أمراض الكبد المتقدمة (Advanced Liver Disease)

المسوغ

تم تصميم هذه المعلومات لتساعدك على فهم أمراض الكبد المتقدمة وكيف سيؤثر عليك هذا التشخيص. ستقدم لك معلومات حول الأعراض والمضاعفات التي قد تحدث، ومتى يجب أن تسعى للحصول على رعاية طبية إضافية. سيقدم أيضًا إرشادات حول تدبير رعايتك الصحية، والعمل مع الأطباء والممرضات وأخصائيي الفئات الصحية المساعدة لتحقيق أفضل علاج لك.

ما هى وظيفة الكبد؟

يُعد الكبد أكبر عضو داخلي في الجسم وله العديد من الوظائف الأساسية. الكبد:

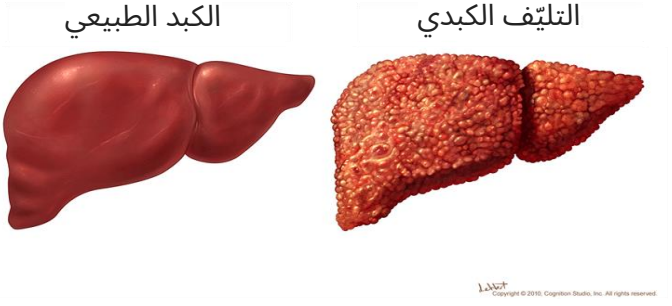
- يفرز الصفراء ليساعد على هضم الدهون في نظامك الغذائي
- يخزن السكر في جسمك لاستخدامه كطاقة
- ينتج البروتينات، بما في ذلك الزلال وعوامل تخثر الدم
- يعالج السموم (بما في ذلك الكحول) والأدوية (مثل الباراسيتامول)
- يساعد جهاز المناعة على محاربة العدوى

ما هى أمراض الكبد المتقدمة؟

أمراض الكبد المتقدمة والتي تعرف أيضا بالتليُّف أو التشمُّع الكِبديّ لها أسباب كثيرة. تشمل الأسباب الشائعة التهاب الكبد الفيروسي (التهاب الكبد B و C) وتراكم الدهون في الكبد، المرتبط بالإفراط في استهلاك الكحول أو زيادة الوزن / السمنة أو داء السكري من النوع ٢. تسبب هذه الحالات إصابة الكبد التي تسبب، بمرور الوقت، ندبات (تسمى أيضًا *تليُّف*) في الكبد.

قد تتراكم الندبات بمرور الوقت وتخلق عقيدات في الكبد تسمى تليُّف الكبد. في المراحل المبكرة من تليُّف الكبد، يظل الكبد قادرًا على أداء وظيفته. وهذا ما يسمى *بالتليُّف الكبدي المعوّض*. قد يكون لهذه المرحلة أعراض قليلة أو معدومة. إذا تمت إزالة سبب إصابة الكبد في هذه المرحلة (على سبيل المثال، علاج التهاب الكبد C أو التوقف عن تناول الكحول) ، يمكن للكبد أحيانًا إصلاح نفسه وقد لا يسبب مشاكل خطيرة في المستقبل.

ومع ذلك، عندما تكون الإصابة مستمرة أو يتطور التندب، فإن النسيج الندبي يحل محل خلايا الكبد السليمة ولا يعود الكبد قادرًا على أداء وظائفه بشكل صحيح. وهذا ما يسمى *تليُّف الكبد اللا تعويضي (متدهور)*. يتسبب التندب أيضًا في تصلّب الكبد، ويصعب تدفق الدم من خلاله. يتسبب هذا في زيادة الضغط في الوريد البابي، والذي يأخذ الدم إلى الكبد من الأمعاء والطحال. وهذا ما يسمى *بارتفاع ضغط الدم البابي*.



ما هي أعراض تليُّف الكبد اللا تعويضي (متدهور)؟

ترتبط هذه المرحلة بالأعراض والخصائص التالية:

الصفرة

البيليروبين عبارة عن صبغة صفراء تتكون من التفكك الطبيعي لخلايا الدم الحمراء. في أمراض الكبد المتقدمة، لا يستطيع الكبد معالجة البيليروبين بشكل صحيح وتتراكم في الدم.

قد تلاحظ اصفرار الجلد (الصفرة) والعينين والبول الداكن والحكة.

لا يوجد علاج محدد للصفرة، ولكن قد يوصي طبيبك بالأدوية التي يمكن أن تحسن الحكة.

استسقاء

يؤدي التغيير في تدفق الدم في البطن إلى تمسك جسمك بالملح والسوائل. يتسرب هذا السائل إلى تجويف البطن، ويسمى *الاستسقاء*. من خلال الجاذبية، قد يتسرب أيضًا إلى أطرافك السفلية.

donikz | shutterstock.com

قد تلاحظ زيادة في حجم البطن أو تورم الكاحلين أو الساقين.

قد يبرز سرة بطنك (يسمى *الفتق السُرِّيّ*).

يتم تدبير الاستسقاء عن طريق تقليل الملح في نظامك الغذائي وتناول أقراص سائلة (تسمى مدرات البول). تشمل مدرات البول سبيرونولاكتون وفوروسيميد. يمكن أن تؤثر مدرات البول على وظائف الكلى، لذلك سيراقب طبيبك وظائف الكلى في اختبارات الدم. يمكن أن تؤثر أيضًا على مستويات الإلكتروليت، لذلك سيراقب طبيبك أيضًا مستويات الصوديوم والبوتاسيوم. لا يتعين عليك الحد من تناول السوائل ما لم يخبرك طبيبك بذلك.

إذا لم يكن بالإمكان تدبير الاستسقاء لديك باستخدام مدرات البول وحدها، فقد يحتاج السائل إلى التصريف من خلال إبرة موضوعة في جانبك (تسمى *البزل* أو *الصنبور الاستسقائي*). قد تحتاج فقط إلى نقرة مرة واحدة كل فترة، أو غالبًا كل أسبوعين. أثناء العملية، ستتلقى *تسريبًا من الألبومين* يحتوي على البروتين والماء لموازنة السوائل التي يتم إخراجها.

يمكن أن يصاب الاستسقاء بالالتهاب. وهذا ما يسمى *التهاب الغشاء البريتوني الجرثومي التلقائي (SBP)*. SBP مرض خطير وسيتطلب منك الذهاب إلى المستشفى للحصول على المضادات الحيوية. قد يتطلب الأمر أيضًا تناول مضادات حيوية طويلة الأمد مثل نورفلوكساسين أو ريسيريم (وتسمى أيضًا سبترين أو باكتريم) لمنع حدوث هذه العدوى مرة أخرى.

لمزيد من المعلومات حول نظامك الغذائي، راجع ورقة المعلومات عن النظام الغذائي الذي يعتمد على تقليل الملح **GESA Reduced Salt Diet.**

انخفاض الصوديوم في الدم

في النهاية، قد يحتفظ جسمك بالمزيد والمزيد من الماء، مما يخفف من كمية الصوديوم لديك في الدم. وهذا ما يسمى *بنقص الصوديوم في الدم.*

قد تلاحظ أعراض النعاس أو الارتباك. ومع ذلك، قد لا تعاني من أي أعراض ولن يتم ملاحظة انخفاض الصوديوم إلا في اختبار الدم.

يتم التحكم في ذلك عن طريق الحد من تناول السوائل من لتر إلى لتر ونصف في اليوم. سينصح طبيبك بحد معين. وهذا

يشمل الماء والقهوة والشاي والعصير والمشروبات الغازية. لا يشمل مشروبات البروتين. على الرغم من أن الصوديوم لديك في الدم قد يكون منخفضًا، يجب **ألا** تزيد من تناول الملح الغذائي.

اعتلال الدماغ الكبدي

لا يقوم الكبد بإزالة السموم من الدم مع وجود أمراض الكبد المتقدمة. يمكن أن تتراكم هذه السموم (خاصة الأمونيا) في المخ، حيث تسبب تدهورًا في الوظيفة العقلية وتؤثر على قدرتك على القيادة. يمكن أن يتفاقم اعتلال الدماغ الكبدي من قبل محفزات مثل الإمساك أو العدوى أو الأدوية أو النزيف الداخلي.

قد تلاحظ صعوبة في النوم ليلًا، ونعاسًا أثناء النهار، وارتباكًا وضعف أوقات رد الفعل أو اتخاذ القرار. قد "ترفرف" يديك عند رفعها في الهواء.

يستخدم اللاكتولوز (الشراب الحلو) لعلاج اعتلال الدماغ الكبدي. الإسهال هو التأثير المطلوب للاكتولوز، ويهدف إلى إخراج الفضلات من الجسم مرتين إلى ثلاثة مرات بصورة رخوة في اليوم. ريفاكسيمين دواء آخر يمكن إضافته إذا لزم الأمر ويمكن أن يقلل فرصة حدوث نوبات أخرى من اعتلال الدماغ.

في الأشخاص المصابين بمرض كبدي متقدم، من المهم عدم معالجة اضطرابات النوم بالأدوية المهدئة (الأقراص المنومة).

إذا كنت مصابًا باعتلال دماغي كبدي، فليس من الآمن لك وللآخرين القيادة على الطريق. سيناقش طبيبك هذا الأمر معك.

داء الدوالي

يتسبب ارتفاع ضغط الدم في أوعية البطن في ظهور الدوالي الوريدية في أنبوب التغذية (يسمى *المريء*) والمعدة. يمكن رؤيتها من خلال النظر بالكاميرا (تسمى *تنظير المعدة*). قد تحتاج إلى تنظير المعدة مرة كل سنة إلى ثلاث سنوات للبحث عن الدوالي. لن تسبب الدوالي أعراضًا ما لم تنزف، وذلك الأمر يمكن أن يكون خطير جدًا

في حالة حدوث نزيف، قد تلاحظ برازًا أسود اللون (يسمى أيضًا ميلينا) أو تبدأ في تقيؤ الدم. هذه حالة طارئة ويجب عليك الوصول إلى المستشفى بشكل عاجل. .

يتم التعامل مع الدوالي عن طريق تقليل الضغط في الأوعية البطنية. يمكن استخدام الأدوية مثل كارفيديلول أو بروبرانولول لتقليل فرصة النزيف من الدوالي. خلاف ذلك، يمكن إجراء عملية تسمى *ربط الدوالي* أثناء تنظير المعدة. تُستخدم الأربطة المطاطية لربط الأوردة بحيث تقل احتمالية تعرضها للنزيف. يمكن وضع هذه الأربطة لمنع حدوث نزيف، أو لإيقاف النزيف الذي يحدث.

سرطان الكبد

عندما يتندب الكبد، يكون أكثر عرضة للإصابة بسرطان الكبد. سرطان الكبد الأولي (ويسمى أيضًا *سرطان الخلايا الكبدية*) هو السرطان الذي يبدأ في الكبد، بدلاً من أن ينتشر إلى الكبد من مكان آخر. لاكتشاف سرطانات الكبد مبكرًا، سيكون لديك فحص بالموجات فوق الصوتية للكبد كل ستة أشهر للبحث

عن أي بقع جديدة (أو كتل) في الكبد ربما تكون قد نشأت. إذا تم اكتشاف كتلة جديدة، فقد يوصى بإجراء فحص بالتصوير المقطعي المحوسب أو التصوير بالرنين المغناطيسي لتحديد ما إذا كان السرطان موجودًا.

قد لا تلاحظ أي أعراض.

في حالة حدوث سرطان الكبد، تتوفر العديد من العلاجات، وقد تكون بعض السرطانات المبكرة قابلة للشفاء. تعتمد خيارات العلاج على حجم الورم ومدى تقدمه عند التشخيص. لهذا السبب، من المهم جدًا أن تحضر لإجراء الموجات فوق الصوتية كل ستة أشهر. كلما كان التشخيص مبكرًا، كان ذلك أفضل.

تخثر الدم غير الطبيعي

يصنع الكبد بروتينات تساعد على موازنة قدرة الدم على التجلط. عندما لا يتم تصنيع هذه البروتينات بشكل صحيح، فقد تكون عرضة لخطر النزيف و / أو التخثر.

قد تلاحظ حدوث كدمات أو نزيف بسهولة.

لا يوجد علاج محدد لهذا، ولكن إذا كان لديك إجراء أو عملية، فقد تحتاج إلى نقل منتجات الدم لتقليل خطر النزيف.

هشاشة العظام

يمكن أن يؤدي التقدم في السن والأمراض المزمنة وسوء التغذية وفقدان الشهية إلى ترقق العظام (تسمى *هشاشة العظام*). سيطلب منك طبيبك الأخصائي أو طبيبك العام كل بضع سنوات إجراء فحص لكثافة المعادن في العظام.

قد لا تلاحظ أي أعراض. ومع ذلك، قد تواجه كسورًا في العظام (مثل الرسغين أو الضلوع أو كسور العمود الفقري) من إصابات صغيرة فقط أو في بعض الأحيان بدون إصابة على الإطلاق.

يمكن علاج ذلك بمكملات الكالسيوم وفيتامين د. قد يتطلب الأمر أيضًا استخدام الأدوية الموصوفة.

أعراض أخرى

تشمل الأعراض الأخرى لمرض الكبد المتقدم الإرهاق وفقدان الشهية والضعف العام وفقدان الوزن وتشنجات العضلات وانخفاض الدافع الجنسي. قد يصاب الرجال بتضخم الثدي وقد تعاني النساء من فترات حيض غير منتظمة أو غائبة. يرجى سؤال طبيبك عن أي أعراض تعاني منها.

تُعد التقلصات من الأعراض الشائعة لأمراض الكبد وقد تكون مزعجة للغاية. تورين، وهو حمض أميني، بجرعة جرام واحد يتم تناوله مرتين في اليوم عن طريق الفم، تبين أنه يقلل من التقلصات لدى الأشخاص المصابين بأمراض الكبد.

ما الذي يمكنني فعله أيضًا للمساعدة؟

التَغذِيَة

مع تفاقم مرض الكبد لديك، قد تلاحظ أنك تفقد قدر من العضلات والوزن. وهذا ما يسمى *ضمور اللحم (ساركوبينيا)*.

متى يجب أن أطلب عناية طبية عاجلة؟

- إذا لاحظت وجود دم في القيء أو البراز و/ أو حركة الأمعاء بطيئة
- إذا كنت تشعر بالإغماء أو بالدوار
- إذا كنت تعاني من حمى أو قشعريرة
- إذا أصبت بألم في البطن، خاصةً حول الفتق
- إذا أصبت بالصفراء المستجدة
- إذا أصبت بضيق جديد في التنفس
- إذا كنت تشعر بالنعاس أو الارتباك

قد تفقد أيضًا شهيتك أو حاسة التذوق أو تجد صعوبة في تناول الطعام عندما يكون لديك استسقاء كبير. من المهم جدًا

الحفاظ على نظام غذائي جيد ويمكن أن يرشدك اختصاصي التغذية، ويشمل ذلك على إضافة بروتين إضافي من خلال المكملات الغذائية أو المشروبات.

يرجى الرجوع إلى ورقة معلومات **النظام الغذائي عالي البروتين عالي الطاقة من GESA** لمزيد من التفاصيل.

ممارسة الرياضة

قد تلاحظ أنك تشعر بالضعف والوهن. التمرين اللطيف الذي يركز على القوة والتوازن سيساعدك على تحسين قوة عضلاتك ويمنعك من السقوط. يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي أو اختصاصي فسيولوجيا التمارين تصميم برنامج تمرين يناسبك. إذا كنت ترغب في تجربة برامج أخرى في صالة ألعاب رياضية أو مركز مجتمعي، فاسأل طبيبك أو ممرضتك عنها أولاً.

يمكن أن يكون السقوط مشكلة خطيرة. يمكن للمعالج المهني زيارة منزلك ومساعدتك على تقليل مخاطر التعثر في منزلك. يمكنهم أيضًا التوصية بمعدات (مثل أدوات المساعدة على المشي أو كراسي الاستحمام) لمساعدتك على الاستمرار في القيام بأنشطتك اليومية.

تجنب الكحوليات

بمجرد إصابتك بمرض كبدي متقدم (تليّف الكبد)، فإن أي كمية من الكحوليات يمكن أن تلحق الضرر بالكبد. يوصى بشدة بتجنب الكحوليات تمامًا.

الصحة النفسية

قد يكون التشخيص والتعايش مع مرض مزمن أمرًا صعبًا للغاية لكل من المرضى وعائلاتهم ومقدمي الرعاية لهم. لا بأس أن تشعر بالحزن أو الإرهاق في بعض الأحيان. قد يكون من المفيد التحدث إلى مستشار أو طبيب نفساني حول هذه المشاعر. يرجى التحدث إلى طبيبك الأخصائي أو طبيبك العام إذا كنت ترغب في إحالة أو توصية لشخص ما للتحدث معه. هناك أيضًا مجموعات دعم للمرضى عبر الإنترنت وشخصيًا قد تجدها مفيدة.

الأدوية العشبية أو الطبيعية

السؤال الشائع هو ما إذا كانت هناك علاجات عشبية أو طبيعية تساعد في أمراض الكبد. يمكن أن تسبب الأدوية أو المكملات الغذائية أو العلاجات العشبية التي تُصرف دون وصفة طبية إصابة خطيرة للكبد. نوصي بتناول الأدوية التي وصفها لك طبيبك فقط. إذا كنت ترغب في تجربة دواء أو مكمل بدون وصفة طبية، يرجى مناقشة هذا الأمر مع طبيبك أو الصيدلي قبل البدء.

هل يمكنني إجراء عملية زرع كبد؟

تُعد زراعة الكبد خيارًا منقذًا للحياة لبعض الأشخاص المصابين بأمراض الكبد المتقدمة. تعتمد أهليتك على مدى تقدم حالتك والظروف الصحية الأخرى لديك. إذا كانت لديك أسئلة حول زراعة الكبد، فيرجى مناقشة هذا الأمر مع طبيبك الأخصائي.

طبيبك الأخصائي وطبيبك العام وممرضاتك وأخصائيو الفئات الصحية المساعدة والعيادات المختصة بالكبد، كلهم موجودون لمساعدتك في التعامل مع أمراض الكبد. يجب أن تتناول جميع الأدوية على النحو الموصوف. يمكنك مساعدة فريق العلاج الخاص بك عن طريق حضور المواعيد الخاصة بك واختبارات الدم، أو إعادة الجدولة إذا لم تتمكن من ذلك، وإحضار قائمة الأدوية المحدثة إلى مواعيدك، وإعلامهم إذا كنت تشعر بالمرض أو أن حالتك تتغير.

شكر وتقدير

تمت مراجعة هذا المورد وتحديثه من قبل الأخصائيين الصحيين التاليين في عام ٢٠٢٢:

الدكتورة مادلين جيل، مركز إيه دبليو مورو لأمراض الجهاز الهضمي والكبد بمستشفى رويال برينس ألفريد، بسيدني نيو ساوث ويلز أستراليا AW Morrow Gastroenterology and Liver Centre, Royal Prince Alfred Hospital, Sydney NSW Australia

أ / البروفيسور سيمون ستراسر مركز إيه دبليو مورو لأمراض الجهاز الهضمي والكبد بمستشفى رويال برينس ألفريد، بسيدني نيو ساوث ويلز أستراليا AW Morrow Gastroenterology and Liver Centre, Royal Prince Alfred Hospital, Sydney NSW Australia

يجب توجيه الطلبات والاستفسارات المتعلقة بالنسخ والحقوق إلى: جمعية الجهاز الهضمي الأسترالية Level ١, ٥١٧ Flinders Lane, Melbourne VIC ٣٠٠٠ | الهاتف: ١٧٦ ٧٦٦ ١٣٠٠ | بريد إلكتروني: gesa@gesa.org.au | الموقع الإلكتروني: http://www.gesa.org.au

تم إعداد هذه الوثيقة من قبل جمعية أمراض الجهاز الهضمي في أستراليا وتم اتخاذ كل العناية اللازمة في إنشاءها. لا تتحمل جمعية أمراض الجهاز الهضمي الأسترالية ومجمعي هذه الوثيقة أي مسؤولية عن أي إصابة أو خسارة أو ضرر ناتج عن استخدام المعلومات أو الاعتماد عليها. حقوق نشر هذا العمل محفوظة. يجوز لك تحميل هذه المواد وعرضها وطباعتها وإعادة إنتاجها في شكل غير معدَّل فقط (مع الاحتفاظ بهذا الإشعار) لاستخدامك الشخصي غير التجاري أو للاستخدام داخل مؤسستك. بصرف النظر عن أي استخدام كما هو مسموح به بموجب *قانون حقوق النشر لعام ١٩٦٨* ، فإن جميع الحقوق الأخرى محفوظة. © ٢٠٢٢ جمعية أمراض الجهاز الهضمي الأسترالية ABN ٤٤٠٠١١٧١١١٥.