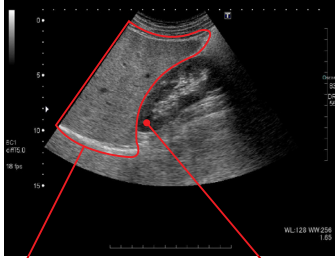


# 脂肪肝をご存知ですか？

肝臓に中性脂肪が蓄積した状態を脂肪肝といいます。最近話題のメタボリックシンドロームでは従来の生活習慣病を引き起こす原因の一つとして内臓脂肪蓄積が重要視されていますが、脂肪肝はまさにメタボリックシンドロームの肝病変なのです。脂肪肝は年々増加傾向で人間ドックの集計でも約30%に認められ、非肥満者にも合併するので注意が必要です。



脂肪肝  
※腎臓の色に比べて白い状態

## 肥満でない方もご注意を！

脂肪肝はアルコール性と非アルコール性に大別されます

脂肪肝の原因は、簡単に言ってしまえば行き過ぎた飲酒と栄養過多

- アルコール性—— 飲酒
- 非アルコール性—— 肥満・糖尿病・脂質代謝異常

### NASHとは？

脂肪肝は内臓脂肪の一徴候なのですから、健康状態を把握する一つの因子として重要です。さらに近年注意が必要だとされているのが、非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)と呼ばれる病態への移行です。脂肪肝の約90%は肝臓に関して言えば病的意義に乏しい単純脂肪肝ですが、残る約10%はNASHであるとされています。NASHはインスリン抵抗性による肝細胞への脂肪沈着をきっかけに、酸化ストレスなどの複数の因子が加わって引き起こされる疾患です。放置すればその30~50%の症例で線維化が進行し肝硬変へ移行するとも言われています。気付かないうちに脂肪肝から肝硬変に進展してしまう可能性もある点が問題なのです。お酒を飲まないから大丈夫ということにはなりません。

### 脂肪肝の診断と治療

#### 診断

血液検査、腹部エコー、腹部CTなどの検査で比較的容易に診断。そこでNASHが疑われる場合には、さらに肝生検などの精査が必要となります。

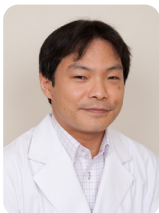
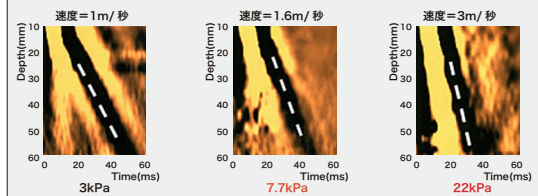
#### 治療

飲酒をほどほどに抑えること(常習なら1日1合程度まで)、1日に必要なエネルギーをバランスの良い食事で摂取する習慣が極めて重要です。ウォーキングやジョギングなど自分に合った有酸素運動を日常生活に取り入れることも有効です。

NASHの薬物治療はまだ検討過程にあり、現時点では合併するメタボリックシンドロームの治療が基本となりますが、早期に診断し治療を開始することが重要です。

当院では肝臓の硬さを測定する超音波装置も取り揃えています。

#### <肝臓組織の硬さの違いによる振動波の伝わり方>



内科部長  
秋本 政秀

社団法人日本肝臓学会認定肝臓専門医  
財団法人日本消化器病学会認定消化器病専門医  
千葉大学1990年卒業、医学博士

脂肪肝はメタボリックシンドロームの肝病変です。さらにNASHに移行しうることも考えると決してばかにすることはできません。健康診断で肝機能異常を指摘されたことがある方には、一度病院を受診することをお勧めいたします。

#### ご予約方法

電話予約 **04-7123-5901**

月曜日～土曜日 9:00～16:00 ただし、祝日および病院指定休診日を除く

  
**kikkoman**

キッコマン総合病院

〒278-0005 千葉県野田市宮崎100  
電話04(7123)5911(代) FAX 04(7123)5920  
<http://hospital.kikkoman.co.jp/>