



中日病院 名古屋市中区丸の内3の12の3。☎052(961)2491

余分な中性脂肪が肝臓にたまった状態を脂肪肝といいます。お酒の飲み過ぎで脂肪肝になることはよく知られていますが、最近はお酒を飲まない、食べ過ぎによる脂肪肝が増えています。

従来脂肪肝は放置しても健康に害はないと、あまり問題にされてきませんでした。ところが近年、この脂肪肝から肝炎を発症し、肝硬変、肝がんへと進行する症例が増えてきて、新しい疾患として注目されています。

これは、非アルコール性脂肪肝炎（NAFLD）と呼ばれ、非アルコール性脂肪肝全体の10〜20%に発症するとみられています。NAFLDでは肝細胞に炎症がおき、肝臓が硬くな

本当はこわい脂肪肝

る「線維化」が進み、十年以内に5〜20%が肝硬変に進行します。糖尿病や高度肥満の人は進行する危険性が高いといわれています。

血液検査で肝機能に異常があると言われたら腹部超音波検査を受けてください。脂肪肝と診断されたら、肥満の人は生活習慣を見直し、7%の減量を目指してください。減量の基本は食事と運動療法です。糖尿病や高脂血症のある人は薬で治療を受けるようにしましょう。

NAFLDに進行すると心筋梗塞や脳卒中などを発症する危険性も高くなりますので、脂肪肝と診断されたら放置せずに治療してください。

（中日病院顧問・白木茂博）



肝硬変、肝がんへと進行も