

急速に増えている脂肪肝

肝臓の病気というと、以前は肝炎ウイルスの感染が原因の B 型肝炎や C 型肝炎が国民病であると考えられていました。しかし近年、様々な原因によって処理しきれなくなった脂肪が過度に肝細胞内に蓄積された脂肪肝が急増しています。

脂肪肝には、お酒の飲み過ぎが原因の「アルコール性脂肪肝」と、お酒をあまり飲んでいないのに肝臓に脂肪がたまった「非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)」があります。1日あたり純エタノールとして 20g 以上のお酒を毎日飲み続けると、アルコールによる肝障害を起こすといわれています。一方、お酒を飲まなくても糖尿病や脂質異常症、肥満やメタボリックシンドロームがあると、「非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)」は発生します。

さらに肝臓の障害がより進行している場合は「非アルコール性脂肪性肝炎 (NASH)」と診断されます。成人健診受診者の約 30% (男性-約 40%、女性-約 17%) が NAFLD と診断されていることから、国内には推定で 1000 万~2000 万人の NAFLD の潜在患者がいると考えられています。さらに NASH に進展するのは 100~200 万人と考えられています。以前からアルコールによる肝障害は脂肪肝から肝硬変へと進展し、肝細胞癌を発生することが知られていましたが、NASH から肝硬変・肝細胞癌へと進展することが明らかとなりました。

自覚症状はほとんどありません。健診や血液検査などで肝機能異常を指摘され、診断されることがほとんどです。

治療は原因療法に尽きます。アルコールの摂りすぎ、食べ過ぎを止め、運動療法・減量を行うことが基本治療です。肥満・メタボリックシンドロームに該当する場合はそれを解消すること、そして糖尿病や脂質異常症があるのならそれらをしっかり治療することです。

(引用:日本消化器病学会)

