NAFLD का MASLD के रूप में पुनर्वर्गीकरण

[स्रोत: इंडियन एक्सप्रेस]

चर्चा में क्यों?

नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिज़ीज़ को मेटाबोलिक डिसफंक्शन-एसोसिएटेड स्टेटोटिक लिवर डिज़ीज़ के रूप में पुनर्वर्गीकृत करने से इसके प्राथमिक कारण के रूप में मेटाबोलिक डिसफंक्शन पर बल दिया गया है, जिससे इससे जुड़े अल्कोहल कारक को इससे अलग करने पर प्रकाश पड़ा है।

- इस परिवर्तन से इस समस्या को शराब के इतर **अंतर्निहित चयापचय संबंधी समस्याओं** एवं असामान्य कोलेस्ट्रॉल से जोड़कर देखा जाएगा।

नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डिज़ीज़ क्या है?

- **परिचय:** NAFLD एक ऐसी स्थिति है जिसमें शराब के बिना भी **लिवर में वसा का संग्रहण** हो जाता है।
  - इसमें दो प्रकार शामिल हैं: **नॉन-अल्कोहलिक फैटी लिवर (NAFL)** और **नॉन-अल्कोहलिक स्टीटोहेपेटाइटिस (NASH)**।
- **NAFLD के प्रकार**
  - **NAFL:** इसमें **लिवर में वसा का निर्माण** होने के साथ **सूजन या क्षति न्यूनतम या शून्य** होती है।
    - इससे आमतौर पर लिवर संबंधी जटिलताएँ नहीं होती हैं लेकिन यकृत में वृद्धि के साथ असुविधा हो सकती है।
  - **NASH**: इसमें **वसा का निर्माण तथा लिवर की सूजन** दोनों ही शामिल हैं, जिससे **लिवर क्षतिग्रस्त** होने के साथ **फाइब्रोसिस** (ऐसी स्थिति जिसमें लिवर में स्कार ऊतक की अधिकता हो जाती है) एवं संभावित रूप से **सिरोसिस (**ऐसी स्थिति जिससे लिवर कैंसर के जोखिम में वृद्धि होती है) की समस्या हो सकती है।
- **लक्षण और कारण**: NAFLD अक्सर लक्षणहीन होता है लेकिन **मोटापा,** मेटाबोलिक सिंड्रोम (चयापचय संबंधी असामान्यताओं का समूह) एवं **टाइप 2 मधुमेह** जैसी स्थितियाँ इसके जोखिम को बढ़ा देती हैं।
- **निदान: NAFLD का निदान चिकित्सा इतिहास, शारीरिक परीक्षण और NAFL एवं NASH के बीच अंतर करने के लिये** रक्त परीक्षण, इमेजिंग तथा यकृत बायोप्सी जैसे परीक्षणों के माध्यम से किया जाता है।
- **उपचार**: **वजन कम करना,** NAFLD के प्रबंधन के लिये महत्वपूर्ण है क्योंकि इससे वसा, सूजन एवं लिवर फाइब्रोसिस (ऐसी स्थिति जिसमें लिवर में स्कार ऊतक की अधिकता हो जाती है) की स्थिति को रोका जा सकता है।
- **रोकथाम**: स्वस्थ आहार और वजन में संतुलन बनाए रखने से NAFLD को रोकने या प्रबंधित करने में मदद मिल सकती है। प्रभावित लोगों के लिये स्वस्थ आहार और वजन घटाने की सलाह दी जाती है।

MASLD को क्या अलग बनाता है?

- **चयापचय संबंधी कारणों पर ध्यान दें: MASLD चयापचय संबंधी शिथिलता को** प्राथमिक कारण के रूप में दर्शाता है, जबकि **NAFLD केवल शराब के उपयोग की अनुपस्थिति** को दर्शाता है।
- **व्यापकता:** MASLD विश्व स्तर पर **25%** लोगों को प्रभावित करता है, तथा **मोटापे या टाइप 2 मधुमेह** से पीड़ित लोगों में इसकी दर अधिक **(50-70%)** है।
- **MASLD निदान:** MASLD के निदान के लिये फाइब्रोस्कैन, MRI, अल्ट्रासाउंड और रक्त परीक्षण जैसे गैर-आक्रामक (Non-Invasive) परीक्षणों का उपयोग किया जाता है।
  - फाइब्रोस्कैन एक गैर-आक्रामक परीक्षण है जो यकृत की वसा और कठोरता को मापता है, जिससे यकृत बायोप्सी की आवश्यकता समाप्त हो जाती है।
- **MASLD की रोकथाम:** फास्ट फूड, प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ और शर्करा युक्त पदार्थों का सेवन न करना।
- **साबुत अनाज, फल, सब्जियाँ और प्रोटीन से युक्त संतुलित आहार MASLD को रोकने में मदद कर सकता है।**

नोट:

हेपेटाइटिस लिवर की **एक तीव्र या जीर्ण सूजन** है। वायरल संक्रमण (**A, B, C, D, E**), शराब का सेवन, जहर, ड्रग्स और ऑटोइम्यून रोग - ऐसे विकार जिनमें प्रतिरक्षा प्रणाली लिवर को लक्षित करती है, सभी इसके लिये ज़िम्मेदार हो सकते हैं।

//

Types of Hepatitis

	TRANSMISSION	PREVENTION	TREATMENT
Hepatitis A	Eating contaminated food or drinking contaminated water	• Practicing good hygiene • Vaccine	No treatment
Hepatitis B	Through contact with the blood or bodily fluids of an infected person	• Practicing good hygiene • Vaccine • Blood screening	• Alpha interferon • Peginterferon
Hepatitis C	Blood-to-blood contact	• Practicing good hygiene • Avoid sharing needles, toothbrushes, razors or nail scissors	Direct-acting antiviral drugs
Hepatitis D	Contact with infected blood (only occurs in people already infected with hepatitis B)	• Hepatitis B vaccine • Avoid sharing needles, toothbrushes, razors or nail scissors	Interferon
Hepatitis E	Eating contaminated food or drinking contaminated water	• Practicing good hygiene • Avoid drinking water that has come from a potentially unsafe source	No treatment

स्वस्थ जीवनशैली से संबंधित भारत की पहल

- ईट राइट मेला
- फिट इंडिया मूवमेंट
- 'ईट राइट स्टेशन' सर्टिफिकेशन
- मिशन पोषण 2.0
- मध्याह्न भोजन योजना
- पोषण वाटिकाएँ
- आँगनवाड़ी
- यूनिफाइड इंडिया आर्गेनिक

UPSC सिविल सेवा परीक्षा, विगत वर्ष के प्रश्न

??????????:

प्रश्न. निम्नलिखित कथनों में से कौन-सा सही नहीं है?

(a) यकृतशोध B विषाणु HIV की तरह ही संचरित होता है।
(b) यकृतशोध C का टीका होता है, जबकि यकृतशोध B का कोई टीका नहीं होता।

(c) सार्वभौम रूप से यकृतशोध B और C विषाणुओं से संक्रमित व्यक्तियों की संख्या HIV से संक्रमित लोगों की संख्या से कई गुना अधिक है।
(d) यकृतशोध B और C विषाणुओं से संक्रमित कुछ व्यक्तियों में अनेक वर्षों तक इसके लक्षण दिखाई नहीं देते।

उत्तर: (b)

प्रश्न. निम्नलिखित में से कौन-सा रोग टैटू गुदवाने से एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है? (2013)

1. चिकिनगुनिया
2. हेपेटाइटिस बी
3. HIV-एड्स

नीचे दिये गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिये:

(a) केवल 1
(b) केवल 2 और 3
(c) केवल 1 और 3
(d) 1, 2 और 3

उत्तर: (b)

PDF Refernece URL: https://www.drishtiias.com/hindi/printpdf/nafld-is-now-called-masld