

SPIS TREŚCI

Wstęp – <i>Miroslaw Jarosz, Wioleta Respondek</i>	7
Funkcje wątroby w organizmie człowieka – <i>Miroslaw Jarosz</i>	9
Niealkoholowa choroba stłuszczeniowa wątroby – definicja – <i>Miroslaw Jarosz</i>	12
Częstość występowania niealkoholowej choroby stłuszczeniowej wątroby w populacji – <i>Miroslaw Jarosz, Iwona Sajór</i>	15
Sytuacja epidemiologiczna	17
Przyczyny dużej częstości występowania NAFLD	19
Nadmierna masa ciała	19
Cukrzyca	20
Zaburzenia lipidowe	20
Niewłaściwa dieta	20
Niska aktywność fizyczna	21
Przyczyny choroby i konsekwencje – <i>Wioleta Respondek</i>	23
Oporność na insulinę główną przyczyną stłuszczenia wątroby.	26
Konsekwencje niealkoholowej choroby stłuszczeniowej wątroby.	31
Objawy kliniczne i rozpoznanie niealkoholowej choroby stłuszczeniowej wątroby – <i>Ewa Godziemba-Maliszewska</i>	34
Objawy kliniczne niealkoholowej choroby stłuszczeniowej wątroby (NAFLD).	34
Badanie przedmiotowe i podmiotowe	34

Nieprawidłowości w badaniach pomocniczych	36
Badania laboratoryjne	36
Badania obrazowe	38
Ocena histologiczna punktu wątroby (biopsja wątroby) .	39
Nowe metody diagnostyczne	40
Rozpoznanie niealkoholowej choroby tłuszczowej wątroby .	43
Zalecenia żywieniowe i styl życia – Mirosław Jarosz,	
<i>Wioleta Respondek</i>	45
Zasady żywienia w leczeniu otyłości	49
Aktywność fizyczna	51
Przykładowe jadłospisy – Ewa Rychlik, Katarzyna Wolnicka . . .	57
Wartość energetyczna – 1200 kcal/dobę	58
Wartość energetyczna – 1500 kcal/dobę	72
Wartość energetyczna – 2000 kcal/dobę	86
Piśmiennictwo	100