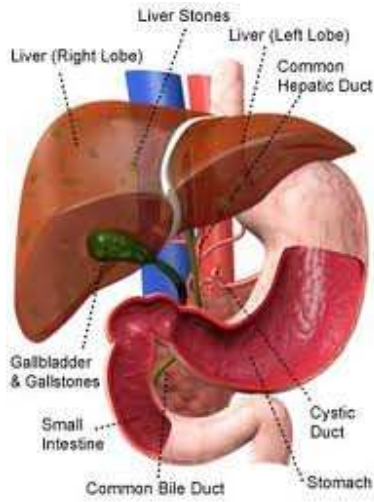


# GAN NHIỄM MỠ



**G**an là cơ quan nội tạng lớn nhất trong cơ thể với trọng lượng khoảng 1.4 kg.

Nằm ở phía trên bên phải của bụng, ngay dưới xương lồng ngực, gan có hai thùy. Thùy phải lớn và gồm có ba mảnh ghép với nhau. Thùy trái nhỏ hơn, nằm lên phần dạ dày tiếp cận với thực quản.

Về cấu tạo, gan có khoảng từ 50,000 tới 100,000 tiểu thùy nhỏ với một tĩnh mạch ở giữa. Từ tĩnh mạch tỏa ra cả trăm tế bào gan đan xen với hệ thống ống dẫn mật và mạch máu nhỏ xíu. Gan có màu đỏ tươi tương tự như gan súc vật bày bán ở

cửa hàng thịt.

Với khoảng 300 tỷ tế bào, gan có khả năng tự tái tạo và duy trì được chức năng dù chẳng may vì một lý do nào đó đã mất đi 90% khối lượng. Nhưng nếu cả trăm phần trăm tế bào gan bị hư hao vì bệnh tật thì con người chỉ sống nếu được ghép một miếng gan.

Gan tiếp nhận máu qua tĩnh mạch cửa và động mạch gan. Mỗi phút các mạch máu này chuyển qua gan khoảng 1.5 lít máu. Máu trong động mạch gan chứa nhiều oxy [*duỡng khí*] còn máu ở tĩnh mạch cửa chuyển tải [*vận chuyển*] các chất phế thải của sự tiêu hóa.

Gan được ví như một nhà máy chế biến hóa học cực kỳ tinh vi với cả trăm nhiệm vụ quan trọng khác nhau.

1. Gan là kho tiếp nhận đường glucose hấp thụ từ ruột non rồi tích trữ dưới dạng glycogen. Sau mỗi bữa ăn, khi đường huyết lên cao thì insulin từ tụy tạng sẽ thúc đẩy gan biến hóa glucose thành glycogen. Vài giờ sau đó, khi đường huyết xuống thấp, gan lại chuyển glycogen ra glucose, đưa vào máu và cung cấp cho các bộ phận có nhu cầu.
2. Ngoài vai trò kể trên, gan còn biến hóa đường và chất béo thành chất đạm và cũng làm chất đạm và chất béo biến thành glucose.
3. Gan chế tạo khoảng 0.5-0.9 lít mật mỗi ngày. Mật là chất lỏng màu vàng-xanh, vị đắng với thành phần cấu tạo quan trọng nhất là muối mật, cần thiết cho sự tiêu hóa chất béo trong thức ăn.

4. Gan loại bỏ các chất độc hại như rượu, một vài loại dược phẩm như acetaminophen.
5. Gan tổng hợp ure, một phé chất trong sự chuyển hóa chất đạm và loại ra ngoài qua thận.
6. Gan hủy hoại các hồng huyết cầu hư hao, già nua cũng như tiêu diệt các vi khuẩn lẫn trong thực phẩm ở ruột.
7. Gan tích trữ các sinh tố A, B, D, E, và K.
8. Gan tạo ra các chất đạm trong máu như albumin, globulin và yếu tố đông máu.

## **Gan Nhiễm Mỡ**

Mới nghe gan nhiễm mỡ, nhiều bà con cũng giật mình e ngại. E ngại vì gan có mỡ thì làm sao mà sống được. Thực tế ra thì trong gan cũng như các bộ phận khác của cơ thể, chỗ nào cũng có mỡ. Mỡ là thành phần cấu tạo của các tế bào. Chỉ khi nào mỡ trong gan quá 5% trọng lượng gan và lẫn ất, chiếm chỗ của các tế bào gan lành mạnh thì mới có vấn đề. Khi đó thì gan sẽ có màu vàng béo, lớn hơn và nặng hơn bình thường.

Cắt một lát mỏng ở gan không bệnh rồi quan sát qua kính hiển vi, ta thấy máu tràn ngập khoảng trống giữa các tế bào gan. Thành tế bào gan sẽ lấy đi các chất độc hại, vi khuẩn, chất béo khiến cho máu trở nên sạch sẽ. Do đó gan giữ vai trò của một cái lọc. Nếu bây giờ trong tế bào gan và khoảng trống lại đầy những chất béo thì việc lọc và các chức năng khác của gan sẽ suy giảm đưa tới hậu quả xấu cho cơ thể. Các chất béo này đa số thuộc nhóm triglycerit.

*Có nhiều loại gan nhiễm mỡ:*

### **1. Nhiễm mỡ không do rượu**

Bệnh rất phổ biến tại các quốc gia phát triển và chiếm 24% các bệnh về gan tại Hoa Kỳ. Bệnh có thể chỉ là tăng chất mỡ trong gan, không gây ra triệu chứng gì hoặc vừa tăng mỡ vừa bị viêm tế bào gan rồi đưa tới xơ gan. Nguyên nhân chưa được biết rõ nhưng sau đây là một số rủi ro gây bệnh:

- Hội chứng chuyển hóa với chẩn đoán tiểu đường loại 2, mập phì, cao cholesterol/triglycerid trong máu. Bệnh thường thấy ở phụ nữ từ 40-60 tuổi nhưng cũng có thể xảy ra ở mọi giới mọi tuổi.

Ngoài ra, gan nhiễm mỡ cũng xảy ra vì các rủi ro khác như:

- Suy dinh dưỡng, thiếu chất đạm.

- Một số dược phẩm như amiodarone, tamoxifen, methotrexate, valproic acid, tetracycline, thuốc chống virus zidovudine.

- Phẫu thuật dạ dày để giảm cân.

- Độc chất, thuốc diệt sâu bọ.

- Bệnh Wilson trong đó khoáng chất đồng tích tụ trong gan.

Bệnh âm thầm diễn tiến, đôi khi không có dấu hiệu rõ rệt. Một số than phiền đau ngàm ngàm nơi bụng trên, mệt mỏi, kém ăn. Khám bệnh, bác sĩ thấy gan hơi to.

Xét nghiệm máu thấy men gan lên cao và sinh thiết gan cho hay trong tế bào gan có những túi chất béo nhỏ li ti.

Điều trị căn bản nhằm vào việc loại bỏ các rủi ro gây bệnh cũng như duy trì mức độ đường huyết và cholesterol bình thường, giảm cân, không dùng các chất độc hại.

## **2. Gan nhiễm mỡ do rượu**

Mỗi ngày tiêu thụ trên 60g rượu trong thời gian 10 năm là đủ gây ra bệnh gan nhiễm mỡ. Phụ nữ dễ bị bệnh này hơn nam giới dù chỉ dùng 1/3 số lượng rượu kể trên. Lý do là quý bà ít có loại men gan bảo vệ với sự hấp thụ chất rượu ở dạ dày. Bệnh cũng thường xảy ra cho người trong cùng huyết tộc, nhiễm viêm gan C, tiêu thụ nhiều chất béo không bão hòa động vật hoặc có quá nhiều chất sắt tích tụ ở gan.

Sau khi tiêu thụ, rượu được dạ dày và ruột non hấp thụ rồi hầu hết được oxy hóa, tạo ra các chất có khả năng cung cấp năng lượng cho cơ thể. Vì lẽ đó, các acid béo từ thức ăn không được dùng đến khiến cho triglycerid tích tụ trong gan và tăng chất béo trong máu.

Dấu hiệu bệnh không có gì đặc biệt: đau âm ỉ phía gan, mệt mỏi, tâm trí rối loạn, kém ăn, vàng da, gan to. Trường hợp trầm trọng sẽ có viêm tế bào gan, xơ hóa và xơ cứng gan.

Bệnh có thể chẩn đoán với gan lớn qua siêu âm, xét nghiệm tế bào gan thấy nhiễm mỡ trong tế bào gan.

Không có thuốc đặc trị cho bệnh gan nhiễm mỡ vì tiêu thụ quá nhiều rượu. Chỉ cần ngưng rượu khoảng dăm tuần lễ là tình trạng nhiễm mỡ được cải thiện liền. Sau đó, dinh dưỡng đầy đủ đúng cách, dùng thêm một số vitamin như các sinh tố nhóm B, khoáng chất vì người nghiện rượu thường thiếu các chất này.

*Bác sĩ Nguyễn Ý Đức M.D.*

---

*Hình ảnh do Ban Kỹ Thuật K10A-72/SQTB sưu tầm*

*Đăng ngày Thứ Sáu, DEC 25<sup>th</sup>, 2010  
Ban Kỹ Thuật K10A-72/SQTB/ĐĐ, ĐĐ11/TĐ1ND, QLVNCH*