



STEATOSIS

Apa Steatosis Itu?

Bila sel lemak berlebihan berkembang di hati kita, masalah ini disebut sebagai hati berlemak (*fatty liver*) atau steatosis. Lebih banyak orang terinfeksi virus hepatitis C (HCV – lihat Lembaran Informasi (LI) 506) mengalami steatosis dibandingkan orang tanpa HCV. Diperkirakan bahwa kurang lebih 55% orang dengan HCV mengalami steatosis, dua sampai tiga kali lipat di atas angka pada masyarakat umum. Alasan untuk hal ini tidak jelas.

Penelitian menunjukkan bahwa steatosis meningkatkan risiko lanjutan infeksi HCV, mengurangi kemungkinan terapi HCV akan berhasil, dan dapat meningkatkan risiko perkembangan kanker hati (HCC).

Apa Penyebab Steatosis?

Steatosis dapat disebabkan oleh banyak faktor, termasuk:

- Konsumsi terlalu banyak makanan dan minuman yang mengandung lemak dan gula
- Kurang berolahraga
- Mempunyai lemak berlebihan di seluruh badan
- Menderita diabetes – penyakit yang muncul karena tubuh tidak mampu mengelola atau mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam tubuh
- Penggunaan alkohol secara berlebihan selama waktu yang lama
- Hiperlipidemia – peningkatan pada lipid (lemak) dalam darah. Lipid ini termasuk kolesterol, senyawa kolesterol, fosfolipid dan trigliserida
- Terinfeksi HCV genotipe 3

Kebanyakan ahli menganggap bahwa ada faktor tambahan terkait virus yang meningkatkan kemungkinan orang dengan HCV mengembangkan steatosis, tetapi faktor yang tepat belum jelas.

Genotipe 3

Tampaknya infeksi HCV genotipe 3 dapat langsung menyebabkan steatosis, walau mekanisme belum jelas. Yang jelas, bila infeksi HCV genotipe 3 diobati secara berhasil, sehingga virus dibenarkan, steatosis umumnya berkurang dan kadang kala hilang. Hasil serupa tidak dilihat setelah HCV genotipe lain diobati.

Dampak Steatosis

Steatosis dapat merusak hati. Pada orang terinfeksi HCV, steatosis akan mempercepat kerusakan yang disebabkan oleh HCV. Lagi pula, pengobatan untuk HCV dipengaruhi oleh steatosis.

Dampak HIV pada Steatosis

Pada satu penelitian, 40% Odha koinfeksi HCV yang memakai terapi antiretroviral (ART) mengalami steatosis, dan hal ini terkait dengan penyakit HCV yang lebih berat. Faktor risiko pada Odha koinfeksi HCV adalah kelainan metabolik (berat badan terlalu tinggi dan tingkat glukosa dalam darah yang tinggi), serta penggunaan obat “d” (terutama d4T tetapi juga ddI) dalam ART-nya.

Perkembangan Penyakit HCV

Steatosis tampaknya meningkatkan laju perkembangan penyakit hepatitis C. Penelitian baru menunjukkan bahwa tingkat steatosis yang lebih tinggi berhubungan langsung dengan tingkat (*grade*) fibrosis hati (jaringan hati menjadi berserat), serta juga perkembangan fibrosis dan sirosis (radang hati yang berat) yang lebih cepat.

Kanker Hati

Sudah dibuktikan bahwa steatosis adalah faktor risiko independen terhadap perkembangan kanker hati. Steatosis, sirosis, dan usia lebih tua dilaporkan sebagai faktor risiko independen yang bermakna untuk perkembangan kanker hati.

Tanggapan terhadap Terapi HCV

Steatosis tampaknya mengurangi kemungkinan terapi HCV akan berhasil, sedikitnya pada orang dengan HCV genotipe non-3.

Pengobatan untuk Steatosis

Saat ini belum ada pengobatan untuk steatosis. Namun ada banyak penelitian terhadap obat yang mungkin berhasil untuk mengobati steatosis. Sayangnya, obat tersebut kemungkinan baru tersedia setelah beberapa tahun.

Terapi umum untuk steatosis adalah diet dan olahraga. Beberapa tips untuk membantu mengurangi steatosis termasuk:

- Konsumsi diet yang sehat, dengan banyak buah-buahan, sayur-mayur, serta daging (misalnya daging ayam) yang hanya sedikit atau tidak berlemak. Ikan yang dimasak juga adalah makanan yang rendah lemak ‘buruk’ dan sangat sehat dimakan.
- Olahraga (lihat LI 802) juga adalah cara untuk tetap sehat dan mengurangi steatosis. Jangan berlebihan, terutama pada awal; tingkatkan beratnya secara berangsur-angsur. Contoh olahraga yang baik termasuk jalan kaki, berenang, angkat beban dan apa saja yang menggerakkan badan.
- Berhenti atau mengurangi konsumsi minuman beralkohol.

Garis Dasar

Semakin jelas bahwa steatosis dapat mempercepat kerusakan pada hati disebabkan oleh hepatitis C. Kalau kita prihatin terhadap steatosis, sebaiknya kita mempertimbangkan program diet dan olahraga yang akan membantu mengurangi steatosis dan dampaknya pada perkembangan HCV. Selain itu, kita dapat mempertimbangkan perubahan pola hidup yang lain, termasuk mengurangi penggunaan alkohol dan zat lain yang dapat berdampak buruk pada hati kita. Hal ini dapat mengarah pada hidup yang lebih sehat agar sistem kekebalan tubuh kita lebih kuat melawan hepatitis C.

Diperbarui 23 Juni 2011 berdasarkan hcspFACTsheet v2.1 Mei 2010, HCV Advocate Basics v1.3 April 2010