



Kasım 2021 Sayı 4

Hazırlayan : Dr. Nergiz Ekmen

Objektif Olarak Ölçülen Fiziksel Aktivite Non-Alkolik Yağlı Karaciğer Hastalığı ile Ters İlişkilidir: Rotterdam Çalışması

Objectively Measured Physical Activity Is Inversely Associated With Nonalcoholic Fatty Liver Disease: The Rotterdam Study

van Kleef, Laurens A et al.

The American Journal of Gastroenterology: December 14, 2021

[10.14309/ajg.0000000000001584](https://doi.org/10.14309/ajg.0000000000001584)

Bu çalışma farklı yoğunluktaki aktivite ve hareketsiz davranışın NAYKH üzerindeki etkilerinin metabolik sağlıkla açıklanıp açıklanmadığını araştırmak amacıyla 2009-2014 yılları arasında abdominal ultrason ve akselerometri verileri toplanarak düzenlenmiştir.

NAYKH, steatoz için ikincil nedenlerin yokluğunda ultrasonla teşhis edilen hepatik steatoz olarak tanımlanmıştır. Akselerometrik data hareketsiz zaman ve hafif, orta ve şiddetli fiziksel aktiviteler olarak kategorize edilmiştir. 667 (63.3 ± 6.3 yaşında, %53'ü kadın birey) ve %34.3'ünde NAYKH'sı olan hasta çalışmaya dahil edilmiştir. Demografik, yaşam tarzı ve sosyoekonomik faktörlere göre ayarlanmış toplam fiziksel aktivite daha düşük NAYKH prevalansı ile ilişkili bulunmuştur (olasılık oranı: 10 dak/gün başına 0.958, %95 güven aralığı [CI]: 0.929-0.986). Daha yoğun fiziksel aktivite, daha düşük NAYKH prevalansı ile daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğu belirtilirken: hafif, orta ve şiddetli fiziksel aktiviteler için olasılık oranları sırasıyla 0.931 (%95 GA: 0.882-0.982), 0.891 (%95 GA: 0.820-0.967) ve 0.740 (%95 GA: 0,600–0,906) 10 dakika/gün olarak gösterilmiştir. Bu ilişkiler metabolik sağlık, özellikle insülin direncinin (oran aracılı: 0,59, P < 0,001) ve bel çevresinin (oran aracılı: 1,08, P < 0,001) homeostatik model değerlendirmesi ile açıklanmıştır. Bu dolaylı etkinin ötesinde, hiçbir doğrudan etki gösterilememiştir (P = 0.282-0.827).

Sonuç olarak, bu çalışma her yoğunluktaki fiziksel aktivite, özellikle artan fiziksel aktivite yoğunlukları ise daha büyük etkilerle NAYKH prevalansı ile ters ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu ilişkiye ise daha iyi metabolik sağlık, özellikle daha düşük insülin direnci ve bel çevresi aracılık ettiği belirtilmiştir. Bu nedenle fiziksel aktivite NAYKH hastalık yönetimi ve önleme programlarına dahil edilmeli yorumu yapılmıştır.

Bu bülten Türk Karaciğer Araştırmaları Derneği (TKAD) tarafından, bilimsel gelişime katkı amacı ile hazırlanmakta ve yayınlanmaktadır. Makalelerin içeriklerinin tıbbi ve hukuki sorumluluğu ilgili yazar ve yayınevlerine aittir. Paylaşılması istenen güncel makalelerin, formata uygun bir şekilde dernek e-posta adresine (tasl@tasl.org.tr) yollanması gerekmektedir. TKAD adına sahibi: Ramazan İdilman (Başkan) Bülten editörü: Arif Mansur Coşar