

脂肪肝って言われたら...

みなさん、検診や人間ドックなどで、脂肪肝と言われても、そのまま放置している人、いませんか？

今回はそんな人にお伝えしたいお話です。

脂肪肝は何が原因なのですか？

アルコールによるものと、アルコールによらないもの大きく2つに分けられます。

アルコールによらない脂肪肝の原因としては肥満や糖尿病、高血圧、脂質異常症等、いわゆる生活習慣病によるものが多いのですが、過度の栄養不足、薬剤、おなかの手術等が原因で脂肪肝になる場合もあります。

日本における肥満者は近年、増加傾向にあり、最近(平成25年)の報告によるとBMI*が

$$\text{BMI}^* = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$

body mass index

脂肪肝はこわい病気なの？

アルコール性脂肪肝についてはアルコールを飲み続ければそのうち肝硬変になって、危険があることは一般に知られていますが、非アルコール性の脂肪肝の場合、従来、それほどこわい

さらにNASHD肝硬変の一部には肝臓が発生し、生命に危険がおよぶ場合があることがわかってきました。

どんな検査が行われるの？

脂肪肝の原因は何か、脂肪肝の程度はどれくらいか、脂肪性肝炎(NASH)ではないか、肝硬変や肝がんになっていないか等をチェックする必要があります。そのためには通常、血液検査、腹部超音波検査、CT検査等が行われます。脂肪性肝炎と正確に診断するには肝生検という肝臓に針をさして肝臓の一部を顕微鏡で確認する検査が必要です。最近では線維化マーカー等の血液検査やエラストグラフィという一種の超音波装置やMRIを行うことにより、肝臓内の線維化を評価することも医療機関によっては可能になってきました。

脂肪肝の治療はどんなもの？

脂肪肝の原因によって異なり

25以上の肥満人口は男性1300万人、女性1000万人に上ります。特に男性における肥満の割合は40歳以上では約30%と高く、肥満者の多くは脂肪肝を伴うことが知られています。

非アルコール性脂肪肝、なかでも肥満による脂肪肝の場合には体重を減らすことが重要です。脂肪性肝炎と診断され、かつ肥満のある患者さんは食事、運動療法を行い、体重を7%以上減らすことができれば脂肪性肝炎の程度が改善するとされています。

おくすりによる治療としては、

脂肪肝は糖尿病、高血圧、脂質異常症等の生活習慣病を伴っていることが多いため、それらの合併症の治療をしっかり行っていただくことが重要です。ビタミンE製剤が有効な場合もあり使用される場合があります。ほかにも種々の薬物の治療が行わ

病気とは認識されていませんで

した。そのため、ひと昔前には、「まあ脂肪肝で死ぬことはないからあんまり食べ過ぎないでね」と、軽い指導で終わった経験がおありの方もいらっしゃるかもしれません。しかし、現実はそのようではありません。

非アルコール性の脂肪肝は単純性脂肪肝と脂肪性肝炎(NASH・ナッシュと呼びます)に分けられ、両疾患の予後は大きく異なることがわかってきました。単純性脂肪肝は脂肪がたまっただけの肝臓のことで、心配は少ないのですが、脂肪性肝炎(NASH)というのは脂肪肝にいろんな刺激が加わって肝細胞が破壊、壊死を来し、線維化を伴った状態であり、それがつづけば、NASHの一部(5~20%)は5~10年で肝硬変へと進行し、

れており、将来使用できるようになる可能性があります。

「脂肪肝の疑い」あるいは「肝機能異常」などを指摘され、精密検査を勧められた人は決して放置せず、必ず医療機関を受診していただくようお願いいたします。

今月の先生



岐阜市民病院 消化器内科
林 秀樹 先生

- 専門分野
肝疾患、肝腫瘍の診断・治療
- 役職
がん診療支援部長
消化器内科部副部長
肝・胆・膵センター副センター長
- 主な資格、認定
日本超音波医学会指導医・専門医
日本肝臓学会専門医
日本消化器病学会指導医・専門医

- 日本内科学会認定内科医・総合内科専門医
- 日本消化器内視鏡学会認定医
- 日本がん治療認定医機構がん治療認定医
- 卒業年、主な職歴
平成6年岐阜大学医学部卒
岐阜大学医学部附属病院