

استشاري يكشف أبرز أسباب تراكم دهون الكبد

3 مايو، 2026



قال استشاري أمراض السكري وطب الأسرة يوسف آل زاهب إن هناك عدة أسباب رئيسية تؤدي إلى تراكم الدهون على الكبد، أبرزها مقاومة الإنسولين وما يرتبط بها من السكري من النوع الثاني أو ما قبل السكري، إضافة إلى السمنة وزيادة الدهون الحشوية.

أسباب أخرى

وأوضح أن الإفراط في تناول الكربوهيدرات، مثل المشروبات الغازية والخبز الأبيض، إلى جانب قلة النشاط البدني، من العوامل التي تسهم بشكل مباشر في زيادة الدهون على الكبد. وأشار إلى أن فقدان نحو 10% من الوزن يمكن أن يحدث تحسناً واضحاً في حالات الكبد الدهني، وقد يؤدي في بعض الحالات إلى عكس الحالة بشكل ملحوظ.