

Abstrakt

Úvod: Úkolem této bakalářské práce je porovnat příjem potravy u pacientů s metabolickým syndromem, kteří mají k tomuto onemocnění přidružené buď prosté nealkoholové ztučnění jater (steatóza, angl. zkratka NAFLD – Non-Alcoholic Fatty Liver Disease) nebo zánětlivou komponentu v podobě steatohepatitidy (angl. zkratka NASH- Non-Alcoholic Steatohepatitis).

Cíle: Hlavním předmětem a cílem bakalářské práce bude sledovat rozdíl ve stravování čtyř různých skupin pacientů. První dvě skupiny budou tvořit pacienti s metabolickým syndromem se steatózou a metabolickým syndromem se steatohepatitidou. Třetí skupina je složena ze dvou pacientů s metabolickým syndromem bez rozvoje steatózy. Čtvrtou skupinou jsou zdraví jedinci s normálním BMI i lidé s prostou obezitou bez metabolických poruch.

Tato práce se dělí na dvě části, část teoretickou a část praktickou. V teoretické části se seznámíme s definicí, příčinami, jednotlivými složkami, komplikacemi a s preventivními a léčebnými opatřeními u metabolického syndromu. V další části se zaměřím na patofyziologii jater a na vymezení pojmů nealkoholová steatóza a steatohepatitida.

Metody: V praktické části se zaměřím na kvantitativní výzkum formou dotazníků na ambulancích IV. interní kliniky Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, kam docházejí pacienti, kteří splňují kritéria výše uvedených příznaků či projevů onemocnění. Součástí práce je porovnat informace z odborné literatury se skutečností zjištěnou na základě dotazníku. Zjišťujeme, zda dietní opatření, například v podobě pravidelné konzumace zakysaných mléčných výrobků, selenu, zeleného čaje, či omega-3 vícenenasycených mastných kyselin, společně s pravidelnou fyzickou aktivitou, může mít prokazatelně pozitivní vliv na průběh, léčbu i prevenci vzniku steatózy či steatohepatitidy jater. A v neposlední řadě zkoumáme, zda všichni dotazovaní pacienti budou mít metabolický syndrom i jaterní steatózu či steatohepatitidu současně.

Výsledky: Při zpracování 32 dotazníků jsme došli k závěru, že ne všichni respondenti s metabolickým syndromem mají současně přidružené onemocnění jater, konkrétně se jednalo o 2 pacienty bez rozvoje NAFLD/NASH.

Dalším zásadním zjištěním byl fakt, že se nám skutečně podařilo prokázat vliv stravy a režimových opatření na NAFLD i na jeho zánětlivou formu steatohepatitidu. Pozitivní vliv byl prokázán u pravidelné pohybové aktivity, dále u konzumace středomořské stravy, zakysaných mléčných výrobků, selenu, zeleného čaje, omega-3 vícenenasycených mastných kyselin apod.

Klíčová slova: steatóza, steatohepatitida, játra, metabolický syndrom, inzulinová rezistence