

फैटी लिवर और फैटी लिवर रोग कितने आम हैं?

वसायुक्त यकृत और वसायुक्त यकृत रोग पश्चिमी आबादी का एक नया विकार है जो ज्यादातर व्यावसायिक पूर्व-तैयार खाद्य पदार्थों का सेवन करते हैं। समस्या विश्व स्तर पर दक्षिण अमेरिका, मध्य पूर्व और एशियाई देशों तक फैल गई है क्योंकि खाद्य प्रतिरूप अधिक पश्चिमी शैली के वाणिज्यिक खाद्य पदार्थों में बदल रही हैं। वर्तमान में एनएएफएल का वैश्विक प्रसार 24-25% है और एक अरब से अधिक लोग प्रभावित हैं। फैटी लिवर की बीमारी की सबसे ज्यादा घटनाएं दक्षिण अमेरिका में होती हैं, इसके बाद मध्य पूर्व और एशिया (भारत और चीन) आते हैं। फैटी लिवर अपने आप में अधिकांश मामलों में कोई लक्षण पैदा नहीं करता है, इसलिए व्यापकता की संभावना को कम करके आंका जाता है।

भारत में महामारी विज्ञान के अध्ययन से पता चलता है कि फैटी लिवर की व्यापकता 9-32% की सीमा में है। उच्च जोखिम वाले समूह में शामिल हैं:

- **शहरवासी।** ग्रामीण आबादी की तुलना में, शहरवासी कृत्रिम वाणिज्यिक और पश्चिमी शैली के खाद्य पदार्थों, फलों के रस, ताजे या पैकेज्ड सहित शर्करा युक्त पेय पदार्थों का प्रचुर मात्रा में सेवन करते हैं। फ्रूट जूस और कोला पेय फ्रुक्टोज शुगर से भरपूर होते हैं, जो लिवर में फैटी एसिड में परिवर्तित हो जाते हैं। यदि कोई कोला पेय या फलों के रस के दो सर्विंग्स छह महीने तक रोजाना सेवन करें, तो वसायुक्त यकृत निश्चित है।
- **अधिक वजन वाले और मोटे व्यक्ति।**
- **पेट का मोटापा-** इसमें दुबले-पतले व्यक्ति शामिल हैं, जिनकी कमर की चौड़ाई नियमित से अधिक है।
- **टाइप 2 मधुमेह के रोगी।**
- **प्रीडायबिटिक स्थिति जैसे कि मेटाबोलिक सिंड्रोम, पीसीओएस (युवा महिलाओं के पॉलीसिस्टिक डिम्बग्रंथि रोग) वाले।**
- **हाइपोथायरायडिज्म के रोगी।**

• हानिकारक रक्त कोलेस्ट्रॉल-डिस्टिलिपिडेमिया वाले व्यक्ति- शरीर के अंदर वसा को लिपिड कहा जाता है। रक्त में अस्वास्थ्यकर वसा के उच्च स्तर को डिस्टिलिपिडेमिया कहा जाता है।

