

# EPATOPATIE, SALUTE DEL FEGATO



**I tuoi valori  
a portata  
di mano**



## LA PATOLOGIA



Le patologie del fegato sono definite anche epatopatie. Le principali malattie del fegato sono causate da agenti infettivi come i virus (epatite virale A, B e C) e dall'alcol, che causa l'epatopatia alcolica. L'epatite virale A si trasmette mediante alimenti e bevande contaminati, mentre le epatiti B e C si trasmettono attraverso il sangue (trasfusioni od oggetti contaminati da sangue infetto), per via sessuale o durante la gravidanza dalla madre al feto.

Le forme acute di epatite possono in alcuni casi non guarire e diventare croniche.

L'epatopatia alcolica può insorgere nei soggetti che abusano di bevande alcoliche e si caratterizza inizialmente per un fegato ingrandito, steatosico (cioè con aumento del contenuto di grasso) e con ridotta funzionalità.

Con il passare del tempo, sia un'epatite cronica causata da virus, sia il fegato grasso provocato dal consumo di alcol, possono evolvere in un'altra patologia epatica, di gran lunga più grave delle precedenti, chiamata cirrosi epatica. Il processo degenerativo a carico del fegato può in alcuni casi aggravarsi portando allo sviluppo di tumore del fegato.

Un'altra frequente forma di epatopatia è la

steatoepatite non alcolica, frequente in soggetti con sindrome metabolica e obesità.

## CONSIGLI ALIMENTARI



Tra le epatiti virali, la forma A è spesso provocata da alimenti contaminati, come l'acqua o particolari cibi, tra cui i frutti di mare crudi. La cottura o l'esposizione ad alta temperatura in genere inattiva i virus dell'epatite a livello degli alimenti, ma anche di oggetti da tavola potenzialmente contaminati. In presenza di epatopatie, è utile non caricare l'alimentazione di grassi ed è opportuno assumere vitamine con la frutta e la verdura.

## Cosa fare e cosa non fare



Cercare di limitare l'esposizione dell'organismo e quindi del fegato agli agenti tossici, come l'alcol e alcuni farmaci, e a quelli infettivi (virus dell'epatite) è importante per prevenire le epatopatie e eventualmente rallentare l'evoluzione.

La funzionalità epatica può essere controllata eseguendo delle analisi del sangue per il dosaggio degli enzimi del fegato GOT e GPT (transaminasi), della bilirubina e di altre

proteine presenti nel sangue.

Controllare periodicamente questi parametri ti aiuta a prevenire e mantenere in buona salute il tuo fegato. Valori elevati di GOT e GPT potrebbero essere il segno di sofferenza del fegato ed epatiti.



**LO SAPEVI  
CHE...**

Il fegato è un organo dotato di una grande riserva funzionale. Ciò significa che i segni e i sintomi di eventuali malattie compaiono quando il danno è piuttosto avanzato. Ecco perché è importante conoscere in anticipo i valori delle analisi indicate sopra.