

LEVERVERVETTING IS DE PRIJS VAN ONZE LEVENSTIJL

# Afvallen beperkt kans op leverkanker

Drie op de tien mensen in Nederland hebben een vervette lever wat kan leiden tot achteruitgang van de leverfunctie en leverkanker. Zolang er geen medicijn is om het tij te keren, lijkt de leefstijlcoach de beste remedie.

**N**iet-alcoholische leververvetting (NAFLD) is een groeiend probleem in Nederland. Het komt voort uit onze westerse levensstijl waarbij weinig lichaamsbeweging gepaard gaat met een overmatige inname van calorieën. Dat leidt, naast overgewicht, tot stapeling van vet in de lever. Schattingen gaan ervan uit dat in Nederland zo'n 30 procent van de mensen een vervette

lever heeft. Bij een deel van de NAFLD-patiënten ontstaat naast de leververvetting een ontsteking in de lever, niet-alcoholische steatohepatitis (NASH). NASH is een gevaarlijke ontwikkeling omdat dit kan leiden tot littekenvorming in de lever (fibrose). Als dit onbehandeld blijft, kan het overgaan in levercirrose

met achteruitgang van de leverfunctie en een sterk verhoogd risico op levercelkanker (hepatocellulair carcinoom, HCC). In totaal heeft 3 procent van de Nederlanders NASH bij leververvetting. NAFLD staat niet op zichzelf, het is de lever-specifieke uiting van het metabool syndroom. Van het metabool syndroom wordt gesproken als er naast een

toegenomen buikomvang, een gestoorde vetstofwisseling bestaat met hoge bloeddruk en glucose-intolerantie. In de Verenigde Staten voldoet al bijna 40 procent van de volwassenen aan de definitie van het metabool syndroom. Het grootste gevaar hiervan is het sterk verhoogde risico op hart- en vaatziekten. Dat is dan ook de belangrijkste oorzaak van overlijden in deze groep.

NAFLD en het metabool syndroom zullen een van de grootste uitdagingen van het komende decennium worden. De consequenties van leververvetting zijn nu al in de spreekkamers van de maag-, darm- en lever (mdl)-artsen zichtbaar. Steeds meer patiënten worden gezien met een levercirrose als gevolg van NASH en een deel van deze patiënten ontwikkelt leverkanker. NAFLD is hard op weg om de nummer-1-indicatie te worden voor levertransplantatie. Maar niet alleen mdl-artsen zien dagelijks de gevolgen, ook huisartsen, internisten, cardiologen, chirurgen en zelfs kinderartsen worden ermee geconfronteerd.

## Sleutel tot succes

Hoe is dat te stoppen? De behandeling van leververvetting is uitdagend en het meest kansrijk als dit multidisciplinair wordt aangepakt. De sleutel tot een succesvol beleid is aanpassen van het gedrag dat de oorzaak is geweest van het ontstaan van het onderliggende metabool syndroom. Een gewichtsafname van nog geen 10 procent geeft een reductie van de helft

Er zijn steeds meer patiënten met levercirrose



GETTY IMAGES

Links: gezonde lever - rechts: levercirrose

## De farmaceutische industrie bijt haar tanden stuk op NAFLD

van het levervet. Dat betekent minder eten en meer bewegen en niets blijkt lastiger dan dat. Het ministerie van VWS heeft de leefstijlcoach in het leven geroepen die begeleiding van NAFLD-patiënten in de eerste

lijn mogelijk moet maken; het succes daarvan moet nog worden afgewacht.

In sommige gevallen is bariatrische chirurgie de beste behandeling. Maar ook de behandeling van risicofactoren voor hart- en vaatziekten en het voorkomen van complicaties door eventueel aanwezige diabetes mellitus type 2 door

strikte bloedglucoseregulatie is van levensbelang. De farmaceutische industrie bijt in de tussentijd haar tanden stuk op NAFLD en vooral op NASH. De oorzaak van NASH lijkt veelzijdig en vele mecha-

nismen zijn samen verantwoordelijk voor het ontstaan van de leverziekte. Er is nog geen pil op de markt die goed in staat is om de gevolgen van NASH te keren. Inmiddels is er een reeks van geneesmiddelen geweest die niet brachten wat ervan verwacht werd. Tot nu toe staan we als artsen, wat betreft pillen voor NASH, met lege handen. Dat zal zeker niet zo blijven. Ongetwijfeld krijgen we in de komende jaren een doorbraak te zien waarbij er waarschijnlijk een cocktail aan geneesmiddelen de leverziekte weet te beheersen. ■

### contact

m.e.tushuizen@lumc.nl  
cc: redactie@medischcontact.nl

### web

Meer over dit onderwerp vindt u onder dit artikel op [medischcontact.nl](http://medischcontact.nl).