



خواب منقطع؛ نشانه ابتلا به شایع‌ترین بیماری کبدی

دانشمندان دریافته‌اند خواب بریده‌بریده و منقطع با بیداری‌های مکرر، نشانه بارز ابتلا به کبد چرب غیرالکلی است.

دانشمندان دریافته‌اند خواب بریده بریده و منقطع با بیداری های مکرر، نشانه بارز ابتلا به کبد چرب غیرالکلی است.

به گزارش نصر، بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک (MASLD) در بیشتر مناطق جهان شایع است و چاقی و رواج سبک زندگی کم تحرک موجب افزایش آن شده است. این بیماری که قبلاً به عنوان بیماری کبد چرب غیرالکلی شناخته می شد، اکنون شایع ترین اختلال کبدی است؛ ۳۰ درصد بزرگسالان و بین ۷ تا ۱۴ درصد کودکان و نوجوانان را مبتلا می کند و پیش بینی می شود که شیوع آن در بزرگسالان تا سال ۲۰۴۰ میلادی به بیش از ۵۵ درصد افزایش یابد.

افراد مبتلا به بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک در معرض خطر ابتلا به دیابت، هپاتوسلولار کارسینوما (سرطان با منشأ کبدی)، سرطان های غیر کبدی، بیماری مزمن کلیوی، از دست دادن عضله در اثر افزایش سن و بیماری های قلبی عروقی هستند.

یافته های قبلی پژوهشگران، نشان دهنده تأثیر ساعت شبانه روزی و چرخه خواب در ایجاد بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک بود؛ اما آکادمی پزشکی خواب آمریکا توصیه کرده است برای اثبات ارتباط فرضی اختلالات خواب و ریتم شبانه روزی با بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک و استئاتوهپاتیت مرتبط با اختلال متابولیک (MASH)، از معیارهای عینی (به جای معیارهای ذهنی مانند پرسشنامه کیفیت خواب) استفاده شود.

دکتر سوفیا شیفر (Sofia Schaeffer)، پژوهشگر مرکز بیماری های گوارشی و کبدی دانشگاه بازل در سوئیس به همراه همکارانش به تازگی گزارش پژوهش خود درباره ارتباط اختلالات خواب با بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک و استئاتوهپاتیت مرتبط با اختلال متابولیک با استفاده از اکتی گرافی را منتشر کردند.

استئاتوهپاتیت مرتبط با اختلال متابولیک شکل پیشرفته بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک است که در آن کبد از التهاب و بافت اسکار ناشی از تجمع غیرطبیعی چربی آسیب می بیند.

شیفر گفت: در این پژوهش، برای اولین بار با یک روش عینی یعنی اکتی گرافی ۲۴ ساعته، نشان دادیم که ریتم خواب و بیداری در بیماران مبتلا به بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک با افراد سالم متفاوت است. این بیماران، شب ها به صورت مکرر از خواب می پریدند و افزایش هوشیاری داشتند.

به منظور انجام آزمایش اکتی گرافی، سنسوری روی مچ دست بسته می شود تا حرکات فرد را در زمان خواب و بیداری ردیابی می کند. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده به پزشکان برای تشخیص برخی اختلالات خواب کمک می کند.

اکتی گراف در زمینه مدت زمان خواب یا مدت زمان صرف شده در رختخواب، هیچ تفاوتی میان بیماران مبتلا به بیماری استئاتوتیک کبدی مرتبط با اختلال متابولیک و افراد سالم هیچ تفاوتی نشان نداد.