

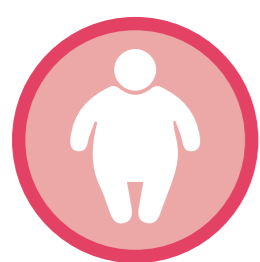
โรคตับคั่งไขมัน

FATTY LIVER DISEASE



มักไม่แสดงอาการ ส่วนมากตรวจพบเมื่อ
ค่าสภาวะตับในเลือดผิดปกติหรือตับอักเสบ

เกิดจาก



ภาวะอ้วน
หรือ
อ้วนลงพุง



ไขมัน
สะสม
อยู่ที่ตับ



ดื่มเครื่องดื่ม
แอลกอฮอล์
เป็นประจำ



ผลข้างเคียงจากโรค เช่น
เบาหวาน, มีถุงน้ำในรังไข่,
เส้นเลือดหัวใจตีบ,
ความดันเลือดสูง



ผลข้างเคียงจากยา เช่น
ยากุมกำเนิด, ฮอร์โมน,
ยารักษามะเร็งเต้านม

ไม่มียารักษา แต่มีวิธีป้องกัน



ควบคุมน้ำหนัก
ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ



ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ



เลี่ยงการกินอาหาร
ที่มีไขมันและงดดื่ม
เครื่องดื่มแอลกอฮอล์



หากมีโรคประจำตัว
ควรปฏิบัติตามแพทย์
แนะนำอย่างเคร่งครัด

ความเสี่ยง: อาจเกิดภาวะตับแข็ง โดยใช้เวลา 10 - 15 ปี

LINE Ramathibodi

อ. นพ.อัศวิน พูลสมบัติ สาขาวิชาโรคทางเดินอาหารและตับ ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
<https://med.mahidol.ac.th/infographics>