

Lifrarsjúkdómurinn MASLD: Ört vaxandi heilsuáskorun á heimsvísu

„Frá barnæsku hefur faðir minn verið mér fyrirmynd. Ég man vel eftir því að hann deildi innsýn í sérgrein sína og veitti mér innblástur þegar ég var ungur. Það varð til þess að ég valdi þessa braut í læknisfræði,“ segir Mazen Noureddin, sýrlenskur meltingar- og lifrarsérfræðingur og prófessor og forstöðumaður Houston Methodist sjúkrahússins í Bandaríkjunum í viðtali við *Læknablaðið*.

■■■ Olga Björt Þórðardóttir

Á Læknadögum, mánudaginn 20. janúar, mun meltingar- og lifrarsérfræðingurinn Mazen Noureddin vera með fyrirlestur um lifrarsjúkdóminn MASLD (*Metabolic Dysfunction-Associated Steatotic Liver Disease*). Hann er prófessor og forstöðumaður við Houston Methodist sjúkrahúsið í Bandaríkjunum. Noureddin fæddist og ólst upp í Sýrlandi, þar sem faðir hans iðkaði nákvæmlega sömu vísindi en móðir hans lauk doktorsgráðu í stærðfræði. Mazen er giftur og nýtur þess að verja tíma með eiginkonu sinni og dætrunum Naya og Lilly. Hann fæddist og ólst upp í Sýrlandi, þar sem faðir hans iðkaði nákvæmlega sömu vísindi en móðir hans lauk doktorsgráðu í stærðfræði. Mazen er giftur og nýtur þess að verja tíma með eiginkonu sinni og dætrunum Naya og Lilly.

„Frá barnæsku hefur faðir minn verið mér fyrirmynd. Ég man vel eftir því að hann deildi innsýn í sérgrein sína og veitti mér innblástur þegar ég var ungur. Það var ástæða þess að ég valdi þessa braut í læknisfræði, en ég hóf námið í Sýrlandi.“ Mazen lauk læknanámi í Los Angeles og bætti svo við sig sérfræðigráðu í lifrarlækningum í höfuðborginni Washington og meltingarlækningum í San Diego. Eftir það dvaldi hann áratug í Los Angeles áður en fjölskyldan flutti til Houston.

Eins og gefur að skilja með virt vísindafólk eins og Mazen eru dagarnir annasamir, en á sama tíma afar gefandi. „Dæmigerð vika hjá mér gengur vanalega út á að verja tveimur heilum dögum í að hitta sjúklinga á heilsugæslustöðinni en afgangurinn af tíma mínum fer í rannsóknir.“

Fitusöfnun í lifur og truflanir á efnaskiptum

En að máli málanna og umfjöllunarefni Mazen á Læknadögum: Hvað er MASLD?

„Það er ástand sem einkennist af fitusöfnun í lifur vegna truflunar á efnaskiptum í kjölfar verulegrar áfengisneyslu eða af öðrum orsökum fitulifrar. Helstu áhættuþættir þess eru offita, sykursýki 2, insúlínviðnám, blóðfituröskun, háþrýstingur, efnaskiptaheilkenni, kyrrseta og erfðafræðilegar orsakir.“

Mazen segir aldur, kyn og þjóðerni einnig vera áhættuþættir, þar sem ákveðnir hópar séu viðkvæmari en aðrir. MASLD sé nátengt slæmri efnaskiptaheilsu og framvinda þess geti leitt til alvarlegra lifrarsjúkdóma, svo sem fitulifrabólgu (MASH), skorpulifrar eða lifrarkrabbameins. Forvarnir beinast að því að takast á við lífsstílþætti, svo sem að viðhalda heilbrigðri þyngd, borða hollt fæði, vera virk og hafa stjórn á efnaskiptasjúkdómum.

Hefur áhrif á 25–30% fullorðinna

Hversu útbreitt er vandamálið – í Bandaríkjunum og á heimsvísu?

„MASLD hefur áhrif á um 25–30% fullorðinna á heimsvísu og í Bandaríkjunum, sem gerir það að algengasta lifrarsjúkdómnum. Algengi hans er enn hærra hjá einstaklingum með offitu, sykursýki 2 eða efnaskiptaheilkenni, oft yfir 50%. Á svæðum eins og Miðausturlöndum, Suður-Ameríku og í hluta Asíu má greina öra aukningu vegna aukinnar offitu og kyrrsetulífs. Sem stór þáttur í langt gengnum lifrarsjúkdómum er MASLD því ört vaxandi heilsuáskorun á heimsvísu.“

MASLD er ein algengasta orsök skorpulifrar og því var Mazen spurður hverjar séu afleiðingarnar. „Skorpulifur, sem er lokastig langvinnis lifrarsjúkdóms, hefur í för með sér verulega fylgikvilla, þar á meðal lifrabílu, portal háþrýsting, lifrarheilakvilla, storkukvilla og gulu. Það eykur næmi fyrir sýkingum, svo sem sjálfsprottinni lífhimnubólgu af völdum baktería og er stór áhættuþáttur lifrarfrumukrabbameins. Skorpulifur getur einnig leitt til lifrar- og nýrnaheilkennis og efnaskiptasjúkdóms í beinum. Langt gengin skorpulifur krefst oft lifrarigræðslu sem endanlegrar meðferðar. Einnig er aukin hætta á lifrarfrumukrabbameini.“

Mikilvægi markvissra lýðheilsuinngripa

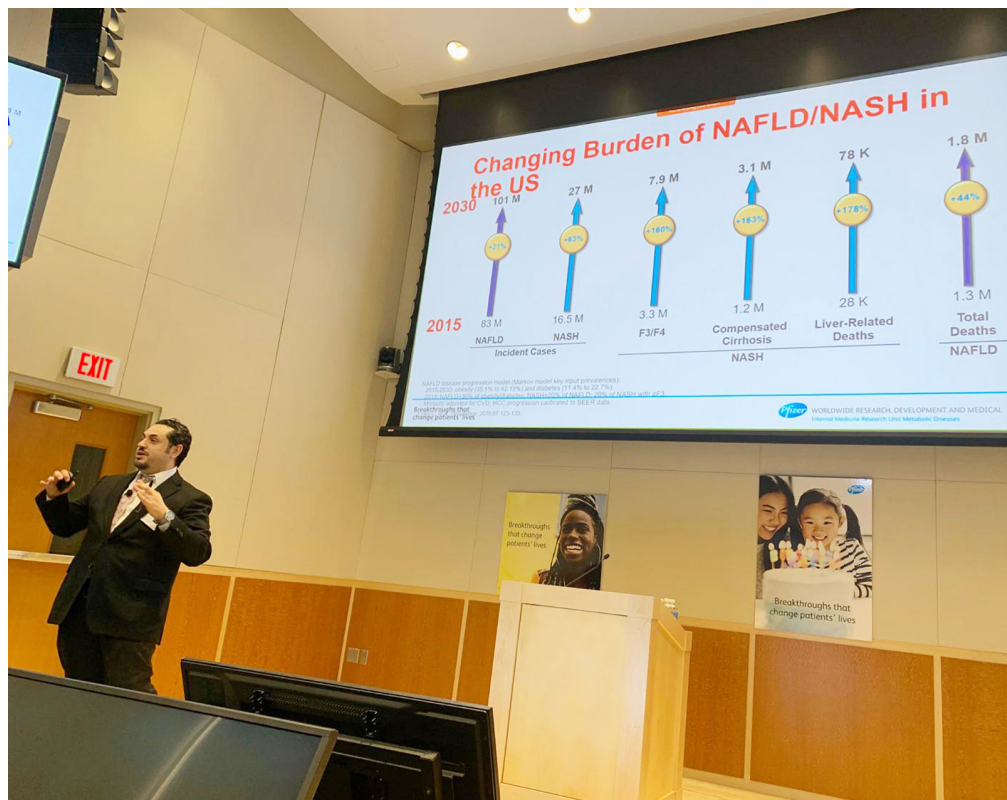
Spurður um hvort hann hafi fengið tækifæri til að kynna sér faraldsfræði lifrarsjúkdóma á Íslandi og íslenskar rannsóknir á sviði lifrarsjúkdóma, segir Mazen svo sannarlega vera. „Í lýðbundinni rannsókn sem prófessorarnir Sigurður Ólafsson og Einar S. Björnsson gerðu á Íslandi var skorpulifur skilgreind fyrst og fremst sem áfengis-tengdur lifrarsjúkdómur (31%), fitulifur (NAFLD) (22%) og samanlögð áhrif áfengisneyslu og sýkingar vegna lifrabólgu C (15%). Þessi yfirgripsmikla rannsókn undirstrikar veruleg áhrif bæði áfengisneyslu og efnaskiptaþátta á þróun skorpulifrar, sem og mikilvægi markvissra lýðheilsuinngripa til að takast á við þessa breytanlegu áhættuþætti.“

Áhættuþættir MASLD, offita og sykursýki, eru báðir í örum vexti á Íslandi. Samkvæmt nýlegum tölum frá Þjóðskrá Íslands eru íbúar Íslands rúmlega 399 þúsund, þar af um 85 þúsund börn. Algengi offitu hjá börnum er um 7% og hjá fullorðnum 28%. Í dag eru hátt í 100.000 Íslendingar með offitu. Hvaða skilaboð hefur þú til íslenskra lækna (og jafnvel heilbrigðisyfirvalda) varðandi MASLD?

„Skimun fyrir MASLD hjá áhættuþópum, svo sem þeim sem eru með offitu, sykursýki af tegund 2 eða efnaskiptaheilkenni, er mikilvæg til að greina lifrarsjúkdóm snemma og koma í veg fyrir framgang alvarlegra fylgikvilla eins og skorpulifrar og lifrarkrabbameins. Að tileinka sér heilbriggt mataræði, viðhalda virkum lífsstíl og forðast óhóflega áfengisneyslu eru nauðsynlegar ráðstafanir til að draga úr hættu á MASLD og styðja við almenna lifrarheilsu.“

Er einhver meðferð við þessu?

„Sjúklingar með MASH (Metabolic Dysfunction-Associated Steatohepatitis) og verulega bandvefsmyndun eiga nú kost á meðferð með resmetirom, nýjum skjald-



Noureddin heldur einn af fjölmörgum fyrirlestrum sínum á ráðstefnu í heimalandinu.

kirtilhormónaviðtaka-β örva. Þetta markar verulegar framfarir í að takast á við lifrartrefjun (liver fibrosis) í MASH. Ef ástand sjúklings þróast yfir í langt gengna skorpulifur getur hann fundið fyrir alvarlegum fylgikvillum eins og lifrabílun, háþrýstingi og aukinni hættu á lifrarkrabbameini, sem oft krefst öflugri meðferðar eða lifrarágræðslu.“

Ráðlagt að forðast áfengi alfarið

Mazen tekur sérstaklega fram að samspil MASLD og áfengis geti aukið lifrarskemmdir verulega, þar sem jafnvel hófleg áfengisneysla geti aukið lifrabólgu og bandvefsmyndun hjá einstaklingum með MASLD. „Sjúklingum með MASLD er því ráðlagt að forðast áfengi alfarið til að draga úr hættu á að ástand versni og aukningu á fylgikvillum, þar með talið skorpulifur og lifrarkrabbameini.“

Að endingu segir Mazen það vera sannan heiður að heimsækja Ísland í fyrsta sinn, land sem sé þekkt fyrir háþróaðar rannsóknir og mikilvægt framlag á sviði lifrarsjúkdóma.



Mazen Noureddin er forstöðumaður Houston Methodist sjúkrahússins í Bandaríkjunum.

„Skimun fyrir MASLD hjá áhættuþópum, svo sem þeim sem eru með offitu, sykursýki af tegund 2 eða efnaskiptaheilkenni, er mikilvæg til að greina lifrarsjúkdóm snemma og koma í veg fyrir framgang í alvarlegra fylgikvilla eins og skorpulifur og lifrarkrabbamein“