جمعه 04 اسفند 1396 - 07:48

درمان کبد چرب با یک تغییر در رژیم غذایی

کاهش مصرف کربوهیدرات‌ها به درمان بیماری کبد چرب کمک می‌کند.

کاهش مصرف کربوهیدرات‌ها به درمان بیماری کبد چرب کمک می‌کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، کاهش مصرف پاستا، سیب زمینی و دیگر خوراکی‌های غنی از کربوهیدرات روش شناخته‌ شده‌ای برای پایین آوردن وزن است. هر چند مطالعات جدید نشان می‌دهد رژیم غذایی با میزان کربوهیدرات پایین می‌تواند در درمان بیماری کبد چرب غیرالکلی هم مفید باشد.

پزشکان سوئدی دریافتند تنها دو هفته رژیم غذایی با میزان کربوهیدرات پایین سطح چربی کبد را کاهش می‌دهد.

بیماری کبد چرب غیر الکلی با انباشت مازاد چربی در کبد شناخته می‌شود. بر خلاف کبد چرب الکلی، بیماری کبد چرب غیر الکلی ناشی از مصرف زیاد مواد الکلی نیست. چاقی و بیماری‌های مرتبط با آن از قبیل دیابت نوع دو فاکتورهای اصلی خطرزا در بروز بیماری کبد چرب غیر الکلی هستند. این بیماری در حدود ۳۰ تا ۹۰ درصد افراد چاق دیده می‌شود.

داشتن رژیم غذایی سالم نقش کلیدی در درمان بیماری کبد چرب غیرالکلی دارد و به طور معمول پزشکان کاهش مصرف چربی‌ها را توصیه می‌کنند.

به گزارش مدیکال نیوز تودی، هر چند در این بررسی جدید آمده است کاهش مصرف کربوهیدرات‌ها می‌تواند راهکار درمانی دیگری برای بیماری کبد چرب غیرالکلی باشد.