

سیروز (Cirrhosis) یک بیماری کبدی است که در آن بافت سالم کبد با بافت اسکار جایگزین می شود و کبد برای همیشه آسیب می بیند. بافت اسکار از عملکرد صحیح کبد جلوگیری می کند. هر بار که کبد شما آسیب می بیند - چه در اثر بیماری، مصرف بیش از حد الکل یا علت دیگری - سعی می کند خود را ترمیم کند. در این فرآیند، بافت اسکار تشکیل می شود. با پیشرفت سیروز، بافت اسکار بیشتری شکل می گیرد و عملکرد کبد را دشوار می کند. بافت اسکار جریان خون را از طریق کبد مسدود می کند و توانایی کبد برای پردازش مواد مغذی، هورمون ها، داروها و سموم را کاهش می دهد. همچنین تولید پروتئین ها و سایر مواد ساخته شده توسط کبد را کاهش می دهد. سیروز در نهایت باعث می شود که کبد به درستی کار نکند، سیروز پیشرفته تهدید کننده زندگی است. برای پیشگیری از سیروز حتما باید بطور مستمر **آزمایشات کامل چکاپ کبد** را انجام دهید.

کبد در سمت راست بالای شکم و زیر دنده ها قرار دارد. بسیاری از عملکردهای ضروری بدن توسط کبد انجام میشود که شامل:

- تولید صفرا، که به بدن کمک می کند تا چربی های غذایی، کلسترول و ویتامین های A، D، E و K را جذب کند.
- ذخیره قند و ویتامین برای استفاده بعدی توسط بدن
- تصفیه خون با حذف سمومی مانند الکل و باکتری ها از خون
- ایجاد پروتئین های لخته کننده خون

به گفته مؤسسه ملی بهداشت (NIH)، از هر ۴۰۰ بزرگسال، حدود ۱ نفر در ایالات متحده سیروز دارد. احتمال ابتلای آن در مردان بیشتر از زنان است.

چه کسانی بیشتر در معرض خطر ابتلا به سیروز هستند؟

- مصرف الکل برای سالیان متمادی
- هپاتیت ویروسی
- دیابت
- چاقی
- تزریق مواد مخدر با استفاده از سوزن های مشترک.
- سابقه بیماری کبدی
- رابطه جنسی محافظت نشده

آیا سیروز سرطان است؟

نه، سیروز کبد سرطان نیست. با این حال، اکثر افرادی که سرطان کبد دارند سیروز دارند. اگر سیروز دارید، خطر ابتلا به سرطان کبد را افزایش می دهید. اگر به هپاتیت B یا هپاتیت C مبتلا هستید، خطر ابتلا به سرطان کبد در شما افزایش می یابد زیرا این بیماری ها اغلب منجر به سیروز می شوند. هر دلیلی که باعث بیماری کبدی شود می تواند منجر به سیروز شود که احتمال ابتلا به سرطان کبد را افزایش می دهد.

آیا سیروز یک بیماری ارثی است؟

سیروز یک بیماری ارثی نیست. با این حال، برخی از بیماری هایی که می توانند باعث آسیب کبدی شوند که منجر به سیروز می شود، بیماری های ارثی هستند.

چه عواملی باعث سیروز می شود؟

شایع ترین علل سیروز کبدی عبارتند از:

- سوء مصرف الکل
- عفونت های ویروسی مزمن کبد (هپاتیت B و هپاتیت C).
- چاقی و دیابت

هر چیزی که به کبد آسیب برساند می تواند منجر به سیروز شود.

علل دیگر عبارتند از:

بیماری های ارثی:

- کمبود آلفا-۱ آنتی تریپسین (تجمع پروتئین غیر طبیعی در کبد)
- هموکروماتوز (آهن اضافی ذخیره شده در کبد).
- بیماری ویلسون (مس اضافی ذخیره شده در کبد).
- فیروز کیستیک (مخاط چسبناک و غلیظ در کبد ایجاد می شود).
- بیماری های ذخیره گلیکوژن (کبد نمی تواند گلیکوژن، را ذخیره یا تجزیه کند).
- سندرم آلاژیل (متولد با تعداد مجاری صفراوی کمتر از حد طبیعی؛ بر جریان صفرا تأثیر می گذارد و باعث زردی می شود).
- هپاتیت خود ایمنی (سیستم ایمنی بدن به بافت سالم کبد حمله می کند و باعث آسیب می شود).

بیماری هایی که به مجاری صفراوی در کبد آسیب می رسانند یا آنها را مسدود می کنند:

- کلانژیت صفراوی اولیه (مجاری صفراوی زخمی می شوند، سپس ملتهب می شوند، سپس برای همیشه آسیب می بینند).
- کلانژیت اسکروزان اولیه (التهاب مجاری صفراوی منجر به زخم و باریک شدن مجاری و تجمع صفرا در کبد می شود).
- مجرای صفراوی مسدود شده (می تواند باعث عفونت در کبد شود).
- آترزی صفراوی (نوزادان با مجاری صفراوی ضعیف یا مسدود شده به دنیا می آیند که باعث آسیب، زخم، از دست دادن بافت کبد و سیروز می شود).
- نارسایی مزمن قلب (باعث تجمع مایع در کبد، تورم در سایر نواحی بدن و سایر علائم می شود).
- بیماری های نادری مانند آمیلوئیدوز که در آن رسوب غیرطبیعی پروتئین غیرطبیعی به نام آمیلوئید در کبد باعث اختلال در عملکرد طبیعی کبد می شود.

تغییرات ناشی از بیماری های کبدی که منجر به سیروز می شود، تدریجی است. سلول های کبد آسیب می بینند و اگر آسیب - به هر دلیلی - ادامه یابد، سلول های کبد شروع به مردن می کنند. با گذشت زمان، بافت اسکار جایگزین سلول های آسیب دیده کبد می شود و کبد نمی تواند به درستی کار کند.

علائم سیروز چیست؟

علائم سیروز به مرحله بیماری بستگی دارد. در مراحل اولیه ممکن است هیچ علامتی وجود نداشته باشد. علائم و نشانه های اولیه سیروز عبارتند از:

- از دست دادن اشتها
- احساس ضعف یا خستگی
- حالت تهوع
- تب
- کاهش وزن غیر منتظره

با بدتر شدن عملکرد کبد، سایر علائم سیروز ظاهر می شوند از جمله:

- کبودی و خونریزی آسان
- رنگ زرد در پوست یا سفیدی چشم (یرقان)
- خارش پوست

- تورم (ادم) در پاها، پاها و مچ پا
- تجمع مایع در شکم (آسیت)
- رنگ ادرار مایل به قهوه ای یا نارنجی
- مدفوع رنگ روشن
- سردرگمی، مشکل در تفکر، از دست دادن حافظه، تغییرات شخصیتی
- خون در مدفوع
- قرمزی در کف دست.
- رگ های خونی عنکبوتی مانند که اطراف لکه های کوچک و قرمز روی پوست را احاطه کرده اند (تلائنکتازی).
- در مردان: از دست دادن میل جنسی، بزرگ شدن سینه ها (ژنیکوماستی)، کوچک شدن بیضه ها
- در زنان: یائسگی زودرس

سیروز چگونه تشخیص داده می شود؟

تشخیص سیروز با شرح حال دقیق و معاینه فیزیکی آغاز می شود. پزشک یک تاریخچه پزشکی کامل می گیرد. سابقه ممکن است سوء مصرف طولانی مدت الکل، قرار گرفتن در معرض هپاتیت C، سابقه خانوادگی بیماری های خودایمنی یا سایر عوامل خطر را نشان دهد. معاینه فیزیکی می تواند علائم زیر را مورد توجه پزشک قرار دهد:

- پوست رنگ پریده
- زردی چشم (یرقان)
- کف دست های قرمز شده
- لرزش دست
- کبد یا طحال بزرگ شده
- بیضه های کوچک
- بافت اضافی سینه (در مردان)
- کاهش هوشیاری

آزمایش های چکاپ می توانند نشان دهند که کبد چقدر آسیب دیده است. برخی از آزمایشات چکاپ مورد استفاده برای ارزیابی سیروز عبارتند از:

- شمارش کامل خون (برای نشان دادن کم خونی)
- آزمایش خون انعقادی (برای مشاهده سرعت لخته شدن خون)
- آلبومین (برای آزمایش پروتئین تولید شده در کبد)
- تست های عملکرد کبد
- آلفا فتوپروتئین (غربالگری سرطان کبد)

آزمایش های چکاپ دیگری که می توانند کبد را ارزیابی کنند عبارتند از:

- آندوسکوپی (برای بررسی وجود واریس مری)
- سونوگرافی کبد
- ام آر آی شکم
- سی تی اسکن شکم
- بیوپسی کبد (آزمایش قطعی سیروز)

عوارض ناشی از سیروز چیست؟

اگر خون نتواند از کبد عبور کند، یک پشتیبان از طریق وریدهای دیگر مانند وریدهای مری ایجاد می کند. این پشتیبان واریس مری نامیده می شود. این وریدها برای تحمل فشارهای بالا ساخته نشده اند و به دلیل جریان خون اضافی شروع به برآمدگی می کنند.

سایر عوارض سیروز عبارتند از:

- کبودی (به دلیل تعداد کم پلاکت و/یا لخته شدن ضعیف)
- خونریزی (به دلیل کاهش پروتئین های لخته کننده)
- حساسیت به داروها (کبد داروها را در بدن پردازش می کند)
- نارسایی کلیه
- سرطان کبد
- مقاومت به انسولین و دیابت نوع ۲
- انسفالوپاتی کبدی (گیجی ناشی از اثرات سموم خون بر روی مغز)
- سنگ کیسه صفرا (تداخل در جریان صفرا می تواند باعث سخت شدن صفرا و تشکیل سنگ شود)
- واریس مری
- طحال بزرگ شده (اسپلنومگالی)

• ادم و آسیت

درمان سیروز چیست؟

درمان سیروز بر اساس علت ایجاد آن و میزان پیشرفت این اختلال متفاوت است. برخی از درمان هایی که ممکن است پزشک تجویز کند عبارتند از:

- مسدود کننده های بتا یا نیترات ها (برای فشار خون پورتال)
- ترک نوشیدن الکی (اگر سیروز ناشی از الکل باشد)
- روش های باندینگ (برای کنترل خونریزی واریس مری)
- آنتی بیوتیک های داخل وریدی (برای درمان پریتونیت که ممکن است با آسیت ایجاد شود)
- همودیالیز (برای تصفیه خون مبتلایان به نارسایی کلیه)
- لاکتولوز و رژیم غذایی کم پروتئین (برای درمان آنسفالوپاتی)

زمانی که سایر درمان ها با شکست مواجه می شوند، پیوند کبد آخرین راه حل است.

همه بیماران باید نوشیدن الکل را متوقف کنند. داروها، حتی داروهای بدون نسخه، نباید بدون مشورت با پزشک مصرف شوند.

چگونه از سیروز کبد پیشگیری کنیم؟

انجام رابطه جنسی محافظت شده می تواند خطر ابتلا به هپاتیت B یا C را کاهش دهد. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری های ایالات متحده توصیه می کند که همه کودکان و بزرگسالان علیه هپاتیت B واکسینه شوند.

محدود کردن مصرف الکل یا پرهیز از الکل، داشتن یک رژیم غذایی متعادل و ورزش کافی می تواند از سیروز پیشگیری کند یا آن را کند کند.

منابع:

<https://my.clevelandclinic.org>

<https://liverfoundation.org>

<https://www.healthline.com/health/cirrhosis>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%DB%8C%D9%85%D8%A7%D8%B1%DB%8C%D9%88%DB%8C%D9%84%D8%B3%D9%88%D9%86>

