

Ci vuol fegato!

Costantino Panza¹, Antonella Brunelli², Stefania Manetti³

1. Pediatra di famiglia, Sant'Ilario d'Enza (Reggio Emilia); 2. Direttore del Distretto ASL, Cesena;

3. Pediatra di famiglia, Piano di Sorrento (Napoli);

Ieri sera sono stato in discoteca coi miei amici, e ci siamo scolati un sacco di shortini, che ci procurava Jack che è maggiorenne. Che forte!! Poi è arrivato Gigi che non ha nemmeno 14 anni a dirci che in questo modo ci facciamo fuori il fegato!! Lui lo sa perché sua nonna ne ha visti tanti nella vita. Ma cosa c'entra? Io sapevo che c'entravano virus, o le trasfusioni, o aghi e siringhe sporchi.

Il fegato è come una grande fabbrica che produce tante cose per mantenerci in salute; gli operai di questa fabbrica, in continua attività, sono le cellule epatiche.

A cosa serve il fegato?

Il fegato produce tante sostanze, necessarie per il controllo della coagulazione del sangue, per la digestione, per l'equilibrio del nostro organismo. Inoltre funziona anche come filtro: blocca le sostanze tossiche, cattura sostanze nutritive che qui vengono elaborate per essere poi utilizzate in tutto l'organismo o depositate nel fegato stesso. Custodisce sostanze preziose come il rame, il ferro, le vitamine e le riserve di energia. Se si danneggia, le conseguenze possono essere molto gravi. Quando il fegato è danneggiato si parla di "epatite": il termine epatite significa "infiammazione del fegato". Le cause delle epatiti sono: tossiche o da avvelenamento, da farmaci, da malattie metaboliche e da infezioni. Queste ultime sono causate da virus di cui ne conosciamo al momento 5 tipi: A, B, C, D, E.

I sintomi delle epatiti, qualunque ne sia la causa, sono molto simili; a volte inizialmente sembrano sintomi influenzali; in alcuni casi compare l'ittero, ossia una colorazione giallastra della pelle e della congiuntiva; in altri casi l'epatite può non dare sintomi visibili, specialmente nel bambino piccolo.

Come faccio a sapere che qualcosa del mio fegato non va?

I principali sintomi sono:

- fegato ingrossato;
- colorazione giallastra della parte bianca degli occhi e della pelle;
- prurito intenso;

- feci grigiastre o bianche;
- urine scure o giallo intenso nei lattanti;
- nausea e perdita di appetito persistenti;
- perdita di energia;
- vomito o vomito con sangue;
- perdita di peso;
- gonfiore addominale per raccolta di liquidi (ascite);
- dolore addominale.

In presenza di questi sintomi occorre contattare il proprio pediatra.

L'epatite è una malattia pericolosa?

Se hai un sintomo sospetto o se hai avuto contatti con un caso di epatite, contatta il tuo pediatra. Il pediatra dopo aver ascoltato la storia, e dopo la visita medica, può richiedere semplici test su sangue.

Come si prende l'epatite?

Per quanto riguarda le epatiti infettive, l'epatite A si contrae attraverso una forma di contagio oro-fecale: il contatto avviene per ingestione, consumando cibi o acqua infetti, oppure utilizzando superfici di lavoro in cucina non pulite, o attraverso le mani non lavate che sono state a contatto con cibo, acqua o feci infette.

La diffusione del virus avviene attraverso le feci (luoghi senza rete fognaria, concimazione del terreno con i liquami della rete fognaria). La guarigione nel giro di un mese è la regola, le complicanze sono molto rare. Per le altre epatiti infettive (B, C, D) il contagio è attraverso il sangue infetto: aghi per iniezioni non sterili, rapporti sessuali, attrezzatura per tatuaggi o piercing non sterile, pazienti in dialisi, mai per via orale. Sono meno frequenti ma più gravi: possono cronicizzare dando come sintomo solo stanchezza.

In casi come questi il pediatra può ritenere utile consultare uno specialista del fegato e, se necessario, fare una terapia con farmaci specifici.

Anche la mamma di Tommy è preoccupata: lui è grassottello, e il suo pediatra ha raccomandato stili di vita più sani per evitare di danneggiare il fegato. Quindi ci sono altre forme di epatite?

La malattia da fegato grasso di origine

non alcolica (NAFLD) è un condizione in cui il grasso si accumula nel fegato. Negli ultimi decenni la frequenza di questa malattia è aumentata negli adulti e nei bambini. È la forma più frequente di malattia cronica del fegato nei bambini. La causa più frequente è l'eccesso importante di peso, soprattutto a livello addominale, spesso associato a valori di glicemia elevati, pressione arteriosa alta, trigliceridi e colesterolo nel sangue alterati. Queste condizioni favoriscono l'accumulo del grasso all'interno delle cellule del fegato.

Il fegato può essere danneggiato anche da alcuni farmaci, come per esempio il paracetamolo, se somministrato in dosi molto elevate, così come dalla ingestione di funghi velenosi. Un altro alimento che danneggia il fegato è l'alcol: bere vino o superalcolici, oltre a danneggiare le cellule cerebrali, provoca una sofferenza del fegato acuta fino a uno stato di coma.

Come posso evitare l'epatite?

Per le epatiti infettive di tipo A e B esistono vaccini che le prevencono. La vaccinazione per l'epatite B si pratica abitualmente a tutti in nuovi nati in tre dosi. Per le altre forme di epatiti non ci sono vaccini. Tenersi lontano dall'alcol, controllare la dose dei farmaci, fare attività fisica riducendo il consumo di cibi grassi, fare attenzione agli alimenti poco sicuri e lavarsi le mani sono tutti comportamenti che aiutano il benessere del fegato.

La cura delle epatiti

Il nostro organismo è in grado da solo di superare la malattia, ma non sempre si ha la guarigione: in rari casi, e mai per la forma A, il virus rimane nel fegato provocando una forma cronica di infezione. Non sono disponibili terapie specifiche per le epatiti acute, tuttavia il pediatra può indicare i farmaci da prendere per non danneggiare il fegato.

Importante e necessaria è invece la cura delle epatiti croniche.

Corrispondenza

doc.manetti@gmail.com