



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

脂肪肝が生命に影響することは多くありませんが、高血圧症、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病になる可能性が高くなり、心筋梗塞などが起こるリスクが上昇します。

血液検査ではAST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GTP以外に、総コレステロール、中性脂肪などに異



症状がでてからでは遅い

常値が出る場合があります。脂肪肝の治療には、適切なエネルギー量をバランスよく食べて、歩行やジョギングなどの有酸素運動を行うことが有効とされます。7%以上の体重が減ると、肝機能とともに脂肪肝の改善も期待できます。

しかし、脂肪肝が持続すると、10%ぐらいの人で肝硬変症や肝がんへ進行します。特に高齢の人、高度肥満の人、糖尿病、脂質異常症を有する人、血小板数の低い人などでそのリスクが高いと考えられます。血小板数が十五万以下に低下した人は、定期的に画像検査や腫瘍マーカーを測定することが推奨されています。

肝臓は「沈黙の臓器」と言われ、よほど進行しないと肝臓病の症状が現れません。症状が出てからでは遅いのです。肝臓をいたわるためには、定期的に健康診断を受け、異常があったら専門医に受診する。普段から食事は栄養バランスよく、適量を取る。余分な薬や酒を飲まないことが大切です。

(山田尚史消化器内科部長・談)