

Abstrakt

Úvod: Pacienti s cirhózou jater čelí riziku syndromu křehkosti, což zvyšuje morbiditu a mortalitu. Podvýživa a sarkopenie, vedoucí k nízké energetické rezervě, dále zhoršují prognózu. Dosud neexistovala studie zaměřená na vliv kombinované nutriční a pohybové intervence u pacientů s jaterní cirhózou. Tento multimodální přístup by mohl významně přispět k redukci komplikací a

dekompenzace onemocnění. Cíl studie: Hlavním cílem byla evaluace účinků kombinované nutriční a pohybové intervence na fyzickou kondici, nutriční stav a kvalitu života pacientů s jaterní cirhózou. Metodologie: Do pilotní studie, bylo zařazeno 10 pacientů (9 dokončilo studii) s cirhózou ve stadiu Child-Pugh A. Účastníci obdrželi individuální dietní doporučení a školení o provádění fyzické aktivity na míru jejich onemocnění. Byl hodnocen rozdíl ve stravovacích zvyklostech na začátku a konci intervence, také byla prováděna antropometrická měření včetně bioimpedance a sonografie kvadricepsu, také byly provedeny tyto funkční testy: síla stisku ruky, pětinasobné vstávání ze židle (5TSV) a šestiminutový test chůze (6MWT) během tří kontrol a laboratorní analýzy na začátku a na konci intervence. A test kvality života CLDQ test.

Výsledky: Pacienti vyplnili dotazník o změnách životního stylu a schopnosti plnit úkoly intervence. Bylo zaznamenáno, že došlo ke změně životního stylu a dodržování rehabilitačních doporučení, i přes pohybová omezení. Všichni pacienti uvedli, že zvýšili svou fyzickou aktivitu a většina z nich dokázala ujít delší vzdálenost ve srovnání se začátkem studie.

Funkční testy prokázaly statisticky významné výsledky: při 6MWT pacienti dosáhli výsledku 588 m na začátku a 622 m na konci studie ($p=0,001$). U testu 5TSV se čas na vstávání ze židle snížil z 11,8 s na 10,3 s ($p=0,008$) na konci studie. CLDQ test zaznamenal zlepšení z 151 na 162,8 bodů ($p=0,049$) na konci studie. Analýza krevních testů ukázala pozitivní korelaci mezi hladinou vitamínu A a prealbuminem, zatímco glykemie zůstala bez významných změn. Hladina C-reaktivního proteinu klesla při druhém vyšetření a retinol se mírně zvýšil. Hladiny prealbuminu, zinku a vitamínu D se zvýšily při druhém vyšetření. Antropometrická měření a nepřímá kalorimetrie neprokázaly statisticky významné rozdíly. Nutriční parametry prokázaly statisticky významné zvýšení příjmu bílkovin (101,6 g na konci studie oproti 67,5 g na začátku, $p=0,008$).

Závěr: Výsledky pilotní studie naznačují, že kombinovaná nutriční a pohybová intervence má pozitivní vliv na fyzickou kondici, nutriční stav a kvalitu života pacientů s jaterní cirhózou. Je nutné realizovat další studie k potvrzení těchto zjištění a posouzení dlouhodobého efektu.

Klíčová slova:

jaterní cirhóza, malnutrice, výživa u jaterní cirhózy, sarkopenie, prehabilitace, pohybová intervence, nutriční intervence, jaterní encefalopatie, fyzická aktivita