



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

健康診断などで、AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GTPなどの肝機能検査の異常を指摘された人はたくさんみえると思います。中高年になると、30%以上の人で肝機能障害が見つかります。

肝機能障害がみられた場合、B型やC型肝炎ウイルス感染によるウイルス性肝炎、自己免疫性肝炎、原発性胆汁性胆管炎などの肝臓病を疑って血液検査で調べ、もし異常があればその治療を受けていただきます。

また、服用している薬剤、サプリメント、飲酒量を調べて、薬剤性肝障害、アルコール性肝障害の可能性を考慮し、該当する場合は、原因となるものの摂取の中止

肝臓(上)

が必要になります。

健康日本21が示す節度ある適度な飲酒量は、アルコール量で一日平均二十㍇程度です。健康を守るためには、ビールで中瓶一本、または日本酒で一合くらいまでの飲酒量にとどめ、さらに週一回以上の休肝日を設けることが望まれます。

以上の病気でない場合、肝機能障害の原因は脂肪肝によるものが多いです。脂肪肝の人のほとんどが症状のない元気な人で、日本では人口の15%以上が脂肪肝といわれています。

(山田尚史消化器内科部長・談)



節度ある飲酒と休肝日を