



中日病院 名古屋
市中区丸の内3の12
の3。☎中日病院＝
052(961)2491

脂肪肝は肝臓の中に中性脂肪が過剰に貯留する病態で、腹部超音波検査（エコー）で肝臓が腎臓よりも白く映り、コンピュータ断層撮影（CT）検査で肝臓が黒く映ることで診断されます。

男性では三十～六十代に多く、女性は五十歳以降に脂肪肝になる人が増えます。閉経後に女性ホルモンの分泌が少なくなるためです。

肥満は、脂肪肝の最も多い原因です。日本人は比較的軽度の肥満によって脂肪肝になりやすく、高度肥満（体格指数BMI30以上）の人では80%以上の人が脂肪肝になっています。

肝臓④

飲酒量の多い人、糖尿病の方でも多くの人が脂肪肝になります。頻度は少ないですが、妊娠、薬剤服用、高度の栄養障害も原因となります。

生活習慣としては栄養過多、すなわち脂肪の多い食事や、糖類が入ったジュース類や缶コーヒーなど甘いものを好んでとる、まとめ食いをする、深夜に食事をとる、よく間食をする、運動をあまりしないことなどが、脂肪肝になりやすい要因に挙げられます。

（山田尚史消化器内科部長・談）



甘党は脂肪肝にご注意を