



「いやあ、検査で『脂肪肝』って言われちゃってさー」

～それ、笑い事じゃないですよ！ ホントは怖い脂肪肝～



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

夏本番ですね。このうだるような暑さは、いつまで続くのでしょうか？ しっかりと水分と食事を摂って、夏バテせずに乗り切ってくださいね。

さて、今回のテーマは肝臓についてです。肝臓は、右側の肋骨の下、腹腔と呼ばれるお腹の中に位置しています。重さは0.9～1.4kgあり、体のなかで最も大きな臓器です。

肝臓には、心臓から血液を運ぶ肝動脈、腸から血液を運ぶ門脈、血液を送り出す役割の肝静脈の3種類の血管があり、毎分およそ1.5リットルの血液が運ばれてきます。これら3種類の血管の他に、肝臓内で作られる胆汁を腸まで運ぶ胆管という管もあります。

肝臓は3つの機能を有し、「肝心かなめ」と言う位、心臓とともに人体にとって重要な臓器です。その機能としては、3つあります。

- ① 解毒機能：体内に入った有害な物質（薬剤やアルコールなど）を解毒し、無害な物質に作り変えます。
- ② 生成機能：肝臓でつくられた老廃物を流す胆汁という黄色の液体の生成と分泌を行います。
- ③ 貯蔵機能：食事などからとった糖質・たんぱく質・脂肪をグリコーゲンとして肝臓に貯蔵し、必要に応じて体内にエネルギー源として補給します。

肝臓の主な病気としては、B型やC型肝炎の様なウイルス性肝炎、アルコール性肝障害、自己免疫性肝炎、薬物性肝障害、脂肪肝などが代表的です。最近注目されている非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD）とは、アルコールやウイルスなどを原因としない脂肪肝の総称です。NAFLDは肥満や糖尿病、メタボリックシンドロームなどの生活習慣病の肝臓における表現型として発症し、お酒をあまり飲まない人でもアルコール性肝障害の人のように肝疾患が進行します。2012年の大規模疫学調査によると日本人のNAFLD有病率は約3割（！）と報告されており、肥満やメタボリックシンドローム患者の増加に伴い年々患者数が急増しています。NAFLDには、肝細胞に脂肪が沈着するだけの単純性脂肪肝（NAFL）と、肝細胞が壊されて機能しなくなり、脂肪肝から炎症や線維化を伴い肝硬変や肝がんなどに進行するリスクのある非アルコール性脂肪肝「炎」（NASH）があります。肝臓の病気と言えばお酒の飲み過ぎやウイルス性に感染することによる肝炎を思い浮かべる人が多く、「脂肪肝くらいなら大丈夫」だと考える人が多いかもしれませんが、実際はNAFLD患者のうち20～30%が上記のようなNASHであると推定されています。最近の研究ではNASHへ病態が進行することよりも、「肝臓の線維化がどの程度進んでいるか？」の方が重要だとも言われており、いずれにしても早期に検査を受け肝臓の状態を確認することが大切です。

（裏面へ続く→）

「沈黙の臓器」と呼ばれる肝臓は、自覚症状の出にくい臓器のため、肝機能や病態を把握するには血液検査や腹部超音波検査や肝生検などの検査を行い総合的に判断する必要があります。

肝機能を調べる主な血液検査には、「AST」「ALT」「 γ -GTP」「ALP」のほか、「総タンパク」「アルブミン」「総ビリルビン」「LDH」などがあります。最近では血液検査項目を組み合わせて、肝疾患がどの程度進行しているかを調べる「Fib-4 index」という計算式もあり、簡便にリスクのある方を拾い上げるのに役立っています。医師は、検査結果や問診・病歴・診察所見などを踏まえ、肝臓がどのような状態にあるのかを推察し、総合的に判断を行います。

因みに、「Fib-4 index」は下記のように求めます。

$$\text{FIB-4 Index} = (\text{年齢(歳)} \times \text{AST (IU/L)}) / (\text{血小板数 (10}^9\text{/L)} \times \sqrt{\text{ALT (IU/L)}})$$

※10⁹/L : 0.1万/ μ L

低 値 : 1.3 以下 : 肝疾患による線維化の進行リスクは低い。経過観察。

中間値 : 1.3~2.67 : 線維化が進行している可能性あり。

高 値 : 2.67 以上 : 4~8割が肝硬変、または肝硬変に近い状態まで線維化が進行している。

このように、「Fib-4 index」が高値になるほど、肝硬変・肝がんのリスクが高まっていきます。一般的には、ALT 30 以上の方が要注意とされており、適宜チェックしていこうと思っています。気になる方は、お気軽にご相談ください。

夏 季 休 診 の お 知 ら せ

下記の日程において、夏季休診とさせていただきます。

ご不便をおかけしまして、大変申し訳ございませんが、ご了承ください。

8月11日（金・祝日） ~ 8月15日（火）



※ 定期薬の処方を受けておられる方はお気をつけください。

※ 8月16日（水）より通常どおり診察をいたします。

◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 7-13 tel. 0798-81-1192

◆ 居宅介護支援事業所 **ふくろう** 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 6-20 1F デイ 3F 居宅
デイサービスセンター tel. 0798-40-9500(居宅) 0798-49-7670(デイ)