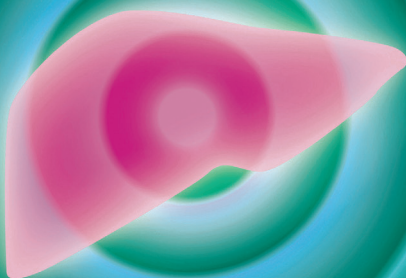


LW  
ukr.

# Підвищені показники функції печінки: Що робити?



Deutsche Leberhilfe e.V.



## Вступ

Мільйони громадян ФРН мають хвороби печінки, навіть не здогадуючись про свої захворювання. Так як печінка не надає відчуття болю, багато хворих людей нічого не відчують до моменту, коли вже стає пізно. У зв'язку з цим не тільки населення, але і лікарі мають значну потребу в інформації.

Хвороби печінки можуть мати багато причин: гепатит, надмірна вага, алкоголь, а також вплив медикаментів, захворювання, пов'язані із обміном речовин, та аутоімунні захворювання.

Підвищені показники функції печінки, такі як Гамма-ГТ, аспартат-амінотрансфераза та глутамат-піруват-трансаміназа, не представляють собою невелике порушення, але є першою вказівкою на захворювання. Якщо ці показники завищені, потрібно виключити вплив алкоголю і обов'язково вірусні захворювання, такі як гепатит В та С. За наявності сумнівів потрібно замислитись над жировою дистрофією печінки внаслідок надмірної ваги, діабету, надлишку заліза, захворювань імунної системи, прийому медикаментів та отруйних речовин.

Симптоми хвороби печінки дуже неспецифічні: постійна втома, відчуття важкості в епігастральній області, темна сеча або випорожнення пісочного кольору є можливими супроводжуваними явищами, які, однак, не завжди вказують на хворобу печінки. Але і вони, як і підвищені показники функції печінки, повинні стати причиною звернення до лікаря за порадою. Сфера медицини, яка стосується захворювань печінки, називається гепатологією. Вона відноситься до гастроентерології, яка призначена для лікування всього шлунково-кишкового тракту. Будь-який гепатолог є також гастроентерологом. Якщо у Вас є підозра на захворювання печінки, Вам потрібно як можна скоріше звернутися до лікаря за професійною порадою.

## Що означають підвищені показники функції печінки?

Трьома класичними показниками функції печінки є Гамма-ГТ, аспартат-амінотрансфераза та глутамат-піруват-трансаміназа.\* Показники функції печінки віддзеркалюють ранні процеси у печінці у порівнянні зі станом печінки. Але тільки з показників функції печінки неможливо визначити, чи вже є пошкодження печінки та наскільки вони сильні. Скоріше діє наступне правило: чим вищі показники функції печінки, тим більше підозра, що у печінці вже протікають несприятливі або шкідливі процеси. Це повинно стати приводом для лікаря, цілеспрямовано шукати причини.

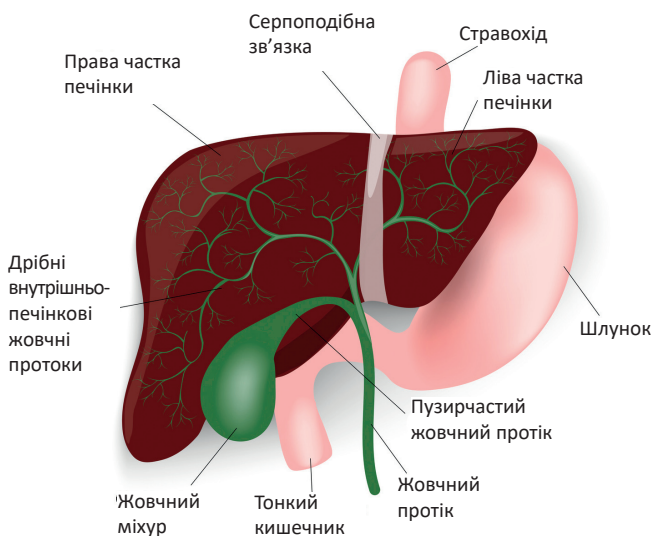
Люди часто звертаються до нас з приводу підвищених показників функції печінки та питають: «Що мені приймати/їсти, щоб мої показники знову покращилися?». Але це не перше питання, яке потрібно собі поставити. Потрібно спитати: «Чому підвищилися мої показники функції печінки?». Образно кажучи, підвищені показники функції печінки повинні бути «сигналізацією». Коли «сигналізація спрацьовує» посеред ночі, людина в першу чергу питає себе, як «вимкнути сигналізацію», а не чому з'явився цей сигнал. Можливо це просто птах пролетів повз вікно, а можливо до будинку потрапив злодій.



\* Для печінки є цікавими також такі показники, як білірубін, лужна фосфатаза (AP), холінестераза (CHE), електрофорез, глутамат дегідрогеназа, холестерин ліпопротеїнів низької щільності та альбумін. Якщо ці показники знаходяться на незвичному рівні, зверніться до лікаря.

## Для чого призначена печінка?

Печінка – це найбільший внутрішній орган тіла. Ніякий інший орган не має настільки багато функцій. Печінка не тільки знезаражує кров, але і грає важливу роль в обміні речовин та при травленні. Печінка також сумісно з іншими органами контролює імунну систему та згортання крові. Як приклад: якщо Ви поріжете палець і не стікаєте кров'ю, Ви повинні не в останню чергу дякувати печінці.



## Гостра чи хронічна форма захворювання: Що це означає, коли мова йде про печінку?

У випадку «гострого» захворювання більшість людей думає про раптове захворювання із сильно вираженими симптомами. У випадку захворювань печінки це часто не так. «Гостре» захворювання тут означає, що воно виникло нещодавно (менше ніж шість місяців назад) в неважливо, відчуває це людина, або ні. У випадку захворювання печінки, «гостре» захворювання на жаль не означає, що воно вилікується самостійно! Якщо гостре захворювання печінки

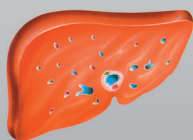
триває більше шести місяців, воно стає хронічним (тривалим).

Неважливо, якою була причина хронічного захворювання печінки, ризики є дуже схожими: з роками руйнується все більше клітин печінки. Однак, з часом клітини печінки відмирають також у здоровому органі, але замінюються новими клітинами, але у випадку хронічного захворювання з часом таких мертвих клітин у печінці стає дуже багато. Якщо хронічне захворювання триває багато років, печінка може зарубцюватися, що призводить до цирозу (рубців на печінці).

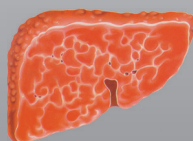
Цироз небезпечний з багатьох причин:

- а) Сильно обмежуються важливі для життя функції, такі як обмін речовин, травлення, згортання крові, імунна система та знезараження організму. Отруйні речовини можуть потрапити у мозок і викликати кому.
- б) Якщо на печінці є рубці, кров погано протікає через печінку, і застоюється. Це може призвести до ускладнень, наприклад, водяний живіт або внутрішні кровотечі.
- в) У випадку цирозу клітини печінки можуть дегенерувати, і може виникнути рак печінки, який часто призводить до смерті.

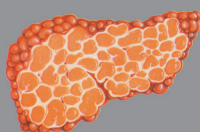
Але: якщо своєчасно розпізнати захворювання печінки і почати лікування, можна часто уникнути цих віддалених наслідків.



здорова печінка



хронічне запалення,  
зарубцювання (фіброз)



повне зарубцювання:  
цироз печінки



цироз із  
раком печінки

## Які існують захворювання печінки?

На відміну від загальної думки, алкоголь не є єдиною причиною захворювань печінки. Різні захворювання можна розподілити наступним чином:

### 1. Вірусне запалення печінки (вірусний гепатит)

Найважливішими запаленнями, викликаними вірусами, є гепатити А, В, С, D і Е. Ці віруси кардинально відрізняються і не можуть перетворюватись один в інший. Однак, людина може одночасно або по черзі інфікуватися різними вірусами гепатиту.

Віруси гепатиту переносяться по різному, по різному лікуються, і існують різні можливості захисту.



*Віруси гепатиту у електронному мікроскопі: властивості цих вірусів настільки ж різні, як і їх зовнішній вигляд.*

Зараження гепатитом, як і інші хвороби печінки, зазвичай неможливо виявити ззовні: тільки частина пацієнтів мають жовту шкіру або жовті очі.

Гепатит А передається через забруднені екскрементами продукти харчування та напої, контактним способом та через воду.

**Гепатит А** виліковується самостійно і ніколи не переходить у хронічну форму. У людей похилого віку та людей із хворою печінкою можливий важкий перебіг хвороби. Проти гепатиту А можна вакцинуватися.

Гепатит В може передаватися майже через всі біологічні рідини, в основному через кров, але також через вагінальний секрет, сперму, а також через слину та сльози.

**Гепатит В** може виліковуватись самостійно, але також може перейти у хронічну форму. Сучасні медикамен-



ти можуть тримати гепатит В під контролем, але в основному він невиліковний. Проти гепатиту В існують щеплення; вони також побічно захищають від вірусу гепатиту D (див. нижче).

**Гепатит С**, згідно зі знаннями на даний момент, передається тільки через кров, яка потрапляє у кров'яне русло або на слизову оболонку здорової людини. Нова інфекція виліковується самостійно дуже рідко і зазвичай переходить у хронічну форму. Проти гепатиту С не існує щеплення, але завдяки сучасним медикаментами інфекція майже завжди *виліковна*.

**Гепатит D (Delta)** – це неповноцінний вірус і може існувати тільки разом з гепатитом В, але при цьому він ускладнює перебіг хвороби. Він переноситься так само, як і гепатит В, і найчастіше через кров'яне русло. Гепатит D лікується медикаментозно. Щеплення від гепатиту В побічно захищають від вірусу гепатиту D.

**Гепатит Е** передається перш за все через сире м'ясо свиней (наприклад, фарш) або диких тварин, в іншому шляхи інфікування схожі на гепатит А. Гепатит Е майже завжди виліковується самостійно. Хронічні перебіги можна спостерігати тільки при зниженому імунітеті, наприклад, внаслідок трансплантації, але і при цьому хвороба часто виліковується. У людей із хворою печінкою можливий важкий перебіг хвороби. Два варіанти гепатиту Е, які раніше існували переважно в Азії та Африці (генотип 1 і 2), також небезпечні для вагітних. Вакцина існує тільки в Китаї, але вона базується на генотипі 1. Чи може ця вакцина загалом захистити від «нашого» європейського вірусу гепатиту Е (генотип 3), це дуже сумнівно.

## 2. Жирова дистрофія печінки

У промислово розвинутих країнах все більше людей мають надмірну вагу. Сюди крім всього іншого додається інсулінорезистентність, погане харчування та сидячий образ життя. Дуже часто при цьому виникає ожиріння клітин печінки. Влітку 2023 року були запроваджені нові наукові поняття для захворювань, пов'язаних із жировою дистрофією печінки. Загальне

поняття тепер звучить як «стеатотичні захворювання печінки (SLD)». Якщо жирова дистрофія печінки спричинена обміном речовин, вона позначається



як MASLD. Це скорочення англійського поняття «*Metabolic Dysfunction-Associated Steatotic Liver Disease*» (Стеатотичне захворювання печінки, пов'язане з метаболічною дисфункцією), яке є захворюванням, пов'язаним з жировою дистрофією печінки, спричиненою неправильним обміном речовин. Просте ожиріння печінки (без запалення) може привести до відчуття важкості та

втоми та підвищити ризик серцевих захворювань та діабету. Однак, пошкодження або рубцювання печінки у випадку ожиріння відбувається рідко або дуже повільно. Однак, у деяких людей із жировою дистрофією печінки можуть виникати запалення. Воно, починаючи з 2023 року, позначається також як MASH. Це скорочення поняття «*Metabolic Dysfunction-Associated Steatohepatitis*» (Стеатогепатит, пов'язаний з метаболічною дисфункцією), який також є запаленням при жировій дистрофії печінки, спричиненій неправильним обміном речовин. Запальна жирова дистрофія печінки більш небезпечна, ніж проста жирова дистрофія печінки і може призвести до цирозу та/або раку печінки. При цьому значно підвищується ризик серцевих захворювань та діабету. Іде клінічне дослідження медикаментів проти захворювань, пов'язаних із запальною жировою дистрофією печінки, але, як і раніше, найефективнішою терапією проти жирової дистрофії печінки, спричиненою обміном речовин, є зменшення ваги тіла та спортивні вправи.



### 3. Токсичні захворювання

Сюди відносяться захворювання, спричинені алкоголем, отруєнням грибами, екологічно отруйними речовинами та медикаментами. В окремих випадках печінку можуть навантажувати також рецептурні медичні препарати, наприклад, знеболюючі засоби та препарати на основі трав.

Алкоголь є дуже частою причиною хронічних захворювань печінки. Спочатку виникає алкогольна жирова дистрофія печінки. У випадку продовження вживання алкоголю може виникнути запалення, що стає причиною алкогольного гепатиту. Алкогольний гепатит, якщо це важке гостре захворювання, може призвести до відмови печінки, але навіть у хронічній формі він поступово пошкоджує печінку, і через роки або десятиріччя виникає цироз. Багато пацієнтів обурюються, коли лікар питає про споживання алкоголю – але це питання повинен ставити кожен лікар у разі підвищених показників функції печінки. Часто люди не звертають уваги, скільки алкоголю вони споживають, а той, хто багато п'є, реагує на таке питання так само обурено, як і людина, яка зовсім не вживає алкоголь. Немає ніякого лабораторного показника, завдяки якому можна однозначно підтвердити, що людина *не* п'є. Важливо вести з лікарем відкриту розмову: «Я випиваю стільки і стільки в день / за тиждень, чи може це бути причиною моїх підвищених показників функції печінки?». В основному, у випадку підвищених показників функції печінки потрібно зовсім відмовитись від алкоголю. Якщо сам алкоголь і не є причиною, він може бути прискорювачем інших захворювань печінки. Але у випадку значного споживання алкоголю може одночасно існувати ще і інше захворювання печінки, наприклад, вірусний гепатит. Має рацію виявити також інші причини.

Професійному лікарю не завжди просто діагностувати токсичне ураження печінки медикаментами, природними лікувальними засобами або екологічно отруйними речовинами. У більшості випадків не існує окремих лабораторних показників і окремого дослідження, які б змогли однозначно установити такі пошкодження печін-

ки. Щоб діагностувати токсичне пошкодження потрібно виключити інші причини захворювань печінки. Дуже важливо розглянути всі результати та опитати пацієнта, наприклад, як довго він приймає підозрілий медичний або природний лікувальний засіб, як довго він контактував з екологічно отруйною речовиною, і коли в перший раз з'явилися симптоми або підвищились показники функції печінки.

#### 4. Аутоімунні захворювання

У випадку аутоімунних захворювань власна імунна система людини з невідомих причин атакує печінку. Ця захворювання діють на печінку як «алергія» і ніколи не є заразними. І їх причиною не є алкоголь. У випадку **аутоімунного гепатиту** спочатку виникає запалення клітин печінки. **Первинний жовчний холангіт (PBC)** та **первинний склерозуючий холангіт (PSC)** насамперед уражають жовчні протоки печінки. Усі три захворювання можуть на кінцевій стадії призвести до цирозу. При цьому PSC підвищує ризик раку жовчних протоків. Аутоімунний гепатит та PBC невиліковні, але їх можна лікувати медикаментами. У випадку PSC на цей час контролюється та лікується перебіг хвороби та ускладнення. Проводяться клінічні дослідження медикаментозної терапії.

#### 5. Порушення обміну речовин та спадкові захворювання

Людські гени також можуть призвести до появи хвороб печінки, для яких ми наведемо тут деякі приклади. Сюди відносяться, крім всього іншого, **хвороба накопичення заліза (гемохроматоз)**, **хвороба накопичення міді (хвороба Вільсона)**, **нестача альфа-1-антитрипсину та порфірії**, які кожного разу спричинені дефектом гену. На деякі захворювання печінки страждають вже новонароджені та маленькі діти. Сюди відносяться **синдром Алажиля, прогресуючий сімейний внутрішньопечінковий холестаза (PFIC)** або **дефіцит лізосомальної кислоти ліпази (LAL-D)**. Хоча ці серйозні захворювання на даний час невиліковні, за останні роки їх навчилися краще лікувати медикаментами.

## Що робити у випадку захворювання печінки?

Зверніться за порадою практикуючого професійного лікаря-гастроентеролога або гепатолога або у спеціалізовану клініку. Панацеї проти кожного захворювання печінки не існує. Якщо виявлено захворювання, терапія повністю відрізняється залежно від причини. Гепатити часто лікуються противірусними медикаментами. У випадку аутоімунного гепатиту, при якому печінку атакує власна імунна система людини, імунна система придушується імуноподавляючими препаратами. Для людей з надмірною вагою та запальною жировою дистрофією печінки на першому місці стоїть зміна харчування із поступовим скиданням ваги.

У випадку хвороби накопичення заліза проводять зменшення перенакопичення заліза в організмі шляхом кровопускання.

У випадку деяких спадкових захворювань, таких як LAL-D, коли в організмі недостатньо, наприклад, життєвоважливого ферменту, надається проміжна ферментозамінна терапія. У випадку пошкодження печінки алкоголем допомагає тільки повна відмова від алкоголю.

Незалежно від причини захворювання печінки: уникайте речовин, які додатково навантажують печінку. До них відноситься в першу чергу алкоголь. За певних обставин погіршити хворобу печінки може також куріння.

Необхідно також відмовитись від медикаментів, прийом яких не є необхідним. Важка ситуація, коли медикаменти, які Ви повинні приймати проти іншої важкої хвороби, навантажують печінку. Поговоріть з лікарем, чи існують препарати, більш безпечні для печінки. Ні в якому разі не можна відміняти важливі медикаменти (наприклад, засоби від підвищеного кров'яного тиску або проти епілепсії) без розмови з лікарем тільки тому, що у Вас підвищені показники функції печінки!

Ми сподіваємось, що цей пояснювальний флайер Вам допоможе. Звичайно, цей документ не є заміною медичної консультації професійного лікаря.

Не кожна людина із підвищеними показниками функції печінки має хвору печінку, але кожна людина із підвищеними показниками функції печінки повинна дізнатися, чи немає у неї захворювання печінки.

На веб-сайті [www.lebertest.de](http://www.lebertest.de) Ви можете зробити безкоштовний онлайн-тест, щоб дізнатися чи немає у Вас факторів ризику для захворювання печінки.

Якщо у Вас є додаткові питання щодо захворювань печінки, шукаєте лікаря або потребуєте зрозумілу письмову інформацію, звертайтеся до нас. Ми пропонуємо першу консультацію навіть не для членів спільноти, яка ні до чого не зобов'язує. Ми говоримо німецькою та англійською мовами.

## Є хвороба печінки? Станьте членом спільноти!

Знання – це сила! Компанія Leberhilfe є Вашим надійним партнером і проінформує Вас на додаток до розмови з лікарем, як Ви можете найкращим чином подолати захворювання. Члени нашої спільноти отримують регулярну інформацію німецькою мовою, наприклад, через наш журнал для пацієнтів «Lebenszeichen»: [www.leberhilfe.org/mitglied-werden/](http://www.leberhilfe.org/mitglied-werden/)



Deutsche Leberhilfe e.V.  
Krieler Str. 100  
50935 Köln  
Тел.: 0221/2829980  
Факс: 0221/2829981  
Ел. пошта: [info@leberhilfe.org](mailto:info@leberhilfe.org)  
Інтернет: [www.leberhilfe.org](http://www.leberhilfe.org)



© 2023 Deutsche Leberhilfe e.V.



Ми дякуємо компанії BKK Dachverband за фінансову підтримку цього флайера.