

脂肪肝からも、 肝硬変や肝臓がんが発症します

NASH、NAFLDの概念と治療

朝霞地区医師会 関塚 永一

☎048-464-4666

C型肝炎やB型肝炎の治療法が新型インターフェロンやポリメラーゼ阻害薬により確立されつつある現在、非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)を含む非アルコール性脂肪性肝疾患(NAFLD)が注目されています。

かつてインターフェロンがウイルス性肝炎に効果が低く、肝硬変や肝臓がんに進展するのを悩みながら診療していたころは、アルコール性でない脂肪肝や脂肪性肝炎の治療は、単に食事・運動療法をするだけでした。現在1000万人以上いるといわれるNAFLDは、メタボリック症候群に合併した例ばかりでなく、痩せ型の例もあり、診断や治療を進めるために、日本肝臓学会では2006年「NASH・NAFLDの診療ガイド」を刊行しました。今回は、このガイドラインにそって概説させていただきます。

NAFLDの確定診断は肝生検によりですが、脂肪滴を伴う肝細胞が30%以上認めると画像診断でも脂肪肝がはっきりします。脂肪性肝疾患とは、肝細胞に中性脂肪が沈着して、肝障害をきたす疾患の総称です。ウイルス性や自己免疫のような原因を認めず、明らかな飲酒歴がないのに(アルコール量:20g以下)

下、脂肪性肝障害を有するものをNAFLD、その重症例で肝組織に壊死、炎症や線維化を伴うものをNASHと呼びます。NAFLDには、単純性脂肪肝とNASHがあります。メタボリック症候群、肥満、糖尿病、高脂血症、高血圧、高尿酸血症、睡眠時無呼吸症候群などの危険因子が複数存在すると、単純性脂肪肝よりNASHの可能性が高くなります。そのほか代謝障害や薬剤によるものもあります。

NAFLD(非アルコール性脂肪性肝疾患)	単純性脂肪肝 90%
	NASH(非アルコール性脂肪性肝炎) 10%
	(診断時肝硬変が10%~20%)

NAFLDの発症の機序は、中性脂肪が肝細胞に蓄積する脂肪肝発症と活性酸素による肝細胞障害の2段階に分けられます。肥満患者の60~70%が単純性脂肪肝、20~25%がNASH、2~3%が肝硬変でした。NASHの15%は5年間で肝硬変に進展します。NASHの生存率は5年間で67%です。高度線維化したNASHからの5年間の発がん率は15%ともいわれています。肝機能検査は、AST(GOT)、ALT(GPT)、YGT

PやALPの軽度上昇(AST、ALT)であり、NASHに進行すれば、AST、ALTの高値、AST/ALT比の上昇、線維化マーカー(ヒアルロン酸型コラーゲン)の上昇や血小板の減少などが参考になります。NAFLDの治療の原則は、食事療法や運動療法(有酸素運動)などの生活習慣の改善により、背後にある肥満、糖尿病、高脂血症、高血圧を是正することです。食事療法は、飽和脂肪酸を抑えたカロリー制限や精製されていない穀物(玄米など)からの炭水化物摂取が勧められます。また、それらの合併症があればまずその治療を行います。それに加えて、酸化化剤(ビタミネC、ベタイン、NAC)、瀉血療法やインスリン抵抗性改善薬(アクトス、メルピン、スチーシス)、高脂血症治療薬(ベザトル、メバロチン、ロレールコ)、ARB降圧剤(ロサルタン)や漢方薬(防風通聖散)も用いられますが、これらは肝障害の副作用もあるので注意を要します。

NAFLDの多くは、食事・運動療法による減量で改善しますが、肝硬変や肝臓がんが合併していることもあるので、年1、2回の画像検査は必要でしょう。アルコールは厳禁です。

わたしたちの健康

日曜・休日に実施している医療機関

午前10:00~午後4:00

月日	場所	診療所名	科目	☎(048)	場所	診療所名	科目	☎(048)
7月6日	朝霞	磯貝医院	内・循	463-2370	新座	中村クリニック	内・小・皮・リハ	478-1327
7月13日	朝霞	宮戸クリニック	外・内・整・肛	474-5103	新座	志木耳鼻咽喉科医院	耳・気	472-9555
7月20日	朝霞	宮前クリニック	内・小・呼・循・アレ	466-5555	新座	かきの木整形外科医院	整	471-8800
7月27日	新座	新座クリニック	内・小・呼・循	479-6321	朝霞	渡邊クリニック朝霞	精・神内・内	467-3584

7月の休日歯科応急診療所

実施日 7/6(日)・13(日)・20(日)・27(日)

受付時間 午前9時~11時30分

場所 新座市休日歯科応急診療所(新座市保健センター)

診察料 健康保険法の規定料金(保険証を必ずお持ちください。)

問い合わせ ☎048-481-2211

今月の主な保健衛生週間行事予定

1~31日は「愛の血液助け合い運動月間」です!

救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター

☎048-824-4199

●埼玉県南西部消防本部

☎048-460-0123

小児救急電話相談

●#8000(携帯電話からも相談可能)



当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。