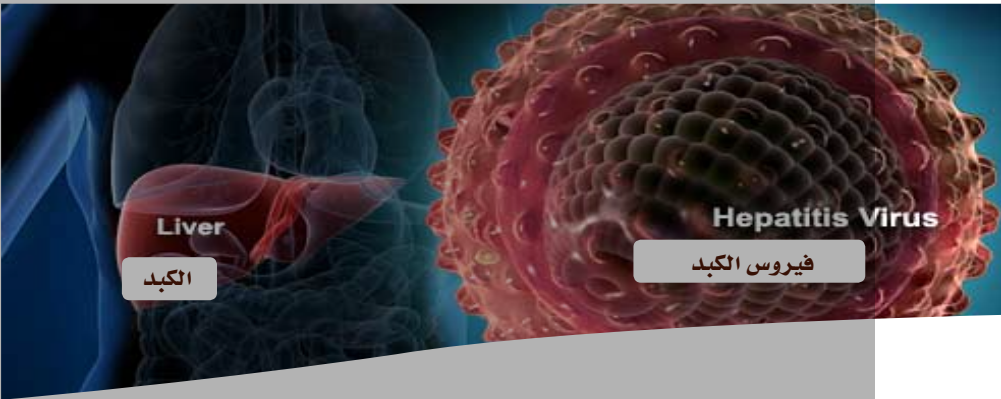
كبد متليّف



كبد سليم

ما هي أسباب حدوث تليّف الكبد؟

- المشروبات الكحولية.
- التهاب الكبد الوبائي (ب) المزمن.
- التهاب الكبد الوبائي (ج) المزمن.
- التهاب الكبد الوبائي (د).
- التهاب الكبد المناعي.
- التهاب الكبد الدهني.
- التهاب القنوات الصفراوية المتصلب الأولي.
- داء ترسب الأصبغة الدموية.
- داء ويلسون.
- بعض الأدوية قد تؤدي لتليّف الكبد.
- أسباب غير معروفة أو واضحة.



ما هي أعراض تليّف الكبد؟

لا تظهر أعراض المرض دائماً في المراحل الأولى من تليّف الكبد، أما في المراحل المتقدمة من تليّف الكبد فقد تظهر بعض الأعراض من بينها:

- الشعور بالتعب.
- ارتفاع حرارة الجسم.
- نزف الدم من الأنف أو وجود دم في البراز.
- تغيير في لون البول.
- فقدان الشهية.
- انخفاض الوزن.
- أوجاع في البطن.
- اصفرار لون الجلد.
- الحكة.
- تجمع السوائل في الرجلين أو البطن.



في الحالات التي
يشكل فيها تليف الكبد خطراً
على حياة المريض، تعتبر
عملية زرع الكبد طريقة
علاجية ممكنة.

ما هو علاج تليف الكبد؟

هنالك عدة خطوات يمكن القيام بها من أجل
الحد من الضرر اللاحق بالكبد ومن أجل معالجة
الأعراض:

١. تجنّب تناول المشروبات الكحولية.
 ٢. عدم تناول أي دواء دون استشارة الطبيب.
 ٣. التحقق من أن اللقاحات التي تم الحصول عليها ما زالت فعالة.
 ٤. الحرص على تناول أغذية قليلة الصوديوم.
 ٥. تجنّب الإمساك.
 ٦. تجنّب أكل اللحوم الحمراء.
- قد تظهر الأعراض أحياناً بعد أن يكون المرض قد بلغ مراحل متقدمة، لذلك من الضروري
المواظبة على إجراء الفحوصات الطبية بانتظام بما فيها الفحوصات المخبرية.
أحياناً قد تكون ثمة حاجة إلى إجراء فحوصات للكشف عن مشاكل طبية أخرى محتملة
مثل:

- **تضخم الأوردة:** وهي الظاهرة التي تعرف باسم «الدوالي» في الجهاز الهضمي حيث قد تتعرض الدوالي للنزف.
- **سرطان الكبد:** المرضى المصابون بتليف الكبد هم أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بسرطان في الكبد.

يجب استشارة الطبيب بشأن الخطوات الواجب اتخاذها لتحسين الوضع
الصحي العام ولكي يكون المريض مرشحاً جيداً لإجراء عملية زرع الكبد في
المستقبل.

ما هي طرق الوقاية من تليف الكبد؟

هنالك عدة أمور يجب إتباعها للوقاية من تليف الكبد وتشمل:

- تجنّب تناول الكحول.
- تجنّب عوامل الخطورة التي تؤدي للإصابة بفيروسات الكبد الوبائية مثل استخدام الحقن أو الوشم أو الاشتراك باستخدام أمواس الحلاقة والقيام بالممارسة الجنسية غير الشرعية.
- تجنّب الأدوية التي قد تؤدي لتليف الكبد أو فشل الكبد.
- تلقي التطعيم ضد فيروس الكبد ب، ويشمل التطعيم ٢ حقنات تُعطى خلال مدة ٦ أشهر وتقي من أغلب حالات فيروس الكبد ب.
- علاج أمراض الكبد التي قد تؤدي لتليف الكبد.



التغذية وتليّف الكبد:

من المهم جداً الحفاظ على تغذية ملائمة ومناسبة لحالة تليّف الكبد، فتليّف الكبد هو أحد الحالات التي يُعاني فيها المريض من سوء التغذية ونقص الطاقة والفيتامينات، لذا من المهم استشارة أخصائي تغذية والحفاظ على أسس التغذية التالية:

- الحفاظ على تغذية مليئة بالطاقة.
- تناول القليل من الأطعمة التي تحوي البروتينات لكي لا يؤدي الأمر لغيوبية كبدية دماغية.
- الحفاظ على تناول أغذية قليلة الملح لتجنب احتباس السوائل.
- تناول الكالسيوم وفيتامين د للوقاية من هشاشة العظام.
- تناول الفيتامينات الناقصة.

