

NAFLD का MASLD के रूप में पुनर्वर्गीकरण

[स्रोत: इंडियन एक्सप्रेस](#)

चर्चा में क्यों?

[नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डज़ीज़](#) को मेटाबोलिक डिसफंक्शन-एसोसिएटेड स्टेटोटिक लिवर डज़ीज़ 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 **अंतरनहिती चयापचय संबंधी समस्याओं** एवं असामान्य कोलेस्ट्रॉल से जोड़कर देखा जाएगा।

नॉन-एल्कोहलिक फैटी लिवर डज़ीज़ 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 **सरिंसिस** (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।
- **नदान:** NAFLD का नदान **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 शक्तिता 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 नदान:** MASLD के नदान 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 वकार जनिमें प्रतरिकाषा प्रणाली लविर को लक्षति करती है, सभी इसके लयि ज़रिमेदार हो सकते हैं।

//

Types of Hepatitis

	TRANSMISSION	PREVENTION	TREATMENT
Hepatitis A	Eating contaminated food or drinking contaminated water	<ul style="list-style-type: none"> Practicing good hygiene Vaccine 	No treatment
Hepatitis B	Through contact with the blood or bodily fluids of an infected person	<ul style="list-style-type: none"> Practicing good hygiene Vaccine Blood screening 	<ul style="list-style-type: none"> Alpha interferon Peginterferon
Hepatitis C	Blood-to-blood contact	<ul style="list-style-type: none"> 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)	<ul style="list-style-type: none"> Hepatitis B vaccine Avoid sharing needles, toothbrushes, razors or nail scissors 	Interferon
Hepatitis E	Eating contaminated food or drinking contaminated water	<ul style="list-style-type: none"> 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
- फटि इंडिया मूवमेंट
- 'ईट राइट स्टेशन' सर्तफिकेशन
- मशिन पोषण 2.0
- मध्याह्न भोजन योजना
- पोषण वाटकिाँ
- आँगनवाडी
- यूनफाइड इंडिया आरगेनकि

UPSC सविलि सेवा परीक्षा, वगित वर्ष के प्रश्न

??????:

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

- यकृतशोध B वषिणु HIV की तरह ही संचरति होता है।
- यकृतशोध C का टीका होता है, जबक यकृतशोध B का कोई टीका नहीं होता।

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

उत्तर: (b)

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

1. चकिनगुनयिा
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.drishtiiias.com/hindi/printpdf/nafld-is-now-called-masld>

