**АлАТ и почему он повышается?**

Практически каждый донор, за время сдачи им крови или ее компонентов, слышал такую фразу: «У Вас повышен АлАТ». Сегодняшний пост, мы посвящаем этому самому великому и загадочному АлАТу.

И так, аланинаминотрансфераза (АЛТ) - это фермент, который присутствует практически во всех тканях человеческого организма, но в наибольшем количестве он вырабатывается в печени.

Определение уровня АЛТ используют для обнаружения заболеваний печени. Часто повышение значений АЛТ в сыворотке крови наблюдается еще до появления симптомов заболевания, поэтому с его помощью можно выявить на ранних стадиях даже незначительные проблемы в организме.

Уровень АЛТ повышается при заболеваниях печени различной этиологии: при циррозе печени, вирусных гепатитах, а также вследствие алкогольной, медикаментозной или другой интоксикации.

Кроме того, рост значений показателя наблюдается при гипертиреозе, ожирении, проблемах с сердечной мышцей, а также в результате теплового удара и химических ожогах.

Несмотря на все те заболевания, которые мы перечислили выше, в подавляющем большинстве случаев к повышению концентрации АЛТ в сыворотке крови приводят:

употребление жирной пищи, молочных продуктов, алкоголя накануне и даже за несколько дней до сдачи анализов,

прием антибиотиков, нестероидных противовоспалительных, противоопухолевых препаратов, оральных контрацептивов и некоторых других лекарственных средств,

а также интенсивные физические нагрузки.

У донора, который ел пищу с высоким содержанием жиров, жидкая часть крови (плазма) становится жирной, поэтому невозможно проводить анализы, и кровь не подходит для переливания.

В случае повторного выявления повышенного АлАТа в крови определяется дальнейший отвод донора от сдачи крови или ее компонентов на несколько месяцев.

В связи с этим, мы настоятельно просим Вас перед каждой сдачей крови или ее компонентов тщательно оценить свою способность помочь кому-либо выздороветь или спасти жизнь. Сюда входит не только безопасный режим жизни донора, но и продуманный режим питания.