

あなたの肝臓は大丈夫ですか？

消化器内科医長 土本雄亮医師

7月2日午後2時より城山病院1階エントランスにて開催される第5回市民公開講座で、土本医師が肝臓の病気について話します。その内容の一部を紹介します。気になる方はぜひ、聴きにお越しください。



沈黙の臓器

肝臓は人体の化学工場とも言われます。それは腸管から吸収した栄養素をもとに人体に必要な物質を合成し、有害な物質を解毒する働きをするためです。

ご存じのように、肝臓の異常を発見するには血液検査が重要です。肝細胞内で作られる酵素AST、ALT（以前はGOT、GPTと言っていました）の上昇で、肝細胞の障害がわかります。また、腫瘍を発見する腹部エコーも有効です。

しかし、肝臓は異常をきたしても自覚症状が現れにくく、「沈黙の臓器」と言われ、症状が現れた時には手遅れ：という危険をはらんでいる臓器です。

急増する脂肪肝

さて、肝臓疾患と言えば従来はB型肝炎、C型肝炎でしたが、日本ではすでに肝炎に対する予防法が確立され、患者さんの数は減少しています。

逆に増加傾向にあるのが脂肪肝です。これまで、脂肪肝は重篤な病態にはならないと考えられ、肝疾患に携わる医師の関心はウイルス性肝疾患の治療に注がれ、脂肪肝は注目されませんでした。

しかし、メタボへの関心が高まるとともに、アルコールを飲まない人でも脂肪肝になる人が増加しています。決して侮れないこの疾患について、もう少し説明しましょう。

非アルコール性脂肪性肝障害

脂肪肝にはアルコールを飲む人がなるアルコール性脂肪肝と、アルコールを飲まない人がなる非アルコール性脂肪性肝障害（NAFLD）があります。NAFLDの中には単に脂肪肝がたまって病気に進行しない単純性脂肪肝と、肝臓細胞の破壊や繊維化をともなつて肝硬変へ進行することのある非アルコール性脂肪性肝炎（NASH）があります。NAFLD・NASHは肥満や糖尿病、脂質異常症、高血圧などとの関連が示唆されています。診断は通常の血液検査だけではなく、超音波検査をします。ただ、ここで注意していただきたいことは単純性脂肪肝とNASHをきちんと区別して診断しなければならぬということです。脂肪肝と言われたら、決して安心しないで、肝臓の専門医の診察を受けてください。

NAFLDの治療は単な

る肝臓疾患としてだけでなく、食事療法運動療法を行い、生活習慣を改善して代謝の異常を是正し、肥満や糖尿病、高脂血症、高血圧の改善を目指します。しかし、過剰な食事制限、体重減少はかえって悪化を招くことがありますので、専門医の指導や、場合によっては栄養指導を受けることが必要です。

薬物性肝障害(DILI)

脂肪肝とともに注意していただきたいのが、薬物が原因で起こる薬物性肝障害です。日本では薬剤に対して厳しい安全基準が定められています。健康食品に分類されるサプリメントや、健康食品には注意事項の表示が義務づけられていないため、しばしば中毒性肝障害が起こつたり、死亡例が出るなど社会問題になっていきます。私としては健康食品の摂取は肝臓のためにもお勧めしません。

第5回市民公開講座のご案内
～あなたの肝臓は大丈夫？～
講師 消化器内科 医長 土本雄亮先生
7月2日(水) 14時～15時
城山病院1階エントランスホール
無料・予約不要です お気軽にご参加ください