

19 kwietnia - Światowy Dzień Wątroby 2020

Rola fosfolipidów w terapii niealkoholowego stłuszczenia wątroby

Warszawa, 19 kwietnia 2020 - Wątroba jest jednym z najważniejszych organów w organizmie człowieka. Odpowiedzialna jest za ponad 500 funkcji, a jej prawidłowe działanie wpływa pozytywnie na inne narządy wewnętrzne¹. W przypadku, gdy jest nieodpowiednio „traktowana”, może ulec uszkodzeniu i nie spełniać swoich funkcji². Warto o jej istotnej roli pamiętać nie tylko 19 kwietnia, kiedy obchodzimy **Światowy Dzień Wątroby (World Liver Day)**, ale każdego dnia. Warto wiedzieć, co jej szkodzi, a jak możemy ją wspomagać.

Niewątpliwie jednym z aspektów, który może niekorzystnie wpływać na kondycję wątroby jest styl życia, a zwłaszcza narastający w ciągu ostatnich 30 lat problem otyłości, niosący ze sobą liczne negatywne skutki zdrowotne. Wątroba wydaje się być narządem szczególnie narażonym na negatywne skutki odkładania się tłuszczu w organizmie u osób z otyłością³. Stłuszczenie definiuje się właśnie jako zwiększone odkładanie tłuszczu w obrębie komórek wątrobowych. Częstość występowania niealkoholowego stłuszczenia wątroby, jest związana **nie tylko z epidemią otyłości** (występuje u 70% osób z otyłością⁵), **ale również cukrzycą typu 2 czy nadciśnieniem tętniczym** (składowe zespołu metabolicznego)⁴. **Występuje u 65% dotkniętych cukrzycą typu 2⁵, 90% pacjentów z hiperlipidemią⁶.**

Niestety, niealkoholowe stłuszczenie wątroby, które jest najczęstszą przyczyną przewlekłego uszkodzenia tego narządu i pierwszym etapem NAFLD (niealkoholowej stłuszczeniowej choroby wątroby), może przejść w kolejne stadia, prowadząc **do marskości lub raka wątrobowo - komórkowego⁷**. Już teraz NAFLD jest **trzecią najczęstszą przyczyną transplantacji wątroby w USA i Europie Zachodniej**, z wyraźną tendencją rosnącą. Z tych względów choroba jest aktualnie jednym z poważniejszych wyzwań medycznych i **uznawana jest za globalną epidemię⁸**. Szacuje się, że **jest to obecnie problem nawet 9 milionów Polaków⁹**. Objawy NAFLD są zazwyczaj mało charakterystyczne, takie jak ogólne złe samopoczucie, zaburzenia snu, zmęczenie, zaburzenia koncentracji, brak apetytu. W niektórych przypadkach występuje dyskomfort w prawym podżebrzu, jednak zazwyczaj nieodczuwalny jest ból wątroby, dlatego też wielu pacjentów nie zdaje sobie sprawy z występowania choroby².

W każdym przypadku choroby wątroby lub jej uszkodzenia, niezależnie od przyczyny, występuje uszkodzenie błony komórkowej hepatocytów. Skutkiem tego jest **zmniejszony poziom fosfolipidów, podstawowego budulca błon¹⁰**, które stanowią blisko 65% składu wątroby¹¹.

¹ Różga J i in. Co nowego w leczeniu wątrobowozastępczym? Hepatologia 2014; 14: 139–148.

² Simon K. Diagnostyka chorób wątroby. Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012: 9.

³ Nobili V et al. The role of lifestyle changes in the management of chronic liver disease. BMC Medicine 2011, 9: 70

⁴ Mark Benedict, Xuchen Zhang. Non-alcoholic fatty liver disease: An expanded review. World J Hepatol. 2017 Jun 8; 9(16): 715–732. doi: 10.4254/wjh.v9.i16.715

⁵ Gietka J., Chlebus M., Epidemiologia czynników ryzyka różnych chorób wątroby w warunkach polskich na podstawie ankiety internetowej. Terapia 03/2018: 1-9.

⁶ York L.W. Puthalappattu S.: Non-alcoholic fatty liver disease and low-carbohydrate diets. Annu. Rev. Nutr., 2009, 29, 365-379.

⁷ Gundermann KJ et al. Activity of essential phospholipids (EPL) from soybean in liver diseases. Pharmacol Rep 2011; 63(3): 643–59.

⁸ Czarnecka K. i in. Niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby – od prostego stłuszczenia do transplantacji wątroby. Hepatologia 2018; 74-75;

⁹ Hartleb M., <https://www.termedia.pl/naflD/Prof-Marek-Hartleb-Stluszczenie-watroby-wystepuje-u-20-25-proc-Polakow,31922.html>, data wejścia 15.11.2019

¹⁰ Gundermann KJ. The essential phospholipids as a membrane therapeutic. Polish Section of European Society of Biochemical Pharmacology. Institute of Pharmacology and Toxicology, Medical Academy, Szczecin 1993.

Zmiana ich składu i zmniejszenie płynności błon prowadzić może do zaburzeń czynności wątroby i zaburzeń aktywności enzymów, receptorów i białek przENOŚNIKOWYCH ZWIĄZANYCH Z BŁONAMI⁷.

Fosfolipidy wykazują pozytywny wpływ na wiele zaburzeń. Hamują procesy włóknienia w wątrobie oraz mają korzystne działanie przeciwmiażdżycowe. Dodatkowo uczestniczą w trawieniu tłuszczów i wchłanianiu się rozpuszczonych w nich witamin, a także zmniejszają zdolności agregacyjne płytek krwi oraz zwiększają elastyczność krwinek czerwonych, dzięki czemu poprawiają przepływ krwi. Przed wszystkim jednak, **mają zdolność wbudowania się w uszkodzone części błon komórkowych wątroby i uzupełniania powstałych „luk”, tym samym przyspieszając jej regenerację⁷.**

Aby jednak fosfolipidy weszły w struktury błon komórkowych lub szlaki metaboliczne, nie mogą być przypadkowe, **muszą to być fosfolipidy niezbędne (EPL - Essential phospholipids) wysokiej jakości. Powinny zawierać wysoki poziom kwasu linolowego**, który jest wielonienasyconym kwasem tłuszczowym z rodziny omega-6. Wysokiej jakości fosfolipidy niezbędne, z wielonienasyconą 3-sn - fosfatydylocholiną (PPC), **bogata w najważniejszy składnik aktywny - dilinoleilofosfatydylocholinę (DLPC)**, zawierają wyłącznie wysokiej jakości leki, nie suplementy diety. DLPC zawiera dwa związane z nią łańcuchy kwasu linolowego i za pomocą tych dwóch wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, **może wywierać wpływ nie tylko na budowę błony komórkowej, ale również na jej funkcje⁷.** Uważa się ponadto, że suplementacja EPL działa protekcyjnie na hepatocyty i na zmniejszenie stresu oksydacyjnego¹².

Dzięki systematycznemu przyjmowaniu fosfolipidów możemy wesprzeć swoją wątrobę. Przed wszystkim jednak, należy przeciwdziałać zwiększonemu ryzyku NAFLD, poprzez stosowanie się do zaleceń dotyczących zdrowego trybu życia, w tym kontrolowanie optymalnej dla siebie wagi ciała oraz podejmowanie odpowiedniej aktywności fizycznej.

Dbajmy o wątrobę zawsze, nie tylko 19 kwietnia, w Światowym Dniu Wątroby.

Dodatkowych informacji udziela:

Alicja Jabłońska - Krzywy
PR Manager Consumer Healthcare
Sanofi
tel.: +48 724 247 245
e-mail: alicja.krzywy@sanofi.com

Informacje o Sanofi

Sanofi wspiera pacjentów w pokonywaniu wyzwań zdrowotnych. Jesteśmy globalną firmą biofarmaceutyczną skoncentrowaną na zdrowiu ludzkim. Zapobiegamy chorobom za pomocą szczepionek, dostarczamy innowacyjne sposoby leczenia bólu i łagodzenia cierpienia. Wspieramy zarówno tych, którzy cierpią na choroby rzadkie, jak również miliony pacjentów zmagających się z chorobami przewlekłymi. Dzięki zaangażowaniu ponad 100 000 pracowników w 100 krajach, Sanofi przekształca innowacje naukowe w rozwiązania opieki zdrowotnej dostępne na całym świecie.

Sanofi Consumer Healthcare jest częścią globalnej organizacji Sanofi, której celem jest poprawa jakości życia ludzi na całym świecie. Globalny BU CHC osiągnął sprzedaż na poziomie 4,7 mld EUR w 2019 roku. Sanofi Consumer Healthcare jest jedną z trzech najważniejszych organizacji na rynku Consumer Healthcare i dostarcza skoncentrowane na konsumentach, innowacyjne rozwiązania w zakresie samoleczenia, skupione wokół czterech najważniejszych globalnych kategorii: alergia oraz kaszel i przeziębienie, środki przeciwbólowe, leki układu pokarmowego, suplementy diety.

Sanofi, Empowering Life.

Więcej informacji: www.sanofi.pl  [Sanofi Polska](https://www.linkedin.com/company/sanofi-polska)  [@SanofiPolska](https://twitter.com/SanofiPolska)  [SanofiPolska](https://www.instagram.com/SanofiPolska)

¹¹ Kozłowska-Wojciechowska M. Niezbędne fosfolipidy. *Terapia* 2014; 6(307): 13–15

¹² Kargulewicz A et al. Niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby - etiopatogeneza, epidemiologia, leczenie. *Nowiny Lekarskie* 2010; 79 (5): 410–418.